



ASTRALREISEN

Allgemeines u. Begriffserklärung



Außerkörperliche Erfahrung, wobei der Erlebende das Gefühl hat mit einem zweiten Körper außerhalb des physischen Körpers in Windeseile ferne Gegenden zu bereisen. Astralwelt wird die sogenannte feinstoffliche Welt, die nicht sichtbare Welt genannt. Manche Menschen berichten von Astralreisen. Sie sagen, dass während ihr physischer Körper schläft, ihr Astralkörper auf Astralreise geht. Sie besuchen Welten, die denen der unseren ähnlich sind. Einer der bekanntesten Astralreisenden in der heutigen Zeit ist Robert Monroe. Seine Bücher beschreiben sehr ausführlich Astralwelten und Reisen. Astralreisengehören zu den beliebtesten Themen in esoterischen Kreisen. Gemeint ist damit entweder, den physischen Körper zu verlassen, um sich ähnlich wie ein Geist im Raum zu bewegen, oder das Verlassen des Körpers um sich in der Astralsphäre zu bewegen. Die Astralsphäre ist eine völlig andere Welt, in der unsere physikalischen Gesetze keine Gültigkeit haben und in der man die sonderbarsten Erlebnisse haben kann.

Manche halten auch luzide (bewusste)Träume für außerkörperliche Erfahrungen, bei denen der Austritt im Schlaf stattfand. Dagegen spricht allerdings, dass man den luziden Traum oft herbeiführt, indem man im Geiste wach und bewusst bleibt, während der Körper einschläft. Das Heraustreten aus dem Körper zu einer Astralreise wird jedoch vom intensiven Empfindungen begleitet, so dass man die Verwechslung mit einem Traum ausschließen kann. Jeder, der einmal eine OBE (out of body experience= ausserkörperliche Erfahrung) selbst erlebt hat, hegt keine Zweifel an der Realität dieses Erlebnisses.

Aus der parapsychologischer Sicht kann aus unserem physischen Leib sich ein zweiter feinstofflicher Körper ablösen. Der Begriff "feinstofflich" ist rein provisorisch, er geht eigentlich auf die theosophische Lehren zurück, die besagen, dass die jenseitigen Ebenen aus feiner Materie bestehen. Das Feinstoffliche wird auch oft als schwimmend weiß, im Dunkeln als durchscheinendes Licht wahrgenommen. Der Körper bildet aber keine festen Umrisse, er ist eher verzerrt. Es gibt für diesen Körper auch andere

Begriffe wie Astralkörper, Doppelkörper, Traumkörper oder aetherischer Körper.

ASTRALPROJEKTION

Diejenigen, denen es gelang, sich von ihrem materiellen Körper zu lösen, können oft sehr gut den Prozeß der Astralprojektion beschreiben, bei dem das Bewußtsein den Körper zu verlassen scheint, um ihm sozusagen von oben zu betrachten.

Astralprojektion ist eine Technik, die man tatsächlich durch regelmäßiges Üben erlernen kann.

Es gibt zwei Formen von Astralreisen, die bewußte und die unbewußte.

Die bewußte wird vollzogen während einer Sitzung oder einer tiefen Meditation und die unbewußte während des Schlafens, ohne dass ein vorgehender Traum einen Übergang geschaffen hat.

Es gibt mehrere Gründe warum wir eine Astralreise erleben möchten oder aber unbewußt erleben.

In erster Linie ist es Neugier, andere benutzen sie um die Furcht vor dem Sterben zu überwinden. Diese Reisen können uns auch helfen Probleme zu lösen die tief in unsere Vergangenheit verborgen sind. So zu sagen als Selbsttherapie oder aber auch zum Selbstschutz, wenn die reale Welt kaum zu ertragen ist, um die Realität besser zu verarbeiten, sich aber auch mit positiver Energie aufzutanken die das Universum - die Astralwelt bietet.

Feinstofflich

Eine Bezeichnung für alles außerhalb unserer Phantasie existierende Formhafte, das nicht der materiellen Ebene zugeordnet wird. Es ist ein sehr ungenauer Begriff und wird gerade deshalb gerne in Situationen verwendet, in denen man die Erscheinung keiner Ebene genau zuordnen kann, oder man bei strittigen Ansichten Dispute bezüglich der Zuordnung vermeiden will.

Fluidalkörper

Andere Bezeichnungen sind Bioplasmatischer Körper, Doppelgänger, Double oder Ätherkörper

Unter diesen historisch gewachsenen und etwas unglücklichen Bezeichnungen versteht man eine dichtere, energetische Erscheinungsform des Menschen, deren Phänomenologie sowohl innerhalb der Physis als auch außerhalb dieser wahrgenommen werden kann. Verschiedene Poltergeistphänomene werden als Auswirkungen des Fluidalkörpers betrachtet. Im Okkultismus und in der Theosophie wird der Ätherkörper als ein Bindeglied zwischen dem Astralkörper (transzendent) und der Physis (materiell) betrachtet. Die ätherische Materie gilt in der Regel als an die physische Materie gebunden.

Exteriorisation

Erscheinung eines feinstofflichen (meist ätherischen) Körpers.

Vorbote

Ist ein feinstofflicher Körper, der auf Grund eines Wunsches oder eines Hindenkens an einen Ort gebildet wird. Im Norden Europas gibt es in der Volksüberlieferung viele diesbezügliche Geschichten. Die Bezeichnung resultiert daraus, weil der Vorbote die Ankunft des Menschen (in seinem materiellem Körper ankündigt).

Geistkörper, Seelenkörper

Dies sind schwankende Begriffe. Sie entstammen verschiedenen religiösen bzw. metaphysischen Richtungen, deren Vorstellungen vom Jenseits recht vage sind und bei denen das Jenseits keine dogmatisch festgelegte Struktur besitzt. Lediglich die nichtphysische Weiterexistenz des Menschen ist anerkannt und sein transzendentes Erscheinungsbild wird mit diesen obigen Bezeichnungen belegt.

Bilokation

Materialisierte Zweiterscheinung eines lebenden Menschen.

Manifestation

Eine Bezeichnung, die oftmals für die materialisierte (oder zumindest gesehene) Erscheinung eines Wesens transzendenter Natur verwendet wird.

Traumkörper

Ein Begriff von jenen esoterischen Richtungen, nach deren Ansicht zumindest bisweilen der Traum ein astrales Geschehen widerspiegelt. Der hierbei erlebte Körper wird dann Traumkörper genannt.

Abhebung

Bezeichnung für einen passiven Vorgang einer Zweitkörperbildung, bei dem das Double aus der Physis herauschwebt.

Abspaltung

Eine unbewußte, oft traumatisch bedingte Lostrennung des feinstofflichen Körpers oder Teile desselben. Die Erscheinung kann das Pendant zum irdischen Körper sein oder ein anderes Erscheinungsbild haben.

Astraltraum

Eine spontane Bewußtwerdung im Schlaf, wobei das Erleben intensiver ist als im luziden Traum und sich Hinweise für eine wirkliche und nicht imaginierte Welt vorfinden. Es gibt alle Übergangsformen zum luziden Traum. Die Bezeichnung Astraltraum kennzeichnet somit eher die Zuwendung zu einem esoterischen Paradigma und hält keinen objektiven Kriterien stand. Die zwei Standpunkte esoterisch und wissenschaftlich finden in diesem verschwommenen Gebiet keine argumentativen Grundlagen, so daß man nicht mehr miteinander diskutiert, sondern sich nur noch ignoriert.

Austritt

Es gilt das Bewußtsein in den feinstofflichen Körper zu versetzen und dann mit diesem willentlich aus der Physis herauszutreten.

Halbschlaftechnik:

Hier wird der Zustand zwischen der Schlafphase und der Wachphase ausgenützt, in welchem die Entspannung und Eidetik von der vorhergehenden Schlafphase noch nachwirkt. Viele Fähigkeiten, die als Visualisationstraining und Tiefentspannung mühsam erlernt werden müssen, sind hier auf Grund natürlicher Gegebenheiten von selbst vorhanden.

hypnagog, hypnagoger Zustand

das ist das Stadium vor dem Einschlafen, einerseits ist man noch wach, so ein bisschen dösig und andererseits sieht man schon kurze Einblendbilder, hört Geräusche etc - der Traum mit all seinen Zauberspielen kündigt sich an. Desweiteren ist man auch ein bisschen hellsehender in diesem Stadium, vorausgesetzt man hat die Veranlagung dazu. Loslösung des feinstofflichen Körpers durch Übermüdung. Bei sehr starker Übermüdung und einem Verhindern des Einschlafens kommt es bisweilen zu einer partiellen oder gesamtkörperlichen Lostrennung.

Luzides Träumen

Bewußtwerdung im Traum. Läßt sich sehr schwer, wenn überhaupt, vom Astralwandern abgrenzen. Es ist eine Sichtweise vom materialistischem Paradigma her. Die Erforschung des luziden Träumens bereichert mit neuen Methoden und Ideen das OBE Gebiet.

Nahe Tod Erlebnisse (NDE)

Berichte von Jenseitserfahrungen nach Unfällen, Narkose etc.

Projektion

Die Projektion wird in der Literatur gelegentlich als mentales Reisen bezeichnet, als ein

Vorgang, der vom dritten Auge aus gesteuert wird. Tatsache ist, daß der initiierende Sinnesschwerpunkt in das Sehen verlagert ist. Erst nachdem man ein räumliches Umfeld erzeugt hat, beginnt man ein Körpergefühl zu entwickeln .

Tunnelreisen

Nach dem Durchschweben eines Tunnels, der verschieden erlebt werden kann, tritt man in eine fremde Landschaft.