



Dieses Bild wurde von einem achtjährigen Mädchen gezeichnet, die viele Anzeichen einer temporalen Hirnlappen-Epilepsie zeigte.

Ein Jahr lang hatte sie immer wieder außerkörperliche Erfahrungen. Sie hörten dann plötzlich für sechs Monate auf und begannen dann erneut. In dieser zweiten Phase war sie willentlich in der Lage, diese auf Befehl zu erfahren.

Im Folgenden ihre Instruktionen, wie man eine außerkörperliche Erfahrung erfährt, was sie im Alter von neun Jahren verfasste:

Wie man aus seinem Körper rauskommt

Wenn du im Bett liegst,
Stell dir vor, du bist in einer Achterbahn.
Und versuche dich zu bewegen, aber beweg dich nicht wirklich.
Vielleicht wirst du anfangen schneller und schneller zu werden.
Und du wirst dich fühlen als wirst du durchgerüttelt.
Und an einem Punkt bist du plötzlich draußen.

Eine andere Art ist es dir vorzustellen, du bist der Wind, aber beweg dich überhaupt nicht. Und dann stell dir vor du bist ein Sturm. Dann bist du aus deinem Körper raus.

Du weißt du bist draußen, wenn du dich umdrehst und dich selber sehen kannst.

Wenn du einen Schreibtisch in deinem Zimmer hast, dann kannst du ihn sehen.

Du fühlst es, wenn du aufwachst und du grad in deinen Körper zurückgehst.

Versuch dir einen Ort vorzustellen, so was wie ein Kino und du wirst dort sein. Du kannst dir jeden Film angucken.

Geh mit keinem mit der auch eine außerkörperliche Erfahrung hat, weil es passieren kann, dass du dann plötzlich in seinem Haus bist und du das gar nicht wolltest.

Wie man irgendwo hinkommt wenn man außerhalb des Körpers ist

Wenn du wen kennst und du willst ihn besuchen, erinnere dich an sein Gesicht wenn du aus deinem Körper raus bist und du wirst dorthin gehen. Oder wenn du zu einem Ort kommen willst, erinnere dich, wie der Ort aussieht und schon bist du da. Oder wenn du zu einem Planeten willst, erinnere dich einfach, wie er aussieht. Und wenn du ins „Land von Oz“ kommen willst, so wie in dem Film, dann erinnere dich einfach daran. Du kannst sogar in den Himmel kommen. Du kommst dorthin, wenn du dir vorstellst, wie er wohl aussieht. Willst du in die Hölle gehen, dann erinnere dich, wie es dort aussieht. Wenn du in einen schwarzen Raum willst, dann denk einfach dran. Denk an einen schwarzen Raum.

Wie man Hellseher wird

Nimm dir etwas Zeit zum Entspannen. Werde so entspannt, dass du noch nichtmals mehr schlucken brauchst. Hol dir wen, der Karten hochhält, aber so dass du sie nicht sehen kannst. Dann stell dir einfach vor, welche es ist. Das ist zum Aufwärmen.

Wie man ein richtiger Hellseher wird

Versuch dich zu entspannen und versuch dir vorzustellen, was in Zukunft sein wird. Wenn du gern mit Messern spielst (aber spiel nicht wirklich mit Messern). Leg dich ins Bett und entspanne dich und versuche dir vorzustellen, was passiert, wenn du weiter mit Messern spielst.

Wenn du etwas über was wissen willst, denk dran, und das erste was in deinen Kopf kommt oder sogar in deinen Kopf reinexplodiert, das wird es dann sein, was passieren wird, wenn was passiert.

Wie man wen heilt

Wenn jemand Schmerzen hat, irgendeinen Schmerz halt, nimm deine Hände und stell dir vor, da ist ein Loch drin, mit dem du Dinge rein- und rausziehen kannst. Dann leg deine Hände da hin, wo die Person ihre Schmerzen hat. Und dann versuche an die Löcher in deinen Händen zu denken. Versuch dir vorzustellen dass du den Schmerz rausziehen wirst und es wird funktionieren.

[übersetzt von Jonathan Dilas, © 2006, Quelle: <http://www.innerworlds.50megs.com/Visions.htm>]