



Außerkörperliche Erfahrungen hingegen finden auf einer phasenverschobenen Ebene statt, die unseren Alltag repräsentiert. Wir bewegen uns hierbei in einem beschleunigten Ist-Zustand innerhalb eines höherfrequentierten Abbildes des physischen Körpers, der zumeist Astralkörper oder Geistkörper genannt wird. Dieser höchst flexible Körper ist jener, in den jeder einmal wechseln muss, spätestens dann, wenn er stirbt. Oft werden Klarträume und außerkörperliche Erfahrungen als identisch betrachtet, aber diese Annahme entsteht dadurch, dass man bei gewissen häufig vorkommenden Realitätsfluktuationen vom außerkörperlichen Zustand nahtlos und ohne jede Vorwarnung in einen Klar- oder Trübtraum wechselt. Die meisten außerkörperlichen Erfahrungen beginnen also im eigenen Schlafzimmer in der Echtzeit, aber enden meistens in einem Traum und somit in einer alternativen Realität. Aus diesem Grund glauben viele Menschen, außerkörperliche Erfahrungen seien ebenfalls Träume.

**Du berichtest immer wieder von außergewöhnlichen Welten, die du während deiner Traumreisen besuchst. Meinst du, dies sind „nur“ Welten im Bewusstsein oder reale Welten, die nicht vom eigenen Geist kreiert wurden?**

Jede alternative Realität, die von unserem Unterbewusstsein registriert und erfahren wird, stellt ebenfalls eine legitime physische Realität dar. Diese sind jedoch aus unserer Perspektive stets psychisch existent. Aus der Perspektive einer alternativen Realität und eines alternativen Selbstes hingegen, das uns in einem Traum erlebt, werden wir für rein psychisch existent gehalten. Nicht anders existieren auch in den Träumen und außerkörperlichen Erfahrungen Welten, die ebenso objektiv und real sind wie unsere Alltagswelt.

Man kann nicht einfach behaupten, dass diesen Realitäten keine Wirklichkeit zukommt, wenn man nicht vernünftig ausgebildet worden ist, um diese auch registrieren, analysieren und erleben zu können. Dass diese anderen Realitäten nur Fantasieprodukte darstellen sollen, ist die Betrachtung eines faulen Träumers. Es strömen häufiger solche Realitäten durch unser Bewusstsein und integrieren sich unbemerkt in unseren Alltag. Déjà-vus lassen sich auf diese Weise auch völlig logisch erklären.

**Hast du schon einmal eine bekannte Person im Traum getroffen, die sich danach auch daran erinnern konnte?**

Ja, häufiger sogar. Anhand der beschleunigten Wahrnehmung in phasenverschobenen oder anderen Traumrealitäten

ist es anhand der Fülle an wahrgenommenen Sequenzen schwierig, einander zu begegnen, aber es ist mir schon mehrmals untergekommen. Wenn zwei Träumer sich in einem Traum treffen und die Erinnerung daran mit in den Alltag retten, dann können sie sich kleidungstechnisch ebenso beschreiben wie auch die Aktionen und Situationen. Wir träumen jedoch häufig zusammen, aber aufgrund der unterschiedlichen Zeit- und Momentabschnitte kommt es zu unterschiedlichen Perspektiven und es werden unterschiedliche Dinge erinnert.

## A Dream Within a Dream

BY EDGAR ALLAN POE

Take this kiss upon the brow!  
And, in parting from you now,  
Thus much let me avow —  
You are not wrong, who deem  
That my days have been a dream;  
Yet if hope has flown away  
In a night, or in a day,  
In a vision, or in none,  
Is it therefore the less gone?

**All that we see or seem  
Is but a dream within a dream.**

I stand amid the roar  
Of a surf-tormented shore,  
And I hold within my hand  
Grains of the golden sand —  
How few! yet how they creep  
Through my fingers to the deep,  
While I weep — while I weep!  
O God! Can I not grasp  
Them with a tighter clasp?  
O God! can I not save  
One from the pitiless wave?

**Is all that we see or seem  
But a dream within a dream?**

**Welche Techniken empfiehlst du Leuten, die das luzide Träumen oder Astralreisen lernen wollen?**

Für Anfänger, die sich diesem großen Abenteuer stellen möchten, empfehle ich, zuerst die Traumerinnerungsfähigkeit zu steigern. Hierfür kann man mit Suggestionen arbeiten, sich auch jeden Morgen an seine Träume erinnern zu können. Sobald man sich an zwei, drei oder mehr Traumsequenzen am Morgen

erinnert, beginnt man mit Bewusstseinsspielen im Alltag. Man simuliert das Erwachen in einem Traum, läuft umher und stellt sich vor, man träume gerade. Hierbei ist es wichtig, tatsächlich zu glauben, dass man sich gerade in einem Traum befindet.

Zusätzlich ist es hilfreich, 10- bis 20-mal am Tag die Umgebung zu überprüfen, ob diese tatsächlich der gewohnten Wachrealität entspricht oder ob es sich vielleicht doch um einen Traum handelt. Es ist unerheblich, wie es sich wirklich verhält, die Aktion an sich ist entscheidend und fördert die Selbsterkenntnis im Träumen. Wenn man daraufhin nachts träumt, werden solche Verhaltensweisen automatisch wieder aufgenommen und man erhält die Chance, den Traum als solchen zu erkennen. In einem solchen Augenblick wird der Traum glasklar und zur Gegenwart. Dieser Effekt allein macht den Traum zu einem unvergesslichen Abenteuer. Wer diese Technik erfolgreich angewendet hat und zu Ergebnissen gekommen ist, der kann sich immer noch dafür entscheiden, direkt aus einem Klartraum in den außerkörperlichen Zustand zu switchen. Natürlich gibt es noch mehr Techniken, die ich auf meinem Blog oder in meinem Workshop vorstelle. Ich habe noch andere Möglichkeiten gefunden, schneller zu Erfolgen zu kommen, aber diese Hinweise hier können schon gut helfen.

**Was sind die üblichen Hürden im Erlernen dieser Fähigkeiten?**

Faulheit und unterbewusste Ängste sind die größten Hürden, was das Erlernen dieser unglaublichen und erstrebenswerten Fähigkeiten betrifft. Man muss wirklich jeden Tag 30 bis 60 Minuten aufwenden, andernfalls sind die Erfolge nur sehr gering. Meditation ist natürlich auch eine Möglichkeit, um an diese Fähigkeiten zu kommen, die in uns allen unterbewusst schlummern und auf ihre Erweckung warten, aber damit sollte man später beginnen, da in dieser oft ein direkter Übergang vom Wachen in den Traumzustand erwirkt werden kann. Dies kann einen Anfänger etwas verschrecken. Aus dem Grund beginnt man besser erst mit den von mir genannten Bewusstseinsspielen.

**Was glaubst du ist der Sinn des menschlichen Lebens auf der Erde?**

Der Sinn des Lebens ist die Bewusstseinserweiterung und zwar für jeden Menschen. Hierzu ist es wichtig, zu erkennen, dass der gewohnte Alltag ebenso eine Traumrealität darstellt und aktiv geträumt wird. Der Alltag ist eine verlangsamte Version eines Traumes,

welcher wiederum eine alternative bzw. kopierte Realität darstellt, die aus einer Art Ursprungsrealität entstammt. Diese ist unsere wahre Realität, die es zu erkennen bzw. wiederzuerkennen gilt. Jeder vollbewusste Schritt dorthin stellt die Bewusstseinsenerweiterung dar. Das kann über den Königsweg des Träumens geschehen oder eben direkt aus dem Alltag heraus, in dem man sich der parallel existierenden Realitäten gewahr wird, die uns tagtäglich umgeben und sich immer wieder in unser Bewusstsein schleichen. Allein dieses Interview hier setzt sich aus einigen Realitäten zusammen, die einem jedoch als eine einzige unteilbare Realität erscheinen. Das Individuum jedoch ist nicht unteilbar, sondern besteht aus mehreren Teilen. Dies zu erkennen, ist der erste Schritt zur aktiven Bewusstseinsenerweiterung. Ziel der Bewusstseinsenerweiterung und Sinn des Lebens ist es, seine eigene Ganzheit des Selbst, das Auffinden der Ursprungsrealität zu erreichen.

**Gibt es ein Ereignis aus dem Bereich, das dir besonders in Erinnerung ist?**

Ich habe bereits so viele „verrückte“ Dinge erlebt, ich könnte unzählige Bücher damit füllen. Diese Erfahrungen nahm ich mit der gleichen Klarheit und

Deutlichkeit wahr, mit der ich auch den Alltag wahrnehme – wenn nicht sogar um Längen deutlicher. Mich haben z.B. Menschen in ihren Astralkörpern besucht, lange bevor ich sie in der physischen Realität traf. Ich habe mich an andere Leben erinnert, in denen ich durch die Steppen Afrikas lief oder mich zur Jahrhundertwende in einen Frack warf, um mit der Kutsche zu einem Bankett gefahren zu werden. Ich habe UFOs und Außerirdische beobachtet, habe auf fremden Planeten zuschauen können, wie in ferner Vergangenheit Kriege zwischen außerirdischen Rassen am Himmel stattfanden, die in ihrer Entwicklung viel weiter waren als wir heute. Dann durfte ich die höheren Astralebene erblicken, leuchtende Städte, die in ihrer Frequenz so hoch waren, dass es mich höllisch schmerzte, sie bloß anzuschauen. Auch habe ich Unendlichkeiten schauen können, in denen ich auf viele Weisen existierte. Mir sind Naturwesen begegnet, Elfen, Kobolde und Feen, die mich mit ihrer Schönheit, ihrem Esprit und Charme betörten. Auch erblickte ich unterirdische Basen, in denen Nixen und Elfen in riesigen Taucherglocken festgehalten wurden, durfte andere bewohnte Planeten schauen, die mit unbekanntem Spezies bevölkert waren, besuchte frem-

de Welten, in denen Wesen aus allen möglichen Realitäten als Drogen versklavt wurden, um Bienen gleich Energie für ihre Herrscher zu sammeln ... Ich habe wirklich sehr viele unvergessliche Erfahrungen gemacht, sie waren abenteuerlich, verrückt, unglaublich, beängstigend, erkenntnisreich und unfassbar, aber auch wunderschön, bezaubernd und emotional. Eine der ersten großen Erlebnisse der Bewusstseinsenerweiterung war für mich, aus meinem Alltag zu erwachen und diesen als geträumten Traum zu erkennen. Diese Erkenntnis war, in Anbetracht des Vorurteils, sich im Alltag im Wachzustand zu befinden, erst einmal schockierend und verstörend, aber im Anschluss befreiend und wegweisend. Ich möchte diese Erfahrung niemals missen, auch wenn sie mich damals erst aus den Angeln gerissen hatte. Der Königsweg des Träumens ist daher sanfter und harmonischer als die direkte Bewusstseinsenerweiterung. Somit sollte man seine nächsten Schritte gut überdenken.

*Jonathan gibt sein Wissen auch in Seminaren und Workshops weiter.  
Nähere Infos:  
[www.matrixseite.de](http://www.matrixseite.de)*

## Seminare & Vorträge – Vorschau 2015

im Feng Shui Gebäude der Primavera Life GmbH in Oy-Mittelberg, der Sonnenterrasse im Allgäu



### In Oy-Mittelberg

20.02.15	19:00 Uhr	Erlebnisabend: wie es gelingt, eine glückliche Beziehung zu führen
21. – 22.02.15		Seminar: Selbstliebe und Partnerschaft
13.03.15	19:00 Uhr	Einführung in die Quantenpraxis
14. – 15.03.15		Ausbildung in der Quantenpraxis Basis I
08.04.15	19:00 Uhr	Vortrag: Einführung in die Soulkey Methode
08. – 12.04.15		Ausbildung zum Soulkey-Hypnotherapeuten

### Seminarleiter

Manfred Mohr  
Manfred Mohr  
Dr. Michael König  
Dr. Michael König  
Martin Petersen  
Martin Petersen

### In München

05.02.15	19:00 Uhr	Feng Shui Abend: Bestimme Dein Glück selbst
06. – 08.02., 06. – 08.03. und 08. – 10.05.15		Ausbildung zum zertifizierten Feng Shui Berater (IFSA) in 3 Modulen

Petra Coll Exposito  
Petra Coll Exposito