

Erfahre das Selbst jenseits des Körpers

Nimm dir jeden Tag eine halbe Stunde Zeit, um deine Lebenskraft auf dein inneres Sein zu richten.

Willst du die wahre Bedeutung von Leben und Tod verstehen, dann fasse den Beschluss, nach innen zu tauchen und gleichsam in dir selbst zu ertrinken, deine ganze Energie von außen nach innen zu lenken. **Das** muss man allerdings konsequent jeden Tag üben. Dann wirst du nach einer Weile feststellen, dass sich deine Energie oder Lebenskraft nach innen bewegt.

Du wirst das Gefühl haben, dass dich dein physischer Körper nicht mehr so fest im Griff hat, dass er von dir eher getrennt ist.

Wenn du diese Technik drei Monate lang konsequent machst, wirst du eines Tages deinen Körper außerhalb von dir selbst wahrnehmen, getrennt von dir. Das kannst du sehen. Zuerst siehst du es von innen, aber mit mehr Übung und viel Mut kannst du den inneren Geist nach außen bringen und deinen eigenen Körper außerhalb von dir da liegen sehen, völlig getrennt von dir.

Seinen eigenen Körper von innen kennen zu lernen, ist wie in eine völlig andere Welt einzutreten, eine Welt, von der wir noch nie etwas wussten und keine Informationen hatten. Die Medizin hat überhaupt keine Ahnung von diesem inneren Körper, sie kann sich ihn nicht einmal vorstellen.

Wenn man einmal vollständig erkannt und erfahren hat, dass das innere Selbst etwas anderes als der äußere Körper und davon getrennt ist, hört der Tod auf zu existieren. Und gibt es keinen Tod mehr, kann man die Schale des Körpers sehr leicht verlassen und alles als distanzierter Zuschauer betrachten.

