

Inhalt

Einführung:

- Wie meine Erkenntnisse zustande kamen – Ein Wort über die
Tiefenimagination 9
- Was uns die frühzeitige Auseinandersetzung mit dem Tod nützt 11

1 Prägende Erlebnisse, Fragen, Analysen und erste Antworten

- Das Leben nach dem Tod – reine Glaubenssache? 14
- Hoppla, was geschieht denn da? Kurt verlässt seinen Körper!
Was die Seele ohne Körper alles kann 14
- Tot ist tot – oder doch nicht? 20
- Leben und Tod sind Zwillinge – Innere Reise einer krebserkrankten
Frau
- Und ich dachte, nach dem Tod sei augenblicklich alles gut –
Was mich die Stimme meines verstorbenen Vaters lehrte 22
- Ich verließ meinen Körper und merkte es nicht einmal 25
- Meine Nahtod-Erfahrung und der Zorn der Raben
- Die eigenen Grenzen erweitern 28
- Der Auftrag meiner Ahnen – wie dieses Buch seinen Anfang
nahm

2 Grundsätzliches über das Leben nach dem Tod

- Die Rolle unserer Aura nach dem Tod 32
- Die Entscheidungsmöglichkeiten der Seele nach dem Tod –
ein Überblick 37
- Die ersten drei Tage nach dem Verlassen des Körpers 41

Phase der Verwirrung und Orientierungslosigkeit 43 · Merken, dass man »tot« ist 45 · Wenn sich eine Seele aufteilt, Teil 1 47 · Die Rolle des freien Willens 49 · Die Rolle der Hinterbliebenen 50 · Wenn sich eine Seele aufteilt und das Schicksal der Besetzten, Teil 2 53 · Den Tod akzeptieren und loslassen – beidseitig! 55 · Innere und äußere Hilfe zulassen 60 · Prozess der Erleichterung 62 · Erste Transformation 66 · Tipps für die ersten Tage nach dem Tod – eine Zusammenfassung 68

Einblicke in das Weiterleben und Hilfestellungen

70

Der erwartete Tod 70 · Der plötzliche, unerwartete Tod 71 · Der Tod von Menschen, die an kein Weiterleben glauben 72 · Der Wert und der Tod materie-orientierter Seelen 79 · Der Tod lichtorientierter Seelen 81 · Der Tod eines Kindes 82 · Der Tod durch Abort, Kindstod oder Abtreibung 95 · Der Tod und Sinn des Zwillings in utero 101 · Der Tod von Mutter oder Vater in Bezug auf ihre (kleinen) Kinder 104 · Der Tod geistig behinderter Menschen 112 · Tod durch eine Sucht 114 · Der Tod von Menschen mit Demenz 116 · Der langsame Tod Hochbetagter 119 Menschen im Koma 121 · Der Tod von Gewaltopfer 126 · Der Tod von bösen Menschen 128 · Der Selbstmord 134 · Alternativen zur aktiven Sterbehilfe 147

Die Übergangszone und was der Seele weiterhilft

151

Die Reichweite der astralen Zone 152 · Aufenthaltsdauer 153 · Sensorium 154 · Physikalische Erklärung 154 · Wie geht es den Seelen in der Übergangszone? 155 · Wer sich alles in der Übergangszone aufhält 156 · Gewappnet sein: Die Verführer und wie man sich selbst helfen kann 158 · Die Sache mit der Dunkelheit 159 · Sich die Eigenschaften der geistigen Welt zunutze machen 160 · Survival-Kit für Verstorbene – Was Verstorbene tun können, wenn es ihnen nicht gut geht 162 · Was hilft, sich in der Wirnis der Übergangszone zurechtzufinden 164 · Merken, dass man seine Umgebung selbst gestalten kann 165 · Stufen des Leichterwerdens verändern die Umgebung 167 · Lifte, Türen, Tore und Deckel führen in andere Dimensionen 169 · Den Glauben an eine Hölle loslassen 170 · Sinn und Zweck der Übergangszone 171

Höhere Sphären 173

Dimensionen durchdringen unser Leben – Das Beispiel einer Heilerin 173 · Warum Versöhnung so wichtig ist 177 · Erkennen, dass gerade das Schwierige im Leben ein Glücksfall war 179 · Der Kraftort des Höheren Willens – wo Versöhnung so leicht fällt 180 · Restliche Schattenseiten erkennen und annehmen 182 · Der Ort, wo man seine Identität loslassen muss 182 · Die Tür, hinter der sich alles miteinander vermischt 183 · Schmerzhaftes Wiedererkennen des eigentlichen Zuhauses 184 · Das geistige Zuhause im Herzen tragen – schon heute 187 · Reflektionen über das Erlebte 188

Größere Zusammenhänge 190

Die größte Täuschung, der wir unterliegen 190 · Die Sache mit den Namen 193 · Was ist eigentlich »ich«? – Vom Urmeer und seinen Tropfen 194 · Der Tropfen, das komprimierte Universum 198 · Die verstorbenen Seelen – Teil einer großen Ordnung 200 · Nirgends einen Gott gefunden, und warum beten dennoch hilft 202 · Was inkarniert? – Von Licht, Liebe, Freude und Leichtigkeit 203 · Wir kommen aus dem Licht, wir gehen ins Licht, wir leben schon heute im Licht – Wie wir das wieder merken können 205

**3 Weil er todsicher kommt –
Sich vorzeitig auf den Übergang vorbereiten**

Sich auf den eigenen Tod vorbereiten – eine Reiseanleitung 208

Wie man die Angst vor dem Tod transformieren kann 210

Ich will einmal friedvoll sterben 210 · Ein Leben lang schreckliche Angst vor dem Tod 214 · Angst vor dem Tod, weil man nicht immer nur »gut« war 217

Zeitlebens üben, die Liebsten loszulassen 218

Optimale Sterbevorbereitung: Seine dunklen Seiten annehmen 220

Immer mal wieder das eigene Gewissen überprüfen 222

»Auf dem Sterbebett« – Reiseritual für ein großes Herz

Üben, auf die innere Stimme zu hören 224

4 Sterbende begleiten – innere Reisen helfen weiter

Vorzeichen des Todes – der lange Prozess des Rückzugs	226
Wie wir unsere Kräfte während der Sterbebegleitung nähren können	228
Warum wir Sterbende innerlich nicht mehr erreichen	229
Wie wir erfahren können, was der Sterbende braucht	234
Unsicherheiten am Sterbebett – Antwort von innen 234 · Angst vor dem Alleinsein 235	
Sie kann einfach nicht sterben! Hilfe, ich bin überfordert!	236
Plötzlich konnten sie sterben – Systemischer Zusammenhang	238

5 Heilung für die Hinterbliebenen – Was Verstorbene uns lehren

Wie Sie sich in Ihrer Trauer von innen unterstützen lassen können – ein Reiseritual	242
Was in der Trauer um das Kind am meisten geholfen hat	243
Häufiger Rat der Tiefenimagination nach dem Tod von Angehörigen	244
Schuldgefühle nach dem Suizid	247
Den schrecklichen Anblick des Antlitzes loswerden	250
Ungute Gefühle nach dem Abschied – eine neue Sichtweise	251
Innere Reise zum Tod der Schwester	253
Wann ist der Kontakt zu Verstorbenen sinnvoll, wann nicht?	256
Wie sich Verstorbene uns zeigen	258
Als Menschen 258 · In Tiergestalt 259 · In Pflanzengestalt 261	
Was uns verstorbene Ahnen lehren	261
Vom Wert der verstorbenen Ahnen für unsere Gesundheit	264
Späte Versöhnung mit dem verstorbenen Vater	266
Schlusswort	269