

HEYNE <

Das Buch

Der Klassiker zum Thema Astral- und Seelenreisen: Die Erlebnisse eines Mannes, der plötzlich entdeckt, dass er bei vollem und klarem Bewusstsein aus seinem Körper austreten und in einem feinstofflichen zweiten Körper »Reisen« unternehmen kann.

Der große Bewusstseinsforscher Robert A. Monroe beschreibt seine Aufsehen erregenden Erkundungen der nichtmateriellen »Jenseits«-Welt – und er zeigt, dass jeder Mensch außerkörperliche Erfahrungen erleben kann! Ausführliche Anleitungen ermöglichen die gefahrlose Durchführung eigener Experimente, um beglückende Gefühle ungewohnter Befreiung, Leichtigkeit und Bewusstseinsklarheit zu erfahren, die den Glauben an einen tieferen Sinn des Lebens nähren und Mut, Trost und Gelassenheit spenden.

Der Autor

Robert Allan Monroe studierte Maschinenbau und Zeitungswissenschaft an der Ohio State University. Er arbeitete beim Rundfunk als Autor und Programmdirektor. Ebenso beschäftigte er sich mit der Erforschung praktischer Methoden des beschleunigten Lernens in einem Zustand erweiterten Bewusstseins. Zur Förderung dieser Arbeit gründete er 1973 das weltberühmte *Monroe Institute of Applied Sciences* in Virginia, das er bis zu seinem Tod 1995 leitete. Auch seine anderen Bücher, *Der zweite Körper* (Ansata Verlag) und *Über die Schwelle des Irdischen hinaus* (Ansata Verlag), gelten als Klassiker zum Thema Astral- und Seelenreisen.

ROBERT A. MONROE

Der Mann mit den
ZWEI LEBEN

Aus dem Amerikanischen
von Jutta und Theodor Knust

WILHELM HEYNE VERLAG
MÜNCHEN

Die Originalausgabe erschien unter dem Titel
JOURNEYS OUT OF THE BODY
im Verlag Doubleday & Company, Inc., Garden City, New York

Umwelthinweis:
Dieses Buch wurde auf chlor- und säurefreiem
Papier gedruckt.

Taschenbuchausgabe 05/2005
Copyright © 1971 by Robert A. Monroe
Copyright © der deutschsprachigen Ausgabe by
Ansata Verlag, München,
in der Verlagsgruppe Random House GmbH
Printed in Germany 2005
Umschlaggestaltung: HildenDesign, München
Umschlagmotiv: © Chad Baker / Getty Images
Herstellung: Helga Schörnig
Satz: C. Schaber Datentechnik, Wels
Gesetzt aus der 9,9/12,8 Punkt Slimbach
Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck
ISBN 3-453-70026-0

www.heyne.de

Inhalt

1	Nicht mit dem Zauberstab	7
2	Suchen und Forschen	23
3	Zum Beweis	40
4	Das Hier und Jetzt	57
5	Unendlichkeit und Ewigkeit	74
6	Das Gegenbild	92
7	Nach dem Tode	111
8	Weil es die Bibel sagt	130
9	Engel und Archetypen	144
10	Intelligente Tiere	154
11	Gabe oder Last	165
12	Runde Löcher und Quadratische Pflöcke	177
13	Der Zweite Körper	190
14	Geist und Übergeist	206
15	Sexualität im Zweiten Zustand	220
16	Vorübungen	236
17	Der Trennungsprozess	253
18	Analyse der Ereignisse	268
19	Statistische Einordnung	285
20	Ohne Beweiskraft	299
21	Prämissen: Eine Erklärung?	312
	Nachwort	327
	Glossar	347
	Bibliografie	349

1 Nicht mit dem Zauberstab

Gewöhnlich erscheint das, was hier folgt, in einem Vorwort oder einer Einführung. Doch da die meisten Leser solche Einführungen überblättern, um gleich zum springenden Punkt zu kommen, wird es hier gebracht. Denn das Folgende ist tatsächlich der springende Punkt.

Dass ich das zusammengetragene Material veröffentliche, hat vor allem den Zweck, dass 1. durch die möglichst weite Verbreitung irgendein anderer Mensch – vielleicht nur ein einziger – vor der Qual und dem Entsetzen des Ausprobierens auf einem Gebiet bewahrt bleiben kann, wo es keine konkreten Antworten gibt; dass er Trost in dem Wissen von den gleichen Erlebnissen anderer finden kann; dass er das Phänomen bei sich selbst erkennt und so das Trauma der Psychotherapie oder – noch schlimmer – einen geistigen Zusammenbruch und Einweisung in eine psychiatrische Anstalt vermeidet; und dass 2. morgen oder in den kommenden Jahren die formellen anerkannten Wissenschaften unserer Kultur ihren Horizont, ihre Vorstellungen, Postulate und Forschungsmethoden so erweitern, dass sich die hier ange-deuteten Wege und Tore öffnen zur Wissensbereicherung des Menschen und zur Vertiefung des Verständnisses seiner selbst und seiner gesamten Umwelt.

Wenn einem oder gar beiden dieser Ziele gedient würde, wann und wo das auch sein mag, dann wäre das ausreichender Lohn für mich.

Die Darbietung dieses Materials ist nicht für irgendeine besondere wissenschaftliche Gruppe bestimmt. Mein Haupt-

bemühen geht vielmehr dahin, in einer sowohl Wissenschaftlern als auch Laien verständlichen Sprache so präzise wie möglich zu sein und unklare Verallgemeinerungen zu vermeiden. Ein Physiker, Chemiker, Biologe, Psychiater oder Philosoph würde jeweils eine mehr methodische oder spezialisierte Terminologie verwenden, um das Gleiche auszudrücken. Die hier benutzte Darstellungsweise wird zeigen, dass eine Verständigung möglich ist, dass die »einfache« Sprache tatsächlich einer breiten Basis – nicht nur dem schmalen Gipfel von Spezialisten – die richtige Bedeutung vermittelt.

Es ist anzunehmen, dass viele Interpretationen widersprüchlicher Natur sind. Schließlich ist der schwierigste Prozess der, eine Konzeption objektiv zu betrachten, die, falls sie als Tatsache anerkannt wäre, Ausbildung und Erfahrung eines ganzen Lebens hinfällig machen würde. Doch es ist aufgrund weit geringeren Beweismaterials, als es hier vorgelegt wird, schon vieles anerkannt worden und ist nun »anerkannt«. Es steht zu hoffen, dass das Gleiche für die hier gegebenen Daten gilt.

Es ist tatsächlich der schwierigste geistige Prozess, solche Dinge objektiv zu betrachten. Schließlich will niemand gern seine Ansichten korrigieren.

Es ist nicht leicht, einen Anfang für diesen aufrichtigen Bericht über eine höchst persönliche Erfahrung zu finden.

Im Frühjahr 1958 führte ich ein einigermaßen normales Leben in einer einigermaßen normalen Familie. Weil wir die Natur und die Ruhe schätzen, lebten wir in einer ländlichen Umgebung. Die einzige unorthodoxe Tätigkeit waren meine Experimente mit Methoden des Datenlernens während des Schlafs – wobei ich die Hauptversuchsperson war.

Die erste Abweichung von der Norm ereignete sich an einem Sonntagnachmittag. Während die übrigen Familienmitglieder vormittags zur Kirche gegangen waren, führte ich ein Experiment durch, indem ich in ganz isolierter Umge-

bung eine bestimmte Tonbandaufzeichnung abhörte. Es war ein einfacher Versuch, die Konzentration auf eine einzige Signalquelle – über das Ohr – zu zwingen und den Signalzugang durch die andern Sinne zu senken. Der Grad der Aufnahme und der Erinnerung sollte den Erfolg des Verfahrens bestimmen.

Von andern Bildern und Klängen abgeschlossen, hörte ich auf das Band. Es enthielt keine ungewöhnliche oder eingestreute Suggestion. Wenn ich darauf zurückblicke, war das Bedeutsamste der dringende Rat, sich alles, was während der Entspannungsübung stattfand, zu merken und ins Gedächtnis einzuprägen. Das Band lief ohne ungewöhnliche Ergebnisse ab. Meine Erinnerung daran war gründlich und vollständig, weil ich das Band selbst entworfen hatte und mir sein Inhalt also vertraut war. Vielleicht zu bekannt, da in meinem Fall die Aufnahme und Erinnerung originellen oder neuen Materials nicht möglich war. Die Methode würde mit einer andern Versuchsperson ausprobiert werden müssen.

Als meine Angehörigen zurückkamen, aßen wir Eier und Speck als kombiniertes Frühstück und Mittagessen und tranken Kaffee dazu. Bei Tisch kam es zu einer unwichtigen Auseinandersetzung über eine Angelegenheit, die mit dem Problem nichts zu tun hatte.

Eine reichliche Stunde später überkam mich ein heftiger, eisenharter Krampf, der sich über mein Zwerchfell oder das Gebiet des Solarplexus genau unter dem Brustkasten hinzog. Es war ein festes Band von nicht nachlassendem Schmerz.

Zuerst glaubte ich, es sei eine Lebensmittelvergiftung vom Essen. In meiner Verzweiflung bemühte ich mich, zu erbrechen, doch mein Magen war leer. Meine Familienangehörigen, die das Gleiche gegessen hatten, zeigten keine Spuren von Krankheit oder Unbehagen. Ich versuchte es mit Bewegungen und mit Gehen, weil ich nun annahm, es handle sich um einen verkrampften Unterleibsmuskel. Appendizitis

konnte es nicht sein, da mir der Blinddarmfortsatz bereits herausgenommen worden war. Ich konnte trotz der Schmerzen richtig atmen, und mein Herzschlag erschien mir normal. Ich schwitzte nicht und verspürte auch keinerlei sonstigen Symptome – nur die harte, gespannte, unbewegliche Starre eines Muskelbandes im oberen Unterleib.

Ich kam auf den Gedanken, dass vielleicht irgendein Faktor bei der Tonbandaufzeichnung der Grund sein könnte. Als ich das Tonband und den schriftlichen Text, nach dem es angefertigt worden war, überprüfte, fand ich nichts Ungeöhnliches. Welche Suggestion darin auch sein mochte, ich stimmte mit ihr überein. Gleichzeitig bemühte ich mich, jede unbewusste Suggestion, die vielleicht auf dem Band enthalten gewesen war, anzuerkennen. Immer noch keine Erleichterung.

Vielleicht hätte ich sofort einen Arzt anrufen sollen. So ernst erschien es mir jedoch nicht, und es wurde auch nicht schlimmer. Aber auch nicht besser. Schließlich telefonierten wir um Hilfe. Alle Ärzte am Ort waren weg oder spielten Golf. Von halb zwei Uhr nachmittags bis gegen Mitternacht hielten Krampf und Schmerzen an. Kein Hausmittel brachte Linderung. Kurz nach Mitternacht schlief ich aus schierer Erschöpfung ein.

Ich wachte frühmorgens auf, und Krampf und Schmerzen waren verschwunden. Doch in dem ganzen Gebiet hatte ich Muskelkater, ähnlich wie man ihn spürt, wenn man zu viel gehustet hat; mehr aber nicht. Was den Krampf in diesem Gebiet hervorgerufen hat, ist noch immer unbekannt. Er wird hier nur erwähnt, weil er das erste physische oder sonstige außergewöhnliche Ereignis war, das stattfand.

In der Rückschau könnte es die Berührung eines Zauberstabes gewesen sein – oder auch eines Vorschlaghammers, wenn ich es damals auch noch nicht wusste.

Etwa drei Wochen später wurde das Bild um ein weiteres

größeres Vorkommnis bereichert. Ich hatte die Tonbandexperimente nicht fortgesetzt, weil ich stark den Verdacht hatte, dass der Krampf irgendwie in Beziehung damit stand. Es gab also nichts, was das Ereignis äußerlich hätte auslösen können.

Wieder war es Sonntagnachmittag, und die Familienmitglieder waren am Vormittag in der Kirche gewesen. Ich lag im Wohnzimmer auf der Couch, um eine Weile zu schlafen, während es im Haus still war. Ich hatte mich gerade hingelegt (den Kopf zum Norden, falls das irgendwelche Bedeutung hat), als ein Strahl oder Strahlenbündel vom Norden her aus dem Himmel zu kommen schien, etwa 30° über dem Horizont. Es war, als wäre ich von einem warmen Licht getroffen worden. Nur dass es heller Tag und kein Strahl sichtbar war, falls wirklich einer da gewesen sein sollte.

Zuerst dachte ich, es sei wirklich Sonnenlicht, obwohl das auf der Nordseite des Hauses unmöglich war. Als der Strahl meinen ganzen Körper traf, bewirkte er, dass dieser heftig zitterte oder »vibrierte«. Ich war völlig unfähig, mich zu bewegen, so, als ob ich in einen Schraubstock eingespannt wäre.

Schockiert und von Furcht erfüllt, zwang ich mich zu einer Bewegung. Es war, als ob ich mich gegen unsichtbare Fesseln wehrte. Als ich mich langsam auf der Couch aufsetzte, vergingen das Zittern und das Vibrieren allmählich, und ich konnte mich wieder ungezwungen bewegen.

Ich stand auf und ging umher. Einen Bewusstseinsverlust hatte ich nicht bemerkt, und die Uhr zeigte, dass nur wenige Sekunden verstrichen waren, seit ich mich auf der Couch ausgestreckt hatte. Ich hatte während der ganzen Episode die Augen nicht geschlossen, hatte das Zimmer gesehen und die Geräusche vor dem Haus gehört. Ich schaute aus dem Fenster, vor allem nach Norden; aber ich weiß nicht, warum und was ich zu sehen erwartete. Alles sah normal und ruhig

aus. Ich ging hinaus und machte einen Spaziergang, um über diese seltsame Sache nachzudenken, die sich da ereignet hatte.

Während der folgenden sechs Wochen trat der gleiche merkwürdige Zustand neunmal auf. Er ereignete sich zu verschiedenen Zeiten und an verschiedenen Orten, und der einzige gemeinsame Faktor war der, dass es begann, kurz nachdem ich mich zur Ruhe oder zum Schlaf hingelegt hatte. Sobald es stattfand, zwang ich mich in sitzende Stellung, und das »Zittern« verging. Obwohl ich das »Gefühl« hatte, dass mein Körper geschüttelt wurde, hatte ich keinen sichtbaren Beweis dafür, dass es tatsächlich so war.

Mit meinen begrenzten medizinischen Kenntnissen stellte ich mir viele Möglichkeiten als Ursache vor. Ich dachte an Epilepsie, glaubte jedoch, dass Epileptiker keine Erinnerung an solche Anfälle hatten oder sie spürten. Ferner glaubte ich, dass Epilepsie erblich ist und sich bereits im frühen Alter bemerkbar macht; beides traf auf mich nicht zu.

Das zweite war die Möglichkeit einer Störung im Gehirn, etwa ein Tumor oder Gewächs. Doch auch dafür waren die Symptome nicht typisch, aber das konnte es sein. Voller Angst ging ich zu unserem Hausarzt, Dr. Richard Gordon, und erklärte ihm die Symptome. Als Internist und Diagnostiker musste er die Antworten zur Hand haben, die es möglicherweise gab. Er kannte auch meine Krankengeschichte, soweit man davon sprechen konnte.

Nach einer gründlichen Untersuchung meinte Dr. Gordon, ich hätte wohl zu schwer gearbeitet, und schlug vor, mehr zu schlafen und ein wenig abzunehmen. Kurz, er konnte nichts Physisches bei mir finden. Über die Möglichkeit eines Hirntumors oder einer Epilepsie lachte er nur. Ich verließ mich auf sein Wort und ging erleichtert nach Hause.

Wenn es keine physische Basis für das Phänomen gab, musste es, wie ich meinte, halluzinatorisch sein, eine Form

des Träumens. Deshalb wollte ich den Zustand, falls er wieder auftrat, so objektiv wie möglich beobachten. Pflichtschuldigst stellte er sich am gleichen Abend ein.

Er begann zwei Minuten, nachdem ich mich zum Schlafen hingelegt hatte. Diesmal war ich entschlossen, in diesem Zustand zu bleiben und zu sehen, was sich ereignete, statt mich herauszukämpfen. Als ich dalag, strömte das »Gefühl« in meinen Kopf und ergoss sich über meinen ganzen Körper. Es war kein Zittern, sondern eher ein »Vibrieren«, stetig und von unveränderlicher Frequenz. Es wirkte wie ein elektrischer Schock, der durch den ganzen Körper lief, nur ohne die sonst damit verbundenen Schmerzen. Außerdem schien die Frequenz unter dem Puls von sechzig Schwingungen zu liegen – etwa halb so viel.

Ängstlich unterwarf ich mich und versuchte ruhig zu bleiben. Ich konnte das Zimmer um mich her noch sehen, doch nur wenig hören wegen des Brausens, das die Vibrationen verursachten. Ich fragte mich, was nun wohl kommen werde.

Nichts kam. Nach etwa fünf Minuten verging die Sensation allmählich, und ich stand auf, wobei ich mich völlig normal fühlte. Mein Puls war beschleunigt, offenbar infolge der Aufregung, doch sonst war nichts zu bemerken. Bei diesem Ergebnis verlor ich einen großen Teil meiner Furcht vor diesem Zustand.

Bei den nächsten vier, fünf Malen, als das Vibrieren wieder auftrat, entdeckte ich ein wenig mehr. Mindestens einmal schien es sich zu einem Ring von Funken zu entwickeln, der etwa sechzig Zentimeter Durchmesser hatte, wobei die Achse meines Körpers im Mittelpunkt des Ringes lag. Wenn ich die Augen schloss, konnte ich diesen Ring tatsächlich sehen. Der Ring begann am Kopf und kreiste langsam zu meinen Zehen hinunter, danach zurück zum Kopf; dabei behielt er seine regelmäßige Schwingungsperiode. Während der Ring über meinen Körper wanderte, fühlte ich,

dass die Schwingungen wie ein Band durch jeden Teil meines Körpers schnitten. Wenn der Ring über meinen Kopf wanderte, rauschte ein großes Brausen auf, und ich empfand die Schwingungen im Gehirn. Ich versuchte diesen flammenden, elektrisch wirkenden Ring zu studieren, konnte jedoch weder einen Grund dafür noch seine Natur entdecken.

Dies alles blieb meiner Frau und den Kindern verborgen. Ich sah keinen Grund, sie zu beunruhigen oder besorgt zu machen, solange nicht etwas Endgültiges darüber bekannt war. Allerdings zog ich einen Freund, den bekannten Psychologen Dr. Foster Bradshaw, ins Vertrauen. Wenn er nicht gewesen wäre, weiß ich nicht, wo ich mich zu dieser Zeit befände. Vielleicht in einer psychiatrischen Anstalt.

Ich sprach die Angelegenheit mit ihm durch, und er war sehr interessiert. Er meinte, es könne eine Art Halluzination sein. Wie Dr. Gordon kannte er mich gut. Infolgedessen lachte er bei der Vorstellung, dass ich mich im Anfangsstadium einer Schizophrenie oder ähnlichen Krankheit befände. Ich fragte ihn, was ich seiner Ansicht nach tun sollte. Seine Antwort werde ich nie vergessen.

»Nun, Sie können nicht viel anderes tun, als es zu untersuchen und zu sehen, was es ist«, entgegnete Dr. Bradshaw. »Jedenfalls scheint es nicht, als ob Sie eine andere Wahl hätten. Wenn mir so etwas passierte, würde ich irgendwohin in einen Wald gehen und mich so lange darum bemühen, bis ich die Lösung gefunden habe.«

Der Unterschied war aber gerade der, dass es mir und nicht Dr. Bradshaw passierte. Und ich konnte es mir nicht leisten, in den Wald zu gehen. Ich hatte unter anderem für eine Familie zu sorgen.

Es vergingen mehrere Monate, und die Vibrationen traten weiter auf. Es wurde schon fast langweilig – bis ich eines Abends abgespannt im Bett lag und kurz vor dem Einschlafen

fen war. Die Schwingungen kamen, und ich wartete geduldig, dass sie vorübergingen, damit ich einschlafen konnte. Als ich da so lag, hing mein Arm über die rechte Seite des Bettes, und die Finger streiften gerade den Teppich.

Müßig versuchte ich die Finger zu bewegen und stellte fest, dass ich über den Teppich kratzen konnte. Ohne darüber nachzudenken oder auch nur aufzunehmen, dass ich die Finger während der Vibration bewegen konnte, drückte ich die Fingerspitzen gegen den Teppich. Nach kurzem Widerstand schien es, als ob meine Finger durch den Teppich durchgriffen und den Fußboden darunter berührten. Mit leichter Neugier drückte ich die Hand weiter abwärts. Meine Finger gingen durch den Fußboden und berührten die raue Oberseite der Decke des Zimmers darunter. Ich tastete umher, und da waren ein kleines dreieckiges Stück Holz, ein verbogener Nagel und Sägemehl. Nur mäßig an dieser tagtraumähnlichen Sensation interessiert, schob ich die Hand noch tiefer. Ich gelangte durch die Decke des Erdgeschosses und hatte das Gefühl, dass mein ganzer Arm durch den Fußboden hindurchgedrungen wäre. Meine Hand berührte Wasser. Ohne Aufregung verspritzte ich mit den Fingern von dem Wasser.

Plötzlich wurde ich mir der Situation bewusst. Ich war hellwach. Ich sah die mondhelle Landschaft durchs Fenster. Ich fühlte, wie ich auf dem Bett lag, die Decke über dem Körper, das Kissen unter dem Kopf, die Brust mit dem Atem sich hebend und senkend. Die Vibrationen waren noch da, doch weniger stark.

Und doch spielte, so unmöglich es war, meine Hand in einem Wassertümpel, und in meinem Arm hatte ich das Gefühl, er sei durch den Fußboden geschoben. Ich war bestimmt hellwach, und die Sensation war immer noch da. Wie konnte ich in jeder Hinsicht wach sein und dennoch »träumen«, dass mein Arm durch den Fußboden gedrungen sei?

Die Vibrationen ließen nach, und aus irgendeinem Grund meinte ich, dass eine Beziehung zwischen meinem durch den Fußboden gedrungenen Arm und diesen Schwingungen bestehe. Wenn sie verschwanden, ehe ich meinen Arm »heraus« hatte, könnte sich der Fußboden vielleicht schließen, und ich würde den Arm verlieren. Vielleicht hatten die Vibrationen vorübergehend ein Loch in den Boden gemacht. Über das Wie dabei dachte ich nicht nach.

Ich riss meinen Arm aus dem Boden, zog ihn ins Bett, und kurz darauf endeten die Schwingungen. Ich stand auf, knipste das Licht an und betrachtete die Stelle neben dem Bett. Weder im Teppich noch im Fußboden war ein Loch. Sie waren genauso, wie sie immer gewesen waren. Ich betrachtete meine Hand und den Arm; ich suchte sogar nach Wasser an meiner Hand. Es war keins da, und mein Arm wirkte völlig normal. Ich sah mich im Zimmer um. Meine Frau schlief ruhig im Bett; alles schien in bester Ordnung.

Ich dachte lange über die Halluzination nach, ehe ich ruhig genug war, um einschlafen zu können. Am nächsten Tag überlegte ich tatsächlich, ob ich ein Loch in den Fußboden sägen und nachsehen sollte, ob sich das, was ich ertastet hatte, wirklich in der Zwischendecke befand – das dreieckige Stückchen Holz, der verbogene Nagel und das Sägemehl. Doch damals konnte ich mich nicht entschließen, den Fußboden wegen einer wilden Halluzination zu beschädigen.

Ich erzählte Dr. Bradshaw von dieser Episode, und er stimmte mir zu, dass es ein recht überzeugender Tagtraum sei. Er war dafür, ein Loch in den Fußboden zu sägen und nachzusehen, was da lag. Er machte mich mit Dr. Lewis Wolberg bekannt, einem berühmten Psychiater. Bei einer Gesellschaft erwähnte ich Dr. Wolberg gegenüber beiläufig das Vibrationsphänomen. Er war nur höflich interessiert, offenbar nicht in Stimmung für »berufliche Fragen«, was ich

ihm nicht übel nehmen konnte. Ich hatte nicht den Mut, ihn wegen des Armes im Fußboden zu fragen.

Es wurde einigermaßen verwirrend. Meine Umgebung und meine persönliche Erfahrung hatten mich veranlasst, von der modernen Technik eine Art von Antworten oder doch mindestens verheißungsvolle Urteile zu erwarten. Ich hatte für einen Laien eine überdurchschnittliche wissenschaftliche, technische und medizinische Ausbildung genossen. Nun sah ich mich einer Sache gegenüber, wo Antworten oder doch wenigstens Annäherungen nicht rasch zur Verfügung standen. In der Rückschau erscheint es mir immer noch unmöglich, dass ich die Angelegenheit irgendwann hätte auf sich beruhen lassen können.

Wenn ich zu diesem Zeitpunkt glaubte, widersinnigen Dingen gegenüberzustehen, dann nur, weil ich nicht wusste, was noch kommen sollte. Als sich etwa vier Wochen später die »Vibrationen« wieder einstellten, war ich entsprechend vorsichtig mit meinen Versuchen, einen Arm oder ein Bein zu bewegen. Es war spät nachts, und ich befand mich kurz vor dem Einschlafen. Meine Frau neben mir war schon eingeschlafen. In meinem Kopf schien etwas aufzuwallen, und rasch verbreitete sich der Zustand durch meinen ganzen Körper. Alles schien wieder das Gleiche zu sein. Als ich dalag und noch überlegte, wie ich die Sache auf andere Weise analysieren könnte, fiel mir plötzlich ein, wie nett es wäre, wenn ich am nächsten Tag mit dem Segelflugzeug einen kleinen Flug unternehmen könnte (mein Steckenpferd zu jener Zeit). Ohne an irgendwelche Konsequenzen zu denken – ohne auch nur zu wissen, dass es welche geben könnte –, dachte ich an das Vergnügen, das der Flug mit sich bringen würde.

Nach einer Weile wurde ich mir bewusst, dass etwas gegen meine Schulter drückte. Halb neugierig griff ich hin, um festzustellen, was es sei. Meine Hand stieß an eine glatte

Wandung. Ich strich mit der Hand auf Armeslänge über die Wand, die sich glatt und ununterbrochen fortsetzte.

Mit völlig wachen Sinnen versuchte ich bei dem matten Licht zu sehen. Es war wirklich eine Wandung, und ich lag mit der Schulter daran. Ich sagte mir sofort, ich sei eingeschlafen und aus dem Bett gefallen. (Das war zwar noch nie geschehen, aber schließlich ereigneten sich seltsame Dinge aller Art, und aus dem Bett zu fallen war durchaus möglich.)

Dann schaute ich mich wieder um. Irgendetwas war falsch. Diese Wand hatte keine Fenster, keine Türen, und es standen auch keine Möbel daran. Es war keine Wand aus meinem Schlafzimmer. Und doch war sie mir irgendwie vertraut. Dann kam plötzlich das Erkennen. Es war keine Wand, es war die Zimmerdecke. Ich schwebte unter der Decke und stieß sanft dagegen, sobald ich mich bewegte. Ich rollte in der Luft, und verblüfft, wie ich war, blickte ich abwärts. Dort in dem matten Licht stand unter mir das Bett. Es lagen zwei Gestalten darin. Rechts war meine Frau. Neben ihr lag jemand anders. Beide schienen zu schlafen.

Das war ein merkwürdiger Traum, fand ich. Ich war neugierig. Wer lag in meinem Traum neben meiner Frau im Bett? Ich schaute genauer hin, und der Schock war heftig. Ich war der Jemand da im Bett!

Die Reaktion kam fast augenblicklich. Hier war ich, dort war mein Körper. Ich starb. Das war der Tod. Und ich war noch nicht bereit zu sterben. Irgendwie brachten mich die Vibrationen um. Verzweifelt schoss ich wie ein Taucher zu meinem Körper hinab und tauchte hinein. Dann fühlte ich das Bett und die Decke, und als ich die Augen öffnete, sah ich das Zimmer aus der Perspektive von meinem Bett aus.

Was war geschehen? War ich wirklich beinahe gestorben? Mein Herz schlug rasch, aber nicht ungewöhnlich rasch. Ich bewegte Arme und Beine. Alles schien normal. Die Vibratio-

nen waren vergangen. Ich stand auf und ging durchs Zimmer, schaute aus dem Fenster, rauchte eine Zigarette.

Es dauerte lange, bis ich den Mut aufbrachte, ins Bett zurückzukehren, mich hinzulegen und zu versuchen zu schlafen.

In der folgenden Woche ging ich zu Dr. Gordon zu einer abermaligen Untersuchung. Ich sagte ihm den Grund für den Besuch nicht, aber er merkte, dass ich beunruhigt war. Er untersuchte mich sorgfältig, machte ein Blutbild, eine Senkung, Röntgenaufnahmen, Elektrokardiogramme, tastete alle Körperhöhlen ab, nahm eine Urinanalyse vor und alles, was ihm sonst noch einfiel. Er spürte sorgfältig allen Hinweisen auf eine Hirnläsion nach und stellte mir zahlreiche Fragen nach dem motorischen Verhalten verschiedener Körperteile. Er ließ ein Elektroenzephalogramm aufzeichnen, das offensichtlich nichts Ungewöhnliches ergab. Wenigstens sagte er mir nie etwas davon, und ich bin überzeugt, dass er das getan hätte.

Dr. Gordon gab mir ein Beruhigungsmittel und schickte mich nach Haus mit der Anordnung, abzunehmen, weniger zu rauchen, mehr zu ruhen – und sagte, wenn ich ein Problem hätte, dann sei es nicht physischer Natur.

Ich verabedete mich mit meinem Freund Dr. Bradshaw, dem Psychologen. Er nützte mir noch weniger. Außerdem war er keineswegs mitfühlend, als ich ihm die Geschichte erzählte. Er meinte, ich solle versuchen, das Erlebnis zu wiederholen, wenn ich das könne. Ich erwiderte, ich sei nicht bereit zu sterben.

»Ach, ich glaube nicht, dass Sie das dabei tun würden«, erklärte Dr. Bradshaw gelassen. »Einige von diesen Burshen, die Yoga und diese orientalischen Religionen praktizieren, behaupten, sie könnten es immer tun, wenn sie es wünschten.«

Ich fragte ihn, was sie »tun« könnten.

»Na, für eine Weile den physischen Leib verlassen«, entgegnete er. »Sie behaupten, sie könnten überall hingehen. Das müssten Sie mal versuchen.«

Ich sagte, das sei lächerlich. Niemand könne ohne seinen physischen Leib herumreisen.

»Na, ganz so sicher wäre ich da nicht«, erwiderte Dr. Bradshaw ruhig. »Sie sollten mal etwas über die Hindus lesen. Haben Sie nicht Philosophie studiert?«

Ich bejahte das, aber da gab es nichts von Reisen ohne den Körper, soweit ich mich noch erinnern konnte.

»Vielleicht haben Sie nicht den richtigen Philosophieprofessor gehabt, das scheint's zu sein.« Dr. Bradshaw steckte sich eine Zigarre an, dann betrachtete er mich. »Seien Sie doch nicht so zurückhaltend. Versuchen Sie's und stellen Sie fest, was es ist! Wie *mein* alter Philosophieprofessor sagte: ›Wenn Sie blind auf einem Auge sind, drehen Sie den Kopf! Und wenn Sie blind auf beiden Augen sind, dann sperren Sie die Ohren auf und lauschen Sie!‹«

Ich fragte, was ich zu tun hätte, falls ich auch taub wäre, erhielt aber keine Antwort.

Natürlich hatte Dr. Bradshaw allen Grund, gelassen in dieser Angelegenheit zu sein. Es passierte mir, nicht ihm! Ich weiß nicht, was ich ohne seine pragmatische Einstellung getan hätte – und ohne seinen wundervollen Humor. Diese Schuld werde ich niemals begleichen können.

Die Vibrationen kamen und gingen noch sechsmal, ehe ich den Mut aufbrachte, das Erlebnis zu wiederholen. Als ich es dann tat, war es beinahe eine Enttäuschung. Als die Vibrationen in voller Kraft waren, dachte ich, ich wolle aufwärts schweben – und ich tat's.

Ich schwebte glatt über dem Bett aufwärts, und als ich wollte, dass es aufhörte, hörte es auf, und ich schwebte mitten in der Luft. Es war ganz und gar kein unangenehmes Gefühl, aber ich war nervös, dass ich plötzlich herunterfallen

könnte. Nach einigen Sekunden dachte ich mich abwärts, und einen Augenblick später fühlte ich mich wieder im Bett, und alle physischen Sinne arbeiteten voll und normal. Es hatte keine Unterbrechung des Bewusstseins von dem Moment an gegeben, als ich mich ins Bett legte, bis zu dem Augenblick, als ich aufstand, nachdem die Vibrationen verklungen waren. Wenn es nicht real war – nur eine Halluzination oder ein Traum –, dann war ich in Schwierigkeiten. Dann fehlte mir die Möglichkeit zu erkennen, wo das Wachen aufhörte und das Träumen begann.

In den Irrenhäusern gibt es tausende von Leuten, die genau dieses Problem haben.

Das zweite Mal, als ich versuchte, mich absichtlich zu dissoziieren, hatte ich Erfolg. Wieder schwebte ich bis zur Decke hinauf. Doch diesmal hatte ich ein überwältigend starkes sexuelles Bedürfnis und konnte an nichts anderes denken. Peinlich berührt und ärgerlich über mich selbst, weil ich diese Flut von Emotionen nicht zu beherrschen vermochte, kehrte ich in meinen physischen Leib zurück.

Erst nach etwa fünf weiteren Erlebnissen entdeckte ich das Geheimnis einer solchen Beherrschung. Die Bedeutung der Sexualität bei dieser ganzen Angelegenheit ist so groß, dass sie später ausführlich behandelt werden soll. Zu jener Zeit war sie eine sehr ärgerliche geistige Blockierung, die mich in dem Zimmer eingesperrt hielt, wo mein physischer Leib lag.

Da mir keine andere Terminologie zur Verfügung stand, nannte ich diese Lage den Zweiten Zustand und den andern, den nichtphysischen Leib, den wir anscheinend besitzen, den Zweiten Körper. Bis jetzt hat sich diese Terminologie als ebenso geeignet erwiesen wie jede andere.

Bis zu dem ersten überzeugenden Erlebnis, das nachgeprüft werden konnte, hielt ich diese Vorfälle für alles andere als Tagträume; ich dachte an Halluzinationen, an eine neu-

rotische Abweichung, an Anfänge einer Schizophrenie, an Phantasien, durch Autohypnose verursacht, oder an noch schlimmere Dinge.

Jenes erste nachprüfbare Erlebnis war tatsächlich ein Schlag mit dem Schmiedehammer. Wenn ich die Daten als Tatsache nehmen wollte, dann war das ein harter Schlag für all meine Lebenserfahrung bis zu jenem Tag, für meine Ausbildung, meine Vorstellungen und Wertmaßstäbe. Doch vor allem zerstörte es meinen Glauben an die Totalität und Gewissheit der naturwissenschaftlichen Erkenntnisse in unserer Kultur. Ich war überzeugt gewesen, dass unsere Wissenschaftler alle Lösungen besaßen. Oder doch die meisten.

Wenn ich umgekehrt ablehnen wollte, was mir – wenn vielleicht auch noch keinem andern – evident war, dann musste ich auch ablehnen, was ich so hoch einschätzte: dass die Emanzipation der Menschheit und ihr aufwärts gerichtetes Streben vor allem von der Übersetzung des Unbekannten ins Bekannte abhängen, wozu ihr der Intellekt und die wissenschaftlichen Prinzipien dienen.

Das war das Dilemma. Es könnte wirklich eine Berührung mit dem Zauberstab und das Geschenk einer Begabung gewesen sein. Ich weiß es bis heute noch nicht.



Theodor A. Knust, Robert A. Monroe

Der Mann mit den zwei Leben

Reisen außerhalb des Körpers

Taschenbuch, Broschur, 352 Seiten, 12,0 x 18,7 cm

ISBN: 978-3-453-70026-0

Heyne Spiritualität und Esoterik

Erscheinungstermin: Mai 2005

Der Klassiker zum Thema Astral- und Seelenreisen: Der große Bewusstseinsforscher und Erfolgsautor Robert A. Monroe beschreibt seine Aufsehen erregenden Erkundungen nichtmaterieller Welten. Ausführliche Anleitungen, welche die gefahrlose Durchführung eigener Experimente ermöglichen, machen dieses Buch zu einem Muss für den praxisorientierten spirituellen Leser.



[Der Titel im Katalog](#)