

# Inhaltsverzeichnis

Kapitel 1 Wer wir sind!.....	19
The Great Spirit alias Oneness alias Source.....	19
Dualität als Grundlage.....	22
Unsere Seele.....	23
Unser Seelenvertrag.....	24
Der geplante Ausgang.....	27
Unser Ego.....	28
Der Mitbewohner wird zum Hochstapler.....	29
Karma.....	30
Krieg.....	31
Das Töten von Tieren.....	31
Die fünf Wahrnehmungen unserer Existenz.....	32
Doch ein erster Beweis?.....	35
Eine bemerkenswerte Studie.....	35
Was macht meditieren?.....	37
Binaural Beats.....	38
Alles ist perfekt.....	39
Die Stille des Gehirns.....	40
The law of attraction.....	40
Albert Einstein fasst zusammen.....	41
Kapitel 2 Nahtoderfahrungen (NTE).....	45
Ingrid Honkala.....	46
Dr. Mary Neal.....	49
Vincent Tolman.....	51
Die wahren zehn Gebote.....	55
Jefferey Olsen.....	57
Anna Stone.....	59
Pfarrer David Maginley.....	61
Natalie Sudman.....	63
Anita Moorjani.....	66
Karen Thomas.....	70
Dr. Eden Alexander (Prof. für Neurochirurgie).....	71
Dr. P.M.H. Atwater.....	73
Penny Wittbrodt.....	75
Dr. Anoop Kumar.....	76
Dr. Rod Chelberg.....	78

Wissenschaftliche Auswertung von NTE.....	79
Generelle Themen aller NTE.....	79
Verlassen des Körpers (OBE).....	79
Wahrnehmen der Emotionen anderer Menschen.....	79
Man wird nicht mehr wahrgenommen.....	80
360 Grad-Blick.....	80
Fühlt sich realer an als unsere Realität auf der Erde.....	80
Depressionen nach der NTE.....	80
Bedingungslose Liebe.....	80
Das Licht.....	80
Unbeschreibliche Farben.....	81
Eine Wahl.....	81
Entscheidungspunkt.....	81
Treffen von Familienmitgliedern.....	81
Kein Gut oder Böse.....	82
Angst vor dem Tod verloren.....	82
Der Lebensrückblick (Life review).....	83
Vermeintlich medizinische Erklärungen.....	85
Was dabei nicht erklärbar ist.....	85
I) Exakt gleiche Themen.....	85
II) Erinnerung an Gespräche.....	85
III) Andere Perspektive.....	85
IV) Informationen aus dem Lebensrückblick.....	86
V) Wunderheilung.....	86
VI) Fähigkeiten von Kindern nach der NTE.....	88
VII) Fähigkeiten von Erwachsenen nach der NTE.....	88
VIII) Nicht erklärbares Wissen.....	89
IX) Peak in Darien.....	90
X) Eine tiefe Berührung.....	91
XI) Lebensverändernd.....	91
XII) Fähigkeit zum Medium.....	91
Was ermöglichen Drogen?.....	92
Was macht das Gehirn?.....	93
Fazit.....	94
Kapitel 3 Erinnerung an Vorleben.....	97
Patrick.....	98
Leslie Lemke.....	99
Christian Sundberg.....	100

The Veil – Der Schleier.....	101
Erinnerungen an vor der Geburt.....	102
Kapitel 4 Ram Dass und Maharajji.....	105
Was ist ein Guru.....	106
Ram Dass findet Maharajji.....	107
Vier Geschichten von Maharajji.....	108
Maharajji erwischt Ram Dass beim Naschen.....	108
Maharajji bekehrt einen Atheisten.....	109
Maharajji rettet ein Leben.....	110
Maharajji bildet Ram Dass nach seinem Tod aus.....	111
Kapitel 5 Dankbarkeit.....	113
5 wichtige Grundelemente.....	115
Im Hier und Jetzt leben.....	116
Kapitel 6 Weitere Konsequenzen.....	119
Integrität.....	121
Wert des eigenen Lebens.....	123
Krankheit und Leiden.....	124
Loslassen.....	125
Das Schlimmste, was passieren kann?!.....	127
Wir sind die Meister.....	128
Heilung.....	130
Erleuchtung.....	132
Kapitel 7 Anhang.....	135
Stephen Weber.....	135
David Ditchfield.....	136
Nancy L. Danison.....	136
Lloyd Rudy.....	136
Kapitel 8 Eigene Erfahrung.....	139
Meine Termine mit Vinney.....	139
Schlusswort.....	140
Kapitel 9 Glossar.....	141
Kapitel 10 Literaturverzeichnis.....	144
Kapitel 11 Studien / Veröffentlichungen.....	147
Kapitel 12 Stichwortverzeichnis.....	148
Kapitel 13 Über den Autoren Robert Krug.....	153
Weitere Informationen.....	159
Weiterführende spirituelle Informationen.....	160



**Energie kann nicht  
geschaffen oder  
zerstört werden,  
sie kann nur von  
einer Form in die  
andere verändert  
werden.**

*Albert Einstein*

## Vorwort

Im Laufe meiner Recherchen für dieses Buch bin ich über die Geschichte von Leslie Lemke gestolpert. Leslie ist 1952 als Frühchen zur Welt gekommen. Seine Augen hatten eine sehr schlimme Form des Grünen Stars entwickelt und so mussten Leslie in den ersten Wochen des Lebens beide Augen entfernt werden. Er hatte zu allem Überfluss auch noch Schäden am Gehirn und autistische Züge. Seine leibliche Mutter gab ihn darauf zur Adoption frei. Die Krankenschwester May Lemke nahm ihn auf. Im Alter von 12 Jahren lernte Leslie zu stehen und mit 15 Jahren konnte er die ersten Schritte gehen.

Zur Therapie kaufte May Lemke ein gebrauchtes Klavier. Ihr fiel auf, dass Leslie gefallen an Musik hatte. Im Alter von 16 Jahren hörte Leslie das Musikstück Piano Concerto No. 1 von Tchaikovsky im Fernsehen. In der Nacht wachte May Lemke auf und hörte Musik im Wohnzimmer. Sie fragte ihren Mann, ob er aus Versehen den Fernseher angelassen habe. Sie ging runter und sah Leslie vor dem Klavier sitzen. Er spielte das anspruchsvolle Stück von Tchaikovsky fehlerfrei. Er spielte auch andere Stücke und sang mit einer tollen Stimme dazu, ohne zuvor auch nur ein Wort mit seinen Adoptiveltern gesprochen zu haben. Es dauerte auch weitere sechs Jahre, bevor Leslie anfang, mit seinen Adoptiveltern zu sprechen, doch er konnte plötzlich singen wie ein Engel.

Wenn Sie verstehen möchten, wie so etwas möglich ist, was auf den ersten Blick vollkommen surreal erscheint, dann wird Ihnen dieses Buch die Antworten geben. Mit dem Wissen, welches ich in diesem Buch zusammenfasse, versteht man, wie so ein „Wunder“ möglich ist.

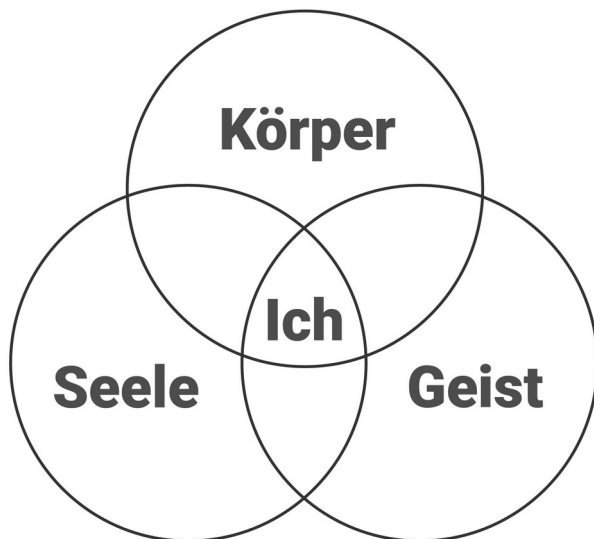


**Ein schwarzer  
Schwan reicht aus,  
um zu beweisen,  
dass nicht alle  
Schwäne weiß sind.**

*Karl Popper*

## **Einleitung**

Ich habe bislang Bücher mit wissenschaftlichem Anspruch über die Themen Ernährung, Gene und Biochemie des Menschen geschrieben. Dabei war mir der ganzheitliche Aspekt immer sehr wichtig, da diese Sicht für mich logisch war. Die Ganzheitlichkeit umfasst dabei immer, dass man den wahren Grund der Erkrankung ausfindig macht und nicht nur ein Symptom behandelt. In diesem Zusammenhang spielt Ernährung immer eine ganz wichtige Rolle, doch das Thema Ganzheitlichkeit geht noch weiter, wie ich in den letzten Jahren gelernt habe. Ich habe mich bislang „nur“ auf das Thema Körper und ein wenig auf das Thema Geist konzentriert. In der Ganzheitlichkeit betrachtet man nicht nur den Körper und Geist, sondern eben auch die Seele.



Dazu muss man das Thema Seele überhaupt erst einmal kennenlernen. Mir war das auch vollkommen unklar. Bis vor kurzem gehörte ich zu dem Kreis der Hoffenden mit einer großen Angst vor dem Unbekannten. Das hat sich für mich grundsätzlich geändert und damit sich das für Sie auch ändert, habe ich dieses Buch geschrieben. Doch wie begann meine Erkenntnis?

Durch Interviews mit Ärzten und Coaches aus dem Bereich Ganzheitlichkeit, vor allem durch die Interviews von und mit Paul Chek, bin ich auf Prof. Richard Alpert alias Ram Dass aufmerksam geworden. Im Sommerurlaub 2023 habe ich die Bücher von Ram Dass gelesen wie auch viele Interviews mit ihm angeschaut oder angehört. Und wie es so schön heißt: Wenn man sucht, dann findet man auch seine Lehrer. Wieder über Paul Chek und vorbereitet durch Ram Dass bin ich auf die Arbeit von Guy Lawrence aufmerksam geworden. Er hat vor einigen Jahren sein „Erwachen“ durch Meditation erfahren, was ihn dazu veranlasst hat, sein komplettes Leben umzukrempeln. Er hat seine Beteiligung an einer Firma für Nahrungsergänzungsmittel verkauft und sich seitdem ganz dem Thema Seele und Seelenarbeit gewidmet. Das ist übrigens ein Phänomen, welches auf viele Personen zutrifft, die ich in diesem Buch beschreiben werde: Das Leben ändert sich grundsätzlich mit der Erkenntnis über unser wahres Wesen. Es ist vergleichbar mit den Erkenntnissen, die ich in meinen Ernährungsbüchern – dort auf Basis wissenschaftlicher Studien – beschreibe. Man kann nach dem Lesen nicht mehr so weitermachen. Man kann nicht vergessen, was man gelernt hat, wie z. B. bei den Themen Cholesterin, Insulin, Eiweiß oder Darmgesundheit.

Hier im Buch möchte ich Sie mit diesen fast „unglaublichen Geschichten“ abholen. Weil fast alle Erzählungen bzw. alle Bücher und Interviews, die ich bislang angeschaut habe, auf Englisch sind, bin ich mal wieder auf die Idee gekommen: Schreib doch ein Buch und fasse die Essenz zusammen. Zudem fürchte ich, dass viele nicht mal eben so flüssig die Sprache verstehen, um den Interviews zu folgen. Und so entstand dieses Buch.

Mein Hauptziel ist es, dass Sie nach dem Lesen des Buches Ihre Angst vor dem Tod verlieren, sofern Sie die haben. Genauso wie ich die Angst vor dem Tod komplett verloren habe. Gerade bei chronischen Erkrankungen, aber auch ohne solche, ist es unheimlich wichtig, dass man die Angst vor dem Tod verliert.



Das Buch richtet sich zudem an diejenigen, die auch auf der Suche nach dem Wesen unserer Existenz und der Existenz des Universums an sich sind. Die genauso wie ich die „harten Fragen“ des Lebens stellen:

- Wer sind wir?
- Was ist der Sinn unseres Lebens?
- Was ist der Sinn des Universums?
- Wer oder was ist Gott?
- Gibt es einen Gott?
- Warum müssen wir sterben?
- Was passiert, wenn wir sterben?

Ich habe mir mein ganzes Leben lang diese Fragen gestellt und leider keine glaubwürdigen Antworten erhalten, auch nicht von der Kirche. Das wäre theoretisch durchaus möglich gewesen, hat jedoch nicht geklappt. Wohl auch, weil ich ein Mensch aus der Wissenschaft bin und sehr bald gelernt habe, dass die Kirche ein ganz komisches Konstrukt ist, was mit den Inhalten Jesu nichts zu tun hat. Daher lief ich viele Jahre „blind“ umher, immer mit der Angst und der quälenden Frage:

**Was passiert, wenn ich sterbe?**

Viele von uns werden dann mit 20 Lebensjahren festgestellt haben, dass diese Fragen ein wenig in den Hintergrund treten, da man sich auch eine kurze Zeit lang für unsterblich hält. Ja, das darf man ruhig zugeben, es gibt kein Richtig oder Falsch! Oder man denkt nicht darüber nach, weil man andere Probleme im Leben lösen muss bzw. andere Prioritäten setzt. Die Kernfragen des Lebens kamen jedoch immer wieder in mir hoch und immer wieder musste ich feststellen, dass ich auf sie keine Antworten habe. Schlimmer noch: Häufig überkam mich ein starkes Angstgefühl. Diese Verzweiflung kenne ich inzwischen auch von den Menschen mit Nahtoderfahrung. Vor deren Nahtoderfahrung ging es vielen Menschen sehr ähnlich wie mir.

Diese Situation hat sich für mich im Jahr 2023 komplett geändert. Und ich kann nur hoffen, dass ich Ihnen mit diesem Buch die gleiche Zuversicht, die gleiche wunderschöne Gewissheit geben kann, wie ich sie erfahren konnte, wohlgemerkt ohne Psilocybin, LSD oder Magic Mushrooms. Ganz einfach nur auf Basis von Logik und aber auch aus eigenem Herzen, welches einen fühlen lässt: Ja, das ist die Wahrheit.

Ich weiß inzwischen: Wir alle tragen die Wahrheit in uns. Nur leider hat uns keiner beigebracht, damit zu arbeiten bzw. zu leben, da wir nicht in Indien oder im Outback Australiens groß geworden sind, wo es in weiten Kreisen noch einen Selbstverständlichkeit ist, solche existenziellen Dinge bereits als Kind zu lernen. Wie anders würde die Welt aussehen!

## Quantenphysik

Trotzdem kann ich Ihnen in diesem Buch keine Beweise in Form von Doppelblindstudien liefern ... oder vielleicht doch (ich komme gleich darauf zurück)? Es gibt jedenfalls keine Studien, die unsere Existenz nach dem Tod direkt beweisen würden. Bruce Lipton ist der Meinung, dass man vieles aus Sicht der Quantenphysik tatsächlich beweisen kann. Ervin Laszlo beweist z. B. mit seiner Arbeit, dass es das Quanten- bzw. Akasha-Feld gibt, über das wir im Buch noch sprechen werden (vgl. [42], Seite 113) und wodurch viele vermeintliche „Wunder“ durch die Physik erklärt werden. Vor Einstein war eben auch so etwas wie das Gravitationsfeld nicht bekannt oder eben das Higgs-Feld aus neuerer Zeit, welches Materie überhaupt erst ermöglicht. Trotzdem fehlt mir aktuell noch das Wissen, diese Ausführungen eloquent darstellen zu können. Daher hat das Buch den Ansatz, Sie über die spirituellen Erfahrungen toller Menschen mitzunehmen, so dass auch Sie, wie ich, zu der Erkenntnis gelangen:

Der Tod des Körpers ist nur ein Übergang und wir sind hier auf der Erde zum Lernen, d.h. für die Erfahrungen, die man nur in einem echten irdischen Leben machen kann. Einige beschreiben es so: Erklären Sie jemandem, wie es ist, ein Fahrrad zu fahren oder im Meer zu schwimmen. Wie erklärt man jemandem, was Liebe oder Einsamkeit ist, wenn man nur in einem Kollektiv lebt, wo man ausschließlich eine bedingungslose Liebe erfährt. Ohne dass derjenige es ausprobiert, wird es sehr schwer, das zu erfahren.

Es gibt jedoch noch einen weiteren Aspekt, der mir am Herzen liegt: Menschen mit chronischen Erkrankungen brauchen dieses Wissen, um den latenten Stress der Ungewissheit und Angst loszulassen. Ich spreche hier ein wenig aus Erfahrung, denn zwei chronische Reaktivierungen von Parasiten haben mich letzten Endes überhaupt in die Lage versetzt, all dieses Wissen zu suchen und zu erlernen und nun in Worte fließen zu lassen. Daher muss ich diesen Erkrankungen durchaus dankbar sein, was mir in der Tat noch schwer fällt, da es uns Menschen generell schwer fällt, loszulassen. Natürlich auch mir. Ich gehe auf das Thema Chronische Erkrankung am Ende des Buchs noch einmal ein.

### **Alles ist geplant.**

Meine Frau hat mich darauf hingewiesen, dass die folgenden Zeilen über eines der Grundkonzepte dazu führen könnten, dass Sie das Buch an die Wand werfen, insbesondere wenn Sie mit einer mir durchaus bekannten schweren chronischen Erkrankung konfrontiert sind wie ALS, MS, Lupus oder Krebs. Tun Sie das ruhig. Aber heben Sie das Buch später wieder auf und lesen Sie weiter. Lesen Sie bitte einmal durch meinen Versuch, die Wirklichkeit unserer Existenz zusammenzufassen, so wie ich sie verstanden habe und wie sie auch absolut einen Sinn ergibt, wenn auch ein Stück weit zum Missfallen von uns „Menschen“ auf dem Planeten Erde! Da nehme ich mich auch nicht außen vor! Einige Aspekte sind auch für mich schwer zu akzeptieren, wenn man sich nur mit dem einen Leben auf der Erde identifiziert.

Ich hatte zum Glück keine solch schwere Erkrankung, doch was jetzt kommt und was Sie in diesem Buch lernen werden, dreht die ganze Perspektive um 180 Grad herum: Wir alle haben uns diesen Lebensverlauf ausgesucht (vgl. [57], Seite 71; vgl. [25], Seite 97). Durch Leiden und Schicksalsschläge lernen wir wesentlich mehr als durch ein (aus menschlicher Sicht) perfektes Leben. Das ist hart zu akzeptieren, aber denken Sie mal darüber nach. Das stimmt. Wenn ich meine Erkrankungen nicht entwickelt hätte, so hätte ich keine einzige Zeile geschrieben. Ich würde weiterhin meine Weinverkostungen im Jahr genießen und Urlaub in Weinanbaugebieten machen. Ich wäre ggf. sogar Sommelier geworden, denn ich hatte bereits darüber nachgedacht. Wein ist ein wunderschönes Hobby und ich liebte Wein. Schleichend über die Jahre vertrug ich Wein immer schlechter, bis ich Mitte 2016 keinen Tropfen mehr vertragen konnte. Das Resultat waren schwere Verdauungsprobleme und rasende Kopfschmerzen. Das war der Beginn meiner Reise, die ich inzwischen auch mit ganz anderen Augen sehe (vgl. [57], Seite 76).

## **Kröte schlucken**

Ich weiß, ich möchte das wirklich nicht mit einer Krebserkrankung oder einer schweren Autoimmunerkrankung vergleichen. Da klingt das nach Jammern auf höchstem Niveau. Ich will nur wiedergeben, was viele Lehrmeister wie Ram Dass, der über viele Jahrzehnte Sterbende betreut hat, um ihnen die Angst zu nehmen, gesagt haben: Eine schwere Erkrankung muss als Anlass betrachtet werden, einen neuen Weg zu gehen. Es ist kein Zufall, dass das passiert (auch biochemisch in der Regel nicht). Und wir alle müssen die Kröte schlucken, dass wir uns unser eigenes Schicksal ausgesucht haben. Ich werde das noch ausführlich beschreiben, nur soviel vorweg: Es nennt sich Seelenvertrag (soul contract), den wir im Detail ausarbeiten, bevor wir in den Planeten eintauchen.

Wir alle sind hier, um zu lernen, und einige von uns möchten im Leben die wahre Existenz kennenlernen. Ich versuche mit diesem Buch, Ihnen dabei zu helfen. Denn wenn Sie kein Interesse hätten, dann hätten Sie es noch nicht einmal bis hierhin geschafft.