

**HEYNE** <

### *Das Buch*

Seit über 25 Jahren treten Seelen Verstorbener mit James Van Praagh in Kontakt – und sie haben viel mitzuteilen: vor allem, was sie auf der „anderen Seite“ gelernt und entdeckt haben, und wie wir, die Lebenden, von ihren Erfahrungen profitieren können. Wenn der Mensch den physischen Körper abstreift, erfasst sein spirituelles Selbst das Sein aus einer völlig neuen Perspektive. Für die Seele in der geistigen Welt wird es zu einem tief empfundenen Wunsch, das neu gefundene Wissen mit den Lebenden zu teilen.

*Ihr seid nicht allein* birgt einen wertvollen Schatz faszinierender und zu Herzen gehender Erlebnisberichte der Kommunikation mit dem Jenseits – ein großer Reichtum an Weisheit, die Zeit und Raum überwindet und uns eine einzigartige Chance für inneres Wachstum, Versöhnung und Lebenserfüllung schenkt.

### *Der Autor*

James Van Praagh ist einer der außergewöhnlichsten Menschen unserer Zeit. Seine spektakuläre Fähigkeit, mit den Seelen Verstorbener zu kommunizieren, hat ihn in aller Welt berühmt gemacht. Seine Vorträge und Demonstrationen ziehen Tausende von Menschen an. James Van Praagh lebt in der Nähe von Los Angeles.

James Van Praagh

# Ihr seid nicht allein

Was die Toten uns über  
das Leben lehren

Aus dem Amerikanischen  
von Karin Weingart

WILHELM HEYNE VERLAG  
MÜNCHEN

Die Ereignisse, von denen in diesem Buch berichtet wird, haben sich tatsächlich zugetragen. Um jedoch die Identität der daran Beteiligten zu schützen, wurden Namen und nähere Umstände verändert.



Verlagsgruppe Random House FSC-DEU-0100  
Das für dieses Buch verwendete FSC®-zertifizierte Papier  
*Holmen Book Cream* liefert Holmen Paper, Hallstavik, Schweden.

Taschenbucherstausgabe 03/2013

Die Originalausgabe erschien 2009 unter dem Titel *Unfinished Business: What the Dead Can Teach Us About Life* im Verlag HarperOne, New York, USA.

Published by arrangement with HarperOne,  
an imprint of HarperCollins Publishers, LLC.

Copyright © 2009 by James Van Praagh

Copyright © 2010 der deutschsprachigen Ausgabe by Ansata Verlag,

München, in der Verlagsgruppe Random House GmbH

Copyright © 2013 dieser Ausgabe by Wilhelm Heyne Verlag,

München, in der Verlagsgruppe Random House GmbH

Printed in Germany

Redaktion: Diane Zilliges

Umschlaggestaltung: Guter Punkt, München

Herstellung: Helga Schörnig

Satz: EDV-Fotosatz Huber/Verlagsservice G. Pfeifer, Germering

Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pöbneck

ISBN 978-3-453-70218-9

<http://www.heyne.de>

*Für Linda Tomchin,  
meinen Engel hier auf Erden, der mich  
dabei unterstützt, die Menschen zu  
bereichern und ihnen das Herz zu öffnen.  
Dafür werde ich ewig dankbar sein.*



# INHALT

Prolog 9  
Einführung 12

## **TEIL EINS** **EMOTIONALER BALLAST 17**

EINS Schuldgefühle 19  
ZWEI Reue 47  
DREI Liebe oder Angst 71

## **TEIL ZWEI** **»... DAS FÜG AUCH KEINEM** **ANDERN ZU« 93**

VIER Das Schuldspielchen 95  
FÜNF Vergeben und vergessen 119  
SECHS Karma 141

## **TEIL DREI** **ENDLICH KLARE SICHT 167**

SIEBEN Hindernisse überwinden 169  
ACHT Den höheren Weg einschlagen 199  
NEUN Die Klarheit des Bewusstseins 219

**TEIL VIER**

**EIN GANZ NEUES LEBEN 239**

ZEHN	Erhabenheit	241
ELF	In Freiheit	265
ZWÖLF	Alles bereinigt	285
	Literatur	313
	Dank	315

## PROLOG

Ginny Meyer schaute auf die Uhr. Der große Zeiger stand kurz vor der Elf, der kleine unmittelbar vor der Fünf. Jetzt ist es nur noch eine Sache von Minuten, bis Neil von der Arbeit kommt, dachte sie. Ben würde also nur noch ein paar Augenblicke lang allein sein. Außerdem hockten er und sein kleiner Freund Andrew wie festgewachsen vor dem Fernseher. Pokémon! Wenn sich Kinder in der Welt der Taschenmonster verlieren, nehmen sie Mamis höchstens als Hintergrundrauschen wahr. Und so hatten es die beiden Jungen nicht einmal richtig mitbekommen, als Ginny ihnen sagte, dass sie kurz bei ihrer Nachbarin Nancy vorbeischauchen wolle. Dazu muss man wissen: Was für Ben seine Cartoons waren, war für Ginny das Kochen. Dieselbe Besessenheit. Ginny hatte gerade ein neues Hackbratenrezept ausprobiert und brannte nun darauf zu hören, was Nancy davon hielt.

Eine bessere Nachbarin als sie konnte man sich kaum vorstellen. Nicht nur, dass Ginny Kochrezepte mit ihr austauschen konnte, Nancy hatte auch immer ein offenes Ohr für sie, brachte ihr manchmal etwas vom Markt mit oder holte die Kinder von der Schule ab. Die beiden Frauen gingen fast wie Schwestern miteinander um. Ginny genoss das sehr, denn ihre wirkliche Schwester wohnte Tausende von Kilometern weit entfernt, und so war Nancy quasi ein perfekter Ersatz. Allerdings hatten die beiden Frauen aufgrund ihrer familiären, kirchlichen und beruflichen Verpflichtungen leider nur selten Zeit füreinander. Die aber war ihnen heilig.

Nancy spülte ihr Stückchen vom Hackbraten mit einem leichten, trockenen Chablis herunter. Normalerweise trank sie tagsüber keinen Alkohol, aber heute machte sie eine Ausnahme. Es war schließlich eine besondere Gelegenheit, denn seit über einem Monat hatten sie und Ginny sich nicht mehr in Ruhe gesehen. Nancy lächelte fröhlich – für Ginny ein Zeichen, dass ihre neueste kulinarische Kreation gut angekommen war. Sie war sehr stolz auf sich.

Draußen hörte man eine Autotür zuschlagen. Das musste Neil sein. Und so gern Ginny auch noch geblieben wäre, bekam sie jetzt doch ein schlechtes Gewissen. Neil würde sich wundern, dass sie nicht zu Hause war, und es wahrscheinlich auch nicht so toll finden, wenn sie die Kinder unbeaufsichtigt ließ, um mit ihrer Nachbarin über Kochrezepte zu ratschen. Also nahmen sich die beiden Frauen in den Arm, und Nancy sagte zum Abschied: »Ich versteh das schon. Gehört alles mit dazu.«

Ginny eilte über den Rasen und überzeugte sich, dass Neils Kombi tatsächlich in der Auffahrt stand. Als sie die Haustür erreichte, ging diese plötzlich auf und der kleine Andrew kam herausgestürmt. Er drehte sich noch einmal kurz um, blickte zu ihr hoch und rannte dann schnell weg. Ginny dachte nicht weiter darüber nach, wahrscheinlich hatte Ben irgendetwas gesagt, was den Jungen verletzt hatte.

Ginny betrat das Haus. Der Fernseher war viel zu laut. Sie rief nach Ben und Neil, dann griff sie zur Fernbedienung und stellte den Ton ab. Plötzlich herrschte ohrenbetäubende Stille. Und alles schien stillzustehen. Ginny lief die Treppe hoch und rief nochmals nach Neil und Ben. Nichts. Ginny bekam ein ganz komisches Gefühl im Magen. Hier stimmte doch was nicht.

Aus dem oberen Stockwerk hörte sie ein Stöhnen. Die letzten Stufen rannte sie und rief dabei immer wieder nach

Neil. Als sie oben angelangt war, drang ein markerschütternder Schrei aus Bens Zimmer. Sie blickte hinein und sah das Unvorstellbare. Vor ihr stand Neil, blutüberströmt, im Arm hatte er ihren leblosen Sohn. Wie versteinert starrte Neil an die Decke. Zu seinen Füßen lagen Patronen verstreut, dazwischen der Neunmillimeterrevolver. Erst vor zwei Tagen hatte Ginny ihren Mann noch aufgefordert, die Waffe sicher zu verstecken, damit Ben sie nicht fand. Jetzt war es zu spät. Die Eltern fanden keine Worte, viel zu überwältigend waren ihre Gefühle. Beide beteten, berührten ihren Sohn im verzweifelten Versuch, ihm ein Lebenszeichen zu entlocken. Doch vergebens. Er war längst von ihnen gegangen.

Und so begann die schlimmste Zeit im Leben von Ginny und Neil Meyer.

## EINFÜHRUNG

Die Geschichte, die Sie gerade im Prolog gelesen haben, ist entsetzlich – eine einzige Ansammlung fataler Fehler. Man mag gar nicht glauben, dass solche Dinge tatsächlich geschehen, aber sie sind häufiger, als man sich vorstellen kann. Ich habe Ihnen diese Geschichte erzählt, weil sie zwar nicht typisch ist für den Verlust eines Kindes, ich sie aber bis heute nicht vergessen konnte. Als Ginny und Neil zu mir kamen, um meine Hilfe in Anspruch zu nehmen, lagen so viele Schichten von Schuld, Vorwürfen und Scham im Raum, dass es sehr schwer war, die Kommunikation mit ihrem Sohn in Gang zu bringen. Natürlich trauerten die Eltern immer noch um Ben, darunter aber lag noch etwas. Sie waren tief in gegenseitige Beschuldigungen verstrickt. Ginny warf Neil vor, die Waffe nicht sicher aufbewahrt zu haben, wie sie es von ihm verlangt hatte, und gleichzeitig wurde sie von einem schlechten Gewissen geplagt, weil sie die beiden Jungen allein gelassen hatte. Neil wiederum beschuldigte Ginny, ihre Aufsichtspflicht vernachlässigt zu haben, während er selbst es sich nicht verzeihen konnte, dass er den Revolver hatte offen herumliegen lassen. Beide fühlten sich für Bens Tod verantwortlich, empfanden es aber auch so, als hätten sie einander im Stich gelassen. Sie waren zwar nicht tot, doch im Grunde hatten sie so dichtgemacht, dass sie genauso wenig lebendig wirkten wie ihr Sohn. Als Ben dann endlich durchkam, brachte er seinen Eltern ganz viel Liebe und Vergebung entgegen. Er versuchte, ihnen ihr Leben zurückzugeben, flehte sie an, zu akzeptieren, dass er ihnen verziehen hatte, und bat sie

inständig, auch einander zu vergeben. Ich weiß noch, wie komisch ich es fand, ein Kind seinen Eltern sagen zu hören: *Ihr habt doch das ganze Leben noch vor euch. Macht es euch nicht kaputt.* Nachdem Ginny und Neil gegangen waren, wusste ich zwar, dass Bens Erscheinen ihnen eine gewisse Erleichterung verschafft hatte, mir war aber auch klar, dass sie sich weiterhin darüber streiten würden, wer von ihnen die größere Schuld an seinem Tod trug. Diese Hürde konnten sie einfach nicht nehmen. Von gemeinsamen Freunden habe ich später erfahren, dass sie sich irgendwann scheiden ließen.

Es machte mich sehr traurig, dass all die Liebe und Vergebung, die Ben seinen Eltern aus dem Jenseits entgegengebracht hatte, nicht gereicht hatten, um die Ehe aufrechtzuerhalten. Scheidung wäre das Letzte gewesen, was Ben sich für Ginny und Neil gewünscht hätte. Statt ihren Sohn zu ehren, indem sie aus der Tragödie seines Todes etwas Positives machten (etwa indem sie eine Initiative zur Verschärfung der Waffengesetze gründeten), blieben sie in unproduktive Schuldzuweisungen verstrickt. So verpassten sie die Chance, die Fehler, die sie begangen hatten, in ein Geschenk an die Welt umzumünzen, indem sie möglicherweise dazu beitrugen, dass sich ein ähnliches Unglück nicht in einer anderen Familie wiederholte. Denkbar wäre auch ein anderes Szenario gewesen: Ginny und Neil hätten genauso gut zusammenbleiben, über die Gefahren von Handfeuerwaffen im Haushalt aufklären, noch Kinder bekommen und die Liebe zueinander weiter vertiefen können. Stellen Sie sich nur mal vor, wie glücklich Ben gewesen wäre, zu sehen, dass sein Tod nicht vergebens war.

Das ist auch der Grund, warum ich dieses Buch geschrieben habe. Aus dem Jenseits habe ich sehr viel über das Leben auf Erden gelernt und bin immer wieder begeistert,

was uns die geistige Welt alles darüber zu sagen hat. In Büchern und auf Veranstaltungen gebe ich das nun schon seit fünfundzwanzig Jahren weiter. Leider erlebe ich aber oft auch Enttäuschungen, nämlich wenn Empfehlungen aus dem Jenseits ungehört verhallen. In aller Regel freuen sich die Leute, wenn ich ihnen einen Namen oder irgendein anderes Detail korrekt wiedergebe. Wenn dann aber der Geist einen Rat erteilen möchte, trifft er bedauerlicherweise oft auf taube Ohren.

Nachdem der Mensch im Tod seine körperliche Hülle verlassen hat, nimmt sein geistiges Selbst eine ganz neue Perspektive auf das Leben ein. Es ist quasi, als hätte er sich die Augen lasern lassen und könnte nun klarer sehen. Die Verstorbenen lernen zu verstehen, warum manches genau so geschehen musste, wie es geschah. Sie sind in der Lage, andere Menschen wertzuschätzen, auch ihre Feinde, und wissen genau, was sie von ihnen gelernt haben. Darüber hinaus wird ihnen aber auch bewusst, dass sie bestimmte Fehler hätten vermeiden können, wenn sich nur ihr Ego nicht so in den Vordergrund geschoben hätte. Sobald sie dann ins Licht gegangen sind, brennen sie darauf, ihre neuen Erkenntnisse an die Lebenden weiterzugeben. Ich selbst gehöre zu den Glücklichen, die von der Weisheit und Führung der Geistwesen profitieren, und gebe ihre Einsichten liebend gern an Sie weiter.

Allzu viele von uns sind wie besessen von etwas, worüber wir nicht die geringste Kontrolle haben: von der Vergangenheit, dem ewigen »Hätte-Könnte-Wäre«. Arbeit, Familie, Geld, bestimmte Entscheidungen, das ganze Lebensglück – auf allen diesen Gebieten gibt es immer irgendetwas, was man bereut. Doch Macht haben wir nur über das »Jetzt«, und dieses Jetzt wirkt sich auf unsere Zukunft aus. Unsere Gesellschaft beruht heutzutage auf viel zu wenig Eigenver-

antwortlichkeit und viel zu viel Schuldzuweisung. Sobald irgendetwas schiefeht, versuchen wir den anderen (oder Gott) die Schuld dafür in die Schuhe zu schieben. Wenn ein Unglück geschieht, werden wir zornig und zerfleischen uns mit Selbstvorwürfen, statt zu erkennen, dass wir auch etwas Gutes daraus machen können. Immer und immer wieder führen wir die emotionalen Dramen auf, die ihren Ursprung in unserer Kindheit oder auch in der jüngeren Vergangenheit haben; aber irgendwie scheinen wir wohl zu glauben, dass sich unser Leben auf magische Weise verändern könnte, obwohl bei uns selbst alles beim Alten bleibt. Solange wir jedoch diese Haltung nicht ablegen, wird das Leben nicht aufhören, uns zu überrollen. Was also tun?

Ich hoffe, dieses Buch gibt Ihnen einige Anhaltspunkte. Denn jeder neue Tag birgt neue Chancen; die Umstände können sich ändern, Menschen können sich ändern – und auch Sie können sich verändern. Es geht nur darum, dass Sie beginnen, die Verantwortung für Ihr Denken und Handeln zu übernehmen. Ihre Gedanken sind äußerst mächtig. Das Leben, das Sie heute führen, ist das Ergebnis Ihrer Gedanken. Gedanken sind Energie – und mithin etwas sehr Reales. Es hat mit der Macht unserer Gedanken zu tun, dass uns die Geistwesen ermutigen zu verzeihen, wie schwer das auch sein mag, und alle Ängste zu überwinden, um unsere Träume zu verwirklichen. Wenn wir den Rat, den uns die Geistwesen geben, im täglichen Leben beherzigen, versetzen wir uns in die Lage, Konflikte beizulegen und Zorn in Freundlichkeit zu verwandeln. Indem wir Verantwortung übernehmen, unsere Fehler wiedergutmachen und produktiv mit Trauer umzugehen lernen, steigen wir aus dem Spiel ständiger Schuldzuweisungen aus.

Wir Menschen sind dafür bestimmt, in Liebe zu leben. Wir sind dafür bestimmt, dass unsere Bedürfnisse befrie-

digt werden und wir uns als die einzigartigen Lebewesen zum Ausdruck bringen, die wir sind. Unsere Freunde aus der geistigen Welt wünschen sich, dass wir unseren Beitrag zum Leben leisten, dass wir glücklich sind und dass wir nichts unerledigt lassen, wenn die Zeit gekommen ist, die Schwelle des Lichts zu überschreiten und nach Hause zurückzukehren.

Dadurch, dass Sie dieses Buch lesen, machen Sie bereits den ersten Schritt in die richtige Richtung. Und Sie werden sehen, wie viele Anregungen sich Ihnen aus der geistigen Welt bieten. Dieses Buch wird Sie inspirieren, die Grenzen dessen, was Sie wissen, zu überschreiten. Und mir bleibt nun nicht mehr viel anderes übrig, als Ihnen eine gute Reise in ein neues Leben voller Liebe, Zufriedenheit und Glück zu wünschen.

TEIL EINS

# Emotionaler Ballast



## SCHULDGEFÜHLE

*Wir sind verantwortlich für das, was wir  
tun, aber auch für das, was wir nicht tun.*

Voltaire

Mein ganzes Wesen konzentrierte sich auf einen Tropfen, der kurz davor stand, in eine klare Flüssigkeit zu fallen. Als das Hämmern in meinem Kopf allmählich nachließ, bewegte ich mich näher auf den Tropfen zu. Dann schwang ich mich plötzlich zu ihm empor. Gleichzeitig stürmte eine Unzahl von Fragen auf mich ein. Wo bin ich eigentlich? Und wie bin ich hierher gekommen? Meine Neugier legte sich erst, als es mir gelang, die Augen zu fokussieren und ich sah, dass neben meinem Bett ein Infusionsständer stand, aus dem eine kochsalzhaltige Lösung troff. Ganz offensichtlich lag ich im Krankenhaus, aber ich konnte mich beim besten Willen nicht daran erinnern, wie es dazu gekommen war. Lebte ich überhaupt noch, oder befand ich mich längst woanders? Meine Wahrnehmungen waren intensiv, aber irgendwie auch anders als sonst.

Plötzlich wurde ich von dem Gefühl überwältigt, in der Falle zu sitzen – gefangen im eigenen Körper. Ich öffnete den Mund, um zu schreien, aber kein Laut drang über meine Lippen. Dann erschien mir eine merkwürdige Gruppe von Menschen. Ich hatte diese Leute alle irgendwann schon einmal gesehen, es musste aber schon lange her sein.

Ein Gesicht stach besonders hervor: Ein Mann mit einem Blick, so intensiv, dass er mich schier durchbohrte. Ich spürte, dass diese Augen von großer alter Weisheit zeugten. Hatte dieser Mann die Antworten auf all die Fragen, die ich mir stellte? Wollte er sie mir vielleicht sogar anvertrauen? Das Gesicht kam näher und wurde dabei immer größer. Der Mund begann sich gerade zu öffnen, als unvermittelt der Schauplatz wechselte.

Ich flog aus dem Fenster und mit einem Mal lag vor mir ein unglaublicher Sonnenuntergang in Lila-, Blau-, Rosa- und Orangetönen. Es war, als feiere der Himmel sich selbst, als wären seine Farben lebendig und würden atmen. Dann vermischteten sich die Farben und formierten sich zu wunderschönen Blumenarrangements und Landschaften auf dem Hintergrund eines herrlichen Regenbogens. Gerade als ich versuchte, mir einen Reim auf all das zu machen, erschien der Mann aus dem Krankenhaus wieder. Diesmal sprach er sogar. Doch das, was er sagte, wurde vom Klingeln eines Telefons übertönt.

Die Wirklichkeit hatte mich wieder und im ersten Moment ärgerte ich mich, dass es mir nicht mehr gelungen war, die Botschaft des Phantommannes aus meinem Traum zu vernehmen. Schlaftrunken griff ich nach dem Hörer und hielt ihn ans Ohr.

»Hallo?«

»Hallo, James. Aufwachen! Hier ist Annie vom Sender. Sind Sie bereit für die Radioshow?«

»Wie lange habe ich noch?«

»Ungefähr zwanzig Minuten.«

Ich stand auf und begann mein Morgenritual. Ich dankte dem Universum, dass es mir einen weiteren Lebenstag geschenkt hatte, und bat Gott um sein schützendes Licht. Dann schleppte ich mich in die Küche und machte mir

meine üblichen zwei Tassen Morgenkaffee. Für die Radio-sendung legte ich mir schon einmal Papier und Stift zurecht. Es hatte sich als hilfreich erwiesen, wenn ich mir von meinen Gesprächen mit den Geistwesen Notizen machte.

Als ich so dasaß und wartete, dass mein magisches Morgenelixier endlich durchgelaufen war, dachte ich über meinen Traum nach und konnte natürlich nicht anders, als darüber zu spekulieren, was er wohl zu bedeuten hatte. Träume haben mich schon immer fasziniert, wie die meisten anderen Menschen auch. Für mich sind es geheimnisvolle Bilder aus einer ganz eigenen Welt. Seit ich als spirituelles Medium arbeite, stelle ich immer wieder fest, dass Träume uns viel Wichtiges zu offenbaren haben. Dafür müssen wir uns allerdings auch die Zeit nehmen, uns eingehend mit ihnen zu beschäftigen und zu überlegen, was wir mit den Informationen anfangen, die uns auf diesem Wege zuteil werden. Für mich persönlich besteht der erste Schritt der Deutung eines Traumes immer darin, dass ich ihn aufschreibe. Denn wenn ich das nicht tue, verflüchtigt er sich schnell und ich kann mich bald gar nicht mehr daran erinnern.

Im Wachzustand wird unsere Psyche von einer Unmenge verschiedener Reize geradezu überschüttet. Und obwohl wir uns in der Regel all dessen, was um uns herum vorgeht, nicht bewusst sind, wird unser mentales, emotionales, körperliches und geistiges Selbst von den Gedanken und Bildern, die auf uns einströmen, doch erheblich beeinflusst. All diese Reize werden im Unbewussten gespeichert; und im Schlaf gibt es die Eindrücke des Tages dann in Form von Träumen wieder.

Ich bin zwar kein Experte in Sachen Träume, aber ich weiß doch, dass es verschiedene Arten gibt. Ängste zum

Beispiel schlagen sich oft in Albträumen nieder. Andere Träume sind eher symbolischer Natur und bleiben uns häufig unerklärlich, weil wir die Bildsprache, deren sie sich bedienen, nicht entschlüsseln können. Wenn man etwa von einer Ratte träumt, so ist damit nicht unbedingt ein Nagetier gemeint, sondern möglicherweise ein Mensch, den wir für eine »Ratte« halten. Es gibt auch telepathische Träume, in denen wir manchmal Botschaften von Verstorbenen empfangen.

Andere Träume stellen eine Warnung dar. Dann sehen, fühlen oder erleben wir Dinge, die in der Zukunft tatsächlich stattfinden. Ich zum Beispiel habe 1994 einmal von einem Zug geträumt, der in meinem Esszimmer durch die Wand kam. Direkt gesehen habe ich diesen Zug zwar nicht, aber gespürt habe ich ihn. Es war sehr laut und das ganze Haus bebte. Weingläser fielen aus dem Regal und zerschmetterten am Boden. Drei Tage später wurde Los Angeles um 4:31 vom Northridge-Erdbeben getroffen. Hastig verließ ich mein Schlafzimmer, sah gerade noch, wie Gegenstände aus den Regalen fielen. Und im Esszimmer lagen überall Glasscherben auf dem Boden. Mein Traum war eine Warnung gewesen. Ein Erdbeben hört und fühlt sich genauso an, als donnere ein Zug vorbei. Man muss übrigens kein Medium sein, um solche Träume zu haben.

Während ich nun auf mein leeres Blatt Papier starrte und mich auf den ersten Schluck Kaffee freute, ließ ich die Bilder meines Traumes der vergangenen Nacht im Geist noch einmal an mir vorbeiziehen und versuchte, mir einen Reim darauf zu machen. Er hatte mich mehr berührt als die meisten. Irgendwie hatte ich das Gefühl, dass mir der Mann, der mir erschienen war, eine sehr bedeutsame Nachricht zu übermitteln hatte, die ich unbedingt verstehen wollte. Detailliert schrieb ich alle Bilder und Eindrücke des

Traums auf. Dabei gingen mir die verschiedensten Gedanken über das Bewusstsein, die geistige Welt und die Myriade von Gedanken und Erfahrungen durch den Kopf, die der Mensch mit ins Jenseits nimmt, wenn er im Tod seine körperliche Hülle abstreift. Ich musste an all die offenen Baustellen denken, die so häufig zurückgelassen werden, und daran, dass sie uns von einem freudvollen Leben in vollkommener Freiheit abhalten. Solche offenen Baustellen – Unerledigtes – hat jeder von uns, ob er nun schon gestorben ist oder noch lebt. Woran das wohl liegen mag, fragte ich mich. Warum sollten sich Seelen dafür entscheiden, sich extrem traumatisierenden Erfahrungen zu unterziehen, die ihre Gedanken, ihre Persönlichkeit und das ganze Leben prägen und diese Welt dann verlassen, ohne eine Lösung für ihre Probleme gefunden zu haben? Warum klammern wir uns bloß so an unsere schmerzhaften Erfahrungen? Könnte es nicht vielleicht sein, dass sich dahinter auch etwas Positives verbirgt?

Ich fand schnell eine Antwort:

### *Lektionen.*

Alles in unserem Leben findet statt, damit wir etwas daraus lernen können. Und so sind die Erfahrungen, die wir machen, im Grunde nichts als Geschenke für unsere Seele. Ihre Verpackung mag uns vielleicht nicht immer unbedingt zusagen, der Inhalt aber ist ganz persönlicher Natur, nur für uns gemacht. Das Universum ist perfekt, und auch das Timing ist immer perfekt. In ihrem Streben, sich selbst und das Leben zu verstehen, um sich weiterentwickeln zu können, müssen alle Seelen ihre Lektionen lernen, die ganz gewöhnlichen ebenso wie besonders schwierige.

Ich versuchte herauszufinden, was mir der Traum der vergangenen Nacht wohl sagen wollte, und wurde immer frustrierter, weil es mir partout nicht gelingen wollte. Doch

erst einmal musste ich die Sendung hinter mich bringen. Also würde ich wohl oder übel bis zum Abend warten müssen. Dann wollte ich versuchen, an meinen Traum anzuknüpfen, um die Antworten zu finden, nach denen ich suchte. Wieder klingelte das Telefon. Der Sender. Jetzt sollte es gleich losgehen.

### »Alles mein Fehler«

»Wir begrüßen heute einen unserer Lieblingsgäste in der Sendung, James Van Praagh, ein weltweit hochgeschätztes spirituelles Medium«, sagte Rona. »Hallo, James, schön, dass Sie mal wieder zugeschaltet sind.« Rona führte durch das Morgenprogramm eines der bekanntesten Radiosender und ich war schon viele Male bei ihr zu Gast gewesen.

Bevor ich mit den Botschaften begann, zentrierte ich meine Energie. Ich richtete den Blick auf meinen Notizblock und sofort stellte mein Geist auf Empfang, sodass ich die Verstorbenen, von denen der erste Anrufer oder die erste Anruferin möglicherweise umgeben war, hören, spüren oder sehen konnte.

»Unsere erste Anruferin heute ist Theresa. Theresa, begrüßen Sie unseren Gast.«

»Hallo, James«, sagte Theresa.

Sobald ich die Stimme der Anruferin am anderen Ende der Leitung hörte, stimmte ich mich auf sie ein, um herauszufinden, ob irgendwelche Energien um sie herum waren und wenn ja, welche. Und da vernahm ich auch schon eine ziemlich hohe Stimme, die mir einen bestimmten Eindruck vermittelte. Vor meinem inneren Auge tauchte ein junger Mann auf, der links neben der Anruferin

stand. Instinktiv wusste ich, dass es sich um ihren Bruder handelte.

»Guten Morgen, Theresa«, sagte ich. »Ist Ihr Bruder gestorben, als er ungefähr zweiundzwanzig war?«

»Ja.«

Der junge Mann übermittelte mir den Eindruck von Blut und schwarzen Teilchen in einer menschlichen Vene. Dann sah ich einen Arm voller Einstichstellen. Der junge Mann weinte.

»Ich habe das Gefühl, dass Ihr Bruder an einer Überdosis gestorben ist. Stimmt das?«

Theresa stöhnte auf. Sie schien verblüfft und es war mir ganz so, als erlebe sie den Tod ihres Bruders noch einmal. Dann fing auch sie an zu weinen.

»Atmen Sie tief durch«, empfahl ich ihr.

Nach einer Weile beantwortete sie meine Frage mit einem leisen »Ja«.

Dann übermittelte mir das Geistwesen seinen Namen. Mark.

»Mark sagt, dass es ihm leidtut. Er wollte nicht so gehen.«

Wieder begann die Anruferin zu weinen. Dann war plötzlich Stille in der Leitung.

»Theresa, sind Sie noch da?«, schaltete sich Rona ein.

Sekunden später ertönte ein verzweifertes Heulen. »Es war doch alles meine Schuld. Ich hätte ihn davon abhalten sollen. Hätte ich mich anders verhalten, könnte er jetzt noch am Leben sein. Ich wollte ihm Einhalt gebieten, konnte aber einfach nicht.«

Gedanklich bat Mark Theresa, sich nicht so fertigzumachen.

Ich sagte seiner Schwester: »Es war seine Entscheidung. Sie hatten gar nichts damit zu tun. Er liebt sie sehr.« Aber Theresa konnte im Moment noch nicht aufhören zu weinen.

Dann sagte sie: »Er hat mich an jenem Abend angerufen. Ich wusste ganz genau, dass er es war, aber ich konnte den Hörer nicht abnehmen. Er war bestimmt high, und ich konnte einfach nicht. Nicht schon wieder.«

»Wer ist Roger?«, fragte ich.

Die Erwähnung dieses Namens brachte Theresa erneut aus der Fassung. »O mein Gott. Ich glaub es nicht. Sagen Sie ihm, wie leid es mir tut. Bitte!«

»Mark hört, was Sie denken, Theresa. Sie können ihm also selbst sagen, dass es Ihnen leidtut.«

Wieder schaltete sich Rona ein. »Kennen Sie denn jemanden, der Roger heißt, Theresa?«

»Ja, natürlich. Roger ist ein früherer Freund von mir. Über mich hat mein Bruder ihn überhaupt kennengelernt. Aber ich konnte doch nicht wissen, dass Roger mit Koks dealt.«

Schluchzen in der Leitung. Sowohl Rona als auch ich versuchten, die Anruferin zu trösten.

Aber Theresa quälte sich weiter. »Wenn ich die beiden nicht miteinander bekannt gemacht hätte, würde mein Bruder noch leben. Roger hat ihm die Drogen verkauft, die ihn getötet haben.«

»Ihr Bruder möchte, dass Sie eines wissen: Sie haben nicht das Geringste falsch gemacht. Er musste selbst darauf kommen. Und wenn Sie etwas für ihn tun möchten, dann, bitte, vergeben Sie sich. Er kann es gar nicht mit ansehen, wie Sie sich so quälen.«

Daraufhin sagte Theresa: »Würden Sie ihn bitte fragen, was er an jenem Abend wollte, als er mich anrief? Ich weiß es einfach nicht. Wäre ich damals doch bloß ans Telefon gegangen!«

Gedanklich fragte ich Mark, was es mit dem Anruf auf sich hatte. Als Reaktion zeigte er mir Fotos, die auf einem Bett verstreut lagen.

»Er spricht von Fotos auf einem Bett. Sagt Ihnen das was?«

»Ja.«

»Und dann sagt er noch so etwas wie ... wie ... es hört sich so ähnlich an wie ›hübsch‹. Aber ich bin mir nicht ganz sicher.«

»Ach herrje! Ich war seine ältere Schwester und hab immer auf ihn aufgepasst. Als er noch ganz klein war, guckte er oft zu mir hoch und sagte: ›Du siehst hüsch aus.‹ Das Wort *hübsch* konnte er damals nämlich noch nicht richtig aussprechen. Manchmal sagte er auch: ›Hab dich lieb, Hüsche.«

Ich konnte die Erleichterung in Therasas Stimme förmlich hören.

In diesem Moment meldete sich Rona wieder. »Vielen Dank, aber wir müssen langsam zum Schluss kommen. Die anderen Anrufer warten schon.«

»Einen Moment noch«, bat Theresa. »Darf ich noch etwas sagen?«

»Na gut«, antwortete Rona.

»Diese Fotos, die Sie erwähnt haben, James. Mark hat seine Fotos in einem Schuhkarton aufbewahrt. Als wir ihn in seinem Zimmer in der City fanden, lagen auf dem Fußboden überall welche herum. Kinderfotos von ihm und mir.«

Ich unterbrach Theresa, um ihr mitzuteilen, dass ihr Bruder ihr gerade sagte: *Ich habe dich lieb, Hübsche.*

Aufgrund der zeitlichen Beschränkung in einer Radiosendung ist es nicht immer möglich, allen Anrufern so zu helfen, wie sie es vielleicht brauchen. Und so war es in den wenigen Minuten, die uns zur Verfügung stehen, auch nicht möglich, Therasas Schuldgefühle ihrem Bruder gegenüber völlig aufzulösen. In solchen Fällen nenne ich oder

ein Mitarbeiter aus der Redaktion dem Anrufer meistens einen Therapeuten in seiner Gegend.

Da wir gleich nach dem Gespräch mit Theresa in eine Werbepause gingen, nahm ich die Gelegenheit wahr und fragte den Aufnahmeleiter, ob ich vielleicht nach der Sendung noch kurz mit ihr sprechen könne. »Es ist ihrem Bruder ein echtes Anliegen.«

»Gern«, stimmte der Aufnahmeleiter zu und gab mir Theresas Telefonnummer.

Als ich Theresa schließlich anrief, hatte sie immer noch nicht aufgehört zu weinen.

»Fühlen Sie sich denn nicht schon etwas besser, nachdem Sie die Chance hatten, mit Ihrem Bruder zu sprechen?«, fragte ich sie.

»Schon ... aber ich hab immer noch so ein schlechtes Gewissen, weil ich nicht für ihn da war, als er mich brauchte.«

»Das ist etwas, woran Sie arbeiten sollten. Sie müssen sich verzeihen. Fangen Sie am besten damit an, dass Sie einen Moment lang von sich selbst absehen und das Ganze aus einem erweiterten Blickwinkel betrachten.«

Nun schaltete sich Mark ein und lenkte das Gespräch in eine völlig unerwartete Richtung.

*Sagen Sie meiner Schwester bitte, dass ich auf die Erde zurückgekehrt bin, um eine wichtige Lektion zu lernen.*

»Welche denn?«, fragte ich.

*Meine Seele, antwortete Mark, musste lernen, dass ich mich nicht von irgendwelchen Substanzen davon abhalten lassen darf, ein normales Alltagsleben zu führen. Ich hatte nämlich schon einige frühere Leben, in denen ich immer zu viel Alkohol und auch Drogen konsumierte. Zweimal war ich schon an einer Überdosis gestorben. Beim letzten Mal bin ich wieder auf die Erde zurückgekommen, um herauszufinden, ob*

*es mir gelingen würde, mein süchtiges Verhalten abzustellen. Nur deshalb war ich noch einmal am Leben. Es war quasi ein Test. Ich wollte sehen, ob ich mich inzwischen weiterentwickelt hatte.*

Ich gab diese Informationen an Theresa weiter.

»Wollen Sie mich veräppeln?«, fragte sie kühl.

»Nein, genau das hat er gesagt.«

Da sprach Mark auch schon weiter. *Sucht ist eine schwierige Nummer, sagte er. Weil man nämlich keine Verantwortung übernehmen muss, wenn man auf Droge ist. So muss man sich mit dem ganzen Stress und all den Entscheidungen, die getroffen werden wollen, nicht auseinandersetzen. Wahrscheinlich war ich einfach nicht stark genug oder habe nicht fest genug an mich geglaubt, um einen anderen Weg einzuschlagen. Aber versucht habe ich es wirklich. Mit jedem Leben, das ich geführt habe, wurde es besser. Nun muss ich da wohl noch einmal durch, aber ich hab mir fest vorgenommen, dass ich das irgendwann hinkriege. Da fällt mir ein: Schönen Dank auch für all die Gebete.*

Marks Bemerkungen flößten uns beiden Ehrfurcht ein, nicht nur Theresa, sondern auch mir.

»Wie er sagt, hält er sich gegenwärtig an einem Ort der Reflexion auf, einer Art Krankenhaus, aber nicht so richtig. Ihr Bruder sieht sich ganz deutlich als Seelenwesen und möchte Ihnen und auch anderen Leuten gern erklären, wie es zu seinem Drogenproblem kommen konnte. Er sagt: *Ihr könntet Süchte auch einmal von einem anderen Standpunkt aus betrachten und versuchen, Abhängigen etwas mehr Verständnis entgegenzubringen.* Dann meint er noch, Sie sollten sich auf gar keinen Fall die Schuld an seiner Sucht geben.«

»Vielen Dank, James.«

»Etwas scheint er noch loswerden zu wollen. Er sagt nämlich: *Man sollte noch zu Lebzeiten jeden Versuch unternehmen,*

*seine Abhängigkeiten loszulassen und abzustreifen. Denn sonst nimmt man die ganzen Erinnerungen daran und natürlich auch die Gier mit hierher. Und das verunreinigt den Geist.»*

Dergleichen habe ich schon häufiger von Geistwesen gehört, und ich kann gar nicht nachdrücklich genug darauf hinweisen. Wenn wir sterben, nehmen wir unsere Sehnsüchte und unser Verlangen mit ins Jenseits. Es fällt viel leichter, unsere körperlichen, geistigen und emotionalen Abhängigkeiten abzulegen, solange wir noch am Leben sind, denn sie gehören zur Natur des Menschen. Und mit menschlichen Gewohnheiten lässt sich in einem Körper aus Fleisch und Blut viel leichter brechen als später, wenn man nur noch Geist ist.

Theresa machte jetzt einen sehr zufriedenen Eindruck. »Es ist, als sei ein Traum wahr geworden«, sagte sie. »Ich habe mit meinem Bruder sprechen können, und jetzt fühle ich mich bedeutend besser.«

In diesem Sinne verabschiedeten wir uns voneinander. Es war ein guter Start in den Tag.

Dieses Reading ist ein gutes Beispiel dafür, warum ich meinen Beruf so liebe. Wie bei Theresa trägt der Austausch zwischen der materiellen und der geistigen Ebene auch in anderen Fällen oft entscheidend zur Heilung und Stärkung eines noch Lebenden bei. Wenn ein Mensch die Chance hat, mit einem Verstorbenen zu kommunizieren, wird er in die Lage versetzt, den Dingen des Lebens gegenüber eine neue Perspektive einzunehmen. Theresa hätte den Rest ihres Lebens damit verbringen können, sich mit völlig unnötigen Schuldgefühlen zu quälen. So aber wurde ihr die Gelegenheit gegeben, das große Ganze zu sehen und zu begreifen, dass sich die Seele ihres Bruders bewusst dafür entschieden hatte, bestimmte Lektionen zu lernen. Mit ihrem neuen Wissen über die Natur von Süchten wird es

ihr gleich viel leichter gefallen sein, die Wunde in ihrem Herzen zu heilen. Und sie müsste auch in der Lage sein, die Menschen, die in ihrem Leben eine Rolle spielen, als Seelen zu sehen, die alle ihre Lektionen zu lernen haben.

*Alle* Arten von Schuldgefühl, auch Selbstvorwürfe, können uns völlig zerstören. Sie geben uns das Gefühl, für bestimmte Situationen und die Dinge, die sich daraus ergeben haben, die alleinige Verantwortung zu tragen. Bei meiner Arbeit erlebe ich das tagtäglich. Wenn jemand stirbt, quälen sich die Hinterbliebenen meistens mit irgendwelchen Schuldgefühlen. »Ich hätte im Krankenhaus sein und die Schwester rufen müssen.« »Ich hätte die Maschinen nicht abstellen lassen sollen. Vielleicht wäre er ja doch wieder aus dem Koma erwacht.« Oder, wie im Falle von Theresa: »Ich hätte seinen Anruf entgegennehmen sollen. Damit hätte ich ihm das Leben gerettet.«

Jeder Mensch hat Schuldgefühle. Im Grunde gehören sie wahrscheinlich zu den angeborenen Mechanismen, mit denen wir das Leben bewältigen. Aber besonders tauglich sind sie nicht. Ursprünglich besteht ihr Zweck darin, uns darauf aufmerksam zu machen, dass uns ein Fehler unterlaufen ist. Schuldgefühle beziehungsweise ein schlechtes Gewissen kennt jeder von uns, aber nur die wenigsten wissen, wie damit umzugehen ist. Oft versuchen wir sie zu unterdrücken und lernen, damit zu leben. Bei unseren Mitmenschen sind wir viel eher in der Lage zu erkennen, wie irrational solche Gefühle manchmal sind, weil wir anderen viel leichter verzeihen können als uns selbst. Denn aus irgendwelchen Gründen legen wir ja an die eigene Person weit höhere Maßstäbe an als an die anderen. Wenn wir begreifen, dass Schuldgefühle nichts verändern, sondern nur dazu führen, dass wir uns mies fühlen, können wir anfangen, uns von ihnen zu verabschieden.