

LICHT



4. Teil

LEBEN

Die Erleuchtung

**Mystiker und religiöse
Sucher haben zu allen Zei-
ten das Erlebnis ihres
Erwachens zum Göttlichen
als Erfahrung überwälti-
genden, himmlischen Lichts
beschrieben, in dem alles
Wissen dieser Welt enthal-
ten ist. Wir nennen es
„Erleuchtung“**



ng des Geistes

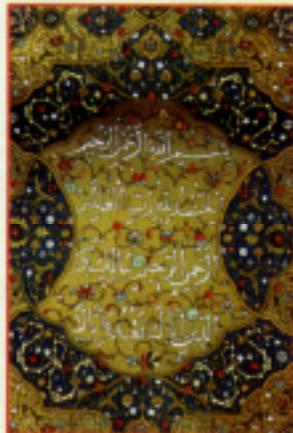
D Von Reinhard Eichelbeck

Der Pharisäer *Saul* aus Tarsus hatte sich einen Namen gemacht: als Verfolger einer kleinen jüdischen Sekte, deren Mitglieder vom wahren Glauben abgefallen waren und sich den Lehren eines gewissen *Jesus von Nazareth* zugewandt hatten. Auf einer seiner Verfolgungsreisen war er nach Damaskus unterwegs, als er kurz vor der Stadt eine blendende Lichterscheinung sah – „heller denn der Sonne Glanz“ und so gewaltig, daß es ihn zu Boden warf. Und aus dem Licht hörte er eine Stimme – die Stimme eben jenes *Jesus von Nazareth*, dessen Anhänger er so eifrig verfolgte. Das Licht und die Stimme verwandelten ihn und sein Leben völlig – er ließ sich taufen und wurde *Paulus*, der Apostel, einer der wichtigsten Wegbereiter des Christentums.

Nicht ganz 600 Jahre später hatte sich *Abul Kasim Muhammad Ibn Abd Allah*, ein arabischer Kaufmann aus Mekka, zu Andachtsübungen in die Berge zurückgezogen. Eines Nachts, als er in seinen Mantel gehüllt auf dem Boden schlief, weckte ihn der Klang einer Stimme. Er richtete sich auf und sah ein Licht auf sich zukommen von so unerträglich hellem Glanz, daß er die Besinnung verlor. Als er wieder zu sich kam, erblickte er eine Lichtgestalt, die sich ihm als der Engel *Gabriel* zu erkennen gab und ihm ein mit Schriftzeichen bedecktes seidenes Tuch vorlegte. Obwohl er die Zeichen nicht lesen konnte, verstand Muhammad alles, was auf dem Tuch geschrieben stand: eine Botschaft Gottes an ihn, die er später im „Koran“ niederlegte. Das Lichtelebnis machte den unscheinbaren Kaufmann zum Propheten, zum Religionsstifter, zum geistigen und politischen Führer einer Bewegung, die große Teile Afrikas, Arabiens, Asiens und zeitweise auch Europas eroberte und heute weltweit etwa eine Milliarde Menschen zu ihren Anhängern zählt. Es ist eine ganz besondere Art von Licht, die solche erstaunlichen Wirkungen hat – ein unirdisches oder himmli-



Links: Der Apostel, den eine Licht-Erfahrung vom Saulus zum Paulus gemacht hat (Kirchenmalerei aus dem Mittelalter). Links: Die erste Hälfte der ersten Koran-Sure, von einem Lichtboten übermittelt



ches Licht, ein heilendes, liebevolles und Wissen vermittelndes Licht, das unzählige Mystikerinnen, Mystiker, Visionäre und „Erleuchtete“ aus allen Zeiten und Kulturen immer wieder erlebt und beschrieben haben. *Hildegard von Bingen* (1098–1179) beschrieb es im 12. Jahrhundert als ein „Licht im Licht“; und dieses „Überlicht“ – wenn man es so nennen will – vermittelte ihr ganz erstaunliche Visionen. „Das Licht aber, das ich schaue“, so schrieb sie, „ist nicht örtlich, sondern weit und weit heller als die Wolke, die die Sonne trägt. Und nicht vermag ich Tiefe, noch Länge, noch Breite darin zu erkennen. Und genannt wird es mir ‚der Schatten des Lebendigen Lichts‘... In diesem Licht aber sehe ich zuweilen und nicht häufig ein anderes Licht, das mir das ‚Lebendige Licht‘ genannt wird, und wann und

in welcher Weise ich dies sehe, das weiß ich nicht zu sagen. Und da ich es schaue, wird mir alle Traurigkeit und alle Not entraft.“

Hildegard von Bingen hat von jenem „wissenden Licht“ nicht nur ihre großartigen, auch heute noch hochgeschätzten Werke diktiert bekommen, sondern auch viele einfache und konkrete Anweisungen für Menschen, die sie um Hilfe baten. Sie hat auch zukünftige Ereignisse vorhergesagt – unter anderem dem Kaiser *Friedrich Barbarossa*. Was es genau war, ist nicht überliefert; aber der Brief, in dem *Barbarossa* die Prophezeiung bestätigt, ist uns erhalten geblieben.

Immer wieder betont *Hildegard*, daß ihr Wissen nicht aus ihr selbst stammt, sondern aus dem wissenden Licht: „Was Es mir nicht sagt, das weiß ich nicht.“ Sie sieht sich als Instrument und vergleicht sich mit einer „Posaune, die zwar die Töne gibt, aber selbst nichts dazu tut. Ein anderer bläst hinein, damit sie töne.“

Inspiziert von „göttlichen Wonnen“

Auch die spanische Mystikerin *Teresa von Avila* (1515–1582) hat jenes innere Licht erlebt, „ein anderes Licht, das so verschieden von dem hiesigen ist“ und das ihr „göttliche Wonnen“ vermittelte, an denen gemessen „die Freuden der Welt nur Kehricht sind“.

Neben ihren erstaunlichen Visionen einer geistigen Welt vermittelte das Licht ihr die Kraft zu einer gewaltigen Reformationsarbeit. Sie gab dem Orden der Karmeliter eine neue Regel, gründete, unter großen Strapazen kreuz und quer durch Spanien reisend, 17 Klöster, überwand alle Widerstände und Anfeindungen und gewann auch zahlreiche männliche Ordensbrüder für ihre fortschrittlichen Ideen. Der berühmteste von ihnen war *Juan des Yepes* (1542–1591), der sich nach seiner ersten Begegnung mit *Teresa* ihren Reformideen anschloß und sich fortan *Juan de la Cruz* nannte – *Johannes vom*

Kreuz. Teresa war damals bereits über 50, Johannes halb so alt. Und während sie im Sprechzimmer des Klosters „Zur Menschwerdung“, durch ein Gitter getrennt, miteinander sprachen, gerieten beide derartig in Verzückung, daß sie – so eine Augenzeugin – in der Luft zu schweben begannen. Ob Wahrheit oder Legende – das läßt sich heute nicht mehr nachprüfen. Aber Berichte von solchen „Levitationen“ sind keineswegs selten in der Geschichte der Mystik und aus ganz unterschiedlichen Kulturen und Religionen überliefert.

Johannes stieß mit seinen Bemühungen, den männlichen Karmeliterorden zu reformieren, keineswegs auf Gegenliebe. Seine Ordensbrüder überfielen ihn eines Tages und verschleppten ihn nach Toledo, wo er in einem kleinen Raum des Klosters bei Wasser und Brot mehrere Monate gefangengehalten wurde. Jeden Mittag mußte er sich im Refektorium mit nacktem Rücken niederknien und wurde von seinen Mitbrüdern mit Ruten geißelt. Es war, wie er selbst später es ausdrückte, seine Zeit „im Bauche des Walfisches“.

Weisheit durch „himmlisches Licht“

In dieser Not kam ihm das „himmlische Licht“ zur Hilfe. Während es sich sonst um ein inneres Lichterlebnis handelt, scheint das Licht hier auch äußerlich sichtbar gewesen zu sein. Jedenfalls wird berichtet, daß ein Mönch eines Nachts aus Juans Zelle ein helles Licht leuchten sah, worauf er erschreckt den Prior zu Hilfe holte. Als sie zurückkamen, war kein Licht mehr zu sehen, und sie fanden weder eine Lampe noch eine Kerze in der Zelle. Überzeugt, daß der Mönch sich getäuscht hatte, zog sich der Prior zurück. Johannes aber hatte in dieser Nacht sein Damaskus erlebt, und er erzählte später einem seiner Ordensbrüder, daß Gott in seiner Barmherzigkeit ihm ein himmlisches Licht sandte, das ihn getröstet und seine Seele mit Freude erfüllt habe. Einige Zeit danach, so wird berichtet, soll ihm das Licht zur Flucht verholfen haben. Eine Stimme sprach zu ihm aus dem Licht, daß er nun mit Gottes Hilfe befreit werden solle, und gebot ihm, dem Licht zu folgen. Und das Licht ging ihm voraus durch die Gänge des Gebäudes und führte ihn zur Klostermauer, die sein mißhandelter und geschwächter Körper scheinbar mühelos überwinden konnte. Bei den Karmeliterinnen fand er Zuflucht und

☩ Ein gebet zu der heiligen sant Hildegard. ☩
 ☩ Anschichtig ewiges got wie biren dich/ das du von
 verleben sollst den geist der warheit/ und so geseig
 sein/ als du der heilige iungfrawen sant Hildegard ge
 wesen bist/ das wir dir seich und bey dir un erwigle
 lichter bein wilm verlebungs mögen. Amen.



„Das Licht aber,
das ich schaue, ist
nicht örtlich,
sondern weit und
weit heller als
die Wolke, die die
Sonne trägt“



Die christlichen Mystiker Hildegard von Bingen (links oben), Johannes vom Kreuz (links) und Teresa von Avila (oben, 2. von links, im Dialog mit den Ordensbrüdern). Alle drei wurden durch ihre Visionen und ihre Erweckungserlebnisse zu reformatorischer Arbeit innerhalb der katholischen Kirche inspiriert

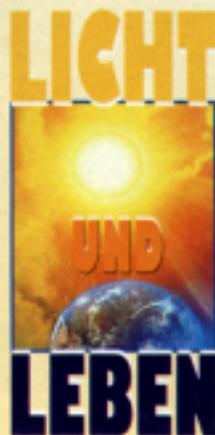
ein erstes Versteck. Das Licht aber wurde sein Begleiter und machte ihn zum bedeutendsten Mystiker Spaniens – und zu einem seiner großen Dichter.

So märchenhaft diese Geschichte auch klingen mag – seine zahlreichen Werke, die Johannes den Titel eines „Doctor Extatico“ eintrugen, sind höchst reale Zeugnisse einer sehr tiefen, klugen und bewußten, keineswegs verworrenen Religiosität. Und das hat schließlich auch die Kirche anerkannt: 1726 wurde er heiliggesprochen, und Pius XI. erhob ihn 1926 zum Kirchenlehrer.

Aegidius von Assisi, ein Jünger des heiligen Franziskus, hatte im 13. Jahrhundert während eines inbrünstigen Gebets ein Erlebnis, das wir heute als „außerkörperliche Erfahrung“ bezeichnen würden. Dabei wurde „diese sehr heilige Seele zum Schauen der himmlischen Geheimnisse hinweggeführt“. Er sei durch dieses Ereignis „neu geboren worden“, meinte Aegidius, weiger-

te sich aber, Einzelheiten zu berichten. Er sprach nur gelegentlich von einem „Licht“ der göttlichen Weisheit“, das ihm verborgene Dinge offenbare.

Anna Katharina Emmerick (1774–1824), eine stigmatisierte Nonne im westfälischen Dülmen, hatte eine Reihe bemerkenswerter Visionen, die der Dichter Clemens Brentano aufzeichnete. Sie erlebte dabei, wie sie von einem Engel auf außerkörperliche Reisen zu fernen Orten und Ereignissen mitgenommen wurde. Und auch hier war wieder das „himmlische Licht“ im Spiel. „Wenn er (d.h.: der Engel) zu mir kommt, mich auf irgendeine Reise zu leiten“, so berichtete sie, „sehe ich meist zuerst einen Glanz, und dann tritt eine Gestalt plötzlich leuchtend aus der Nacht, wie etwa wenn eine Blendlaterne auf einmal in der Nacht geöffnet wird.“ Der Engel, der sie ständig begleitet, sei „durchsichtig und glänzend, oft ganz ernst, oft mit Liebe gemischt“.



Sie sah und hörte viele unaussprechliche Dinge, und es erschien ihr „wie eine Welt außer mir, in welche ich durch eine Lichtöffnung hinausschauen konnte“. Offensichtlich genoß sie ihre Reisen – in welche anderen Welten auch immer – und war davon ähnlich hingerissen wie Teresa von Avila. „Dieses Leben“, so sagte sie, „in welchem einen nichts hindert, nicht Zeit, nicht Raum, kein Körper, keine Verschwiegenheit, wo alles spricht und alles leuchtet, scheint so vollkommen frei, daß die blinde, lahme, stammelnde Wirklichkeit ein leerer Traum darin erscheint.“

Auch der Renaissance-Philosoph *Giordano Bruno* (1548–1600) gehört zum Kreise derer, die durch das „himmlische Licht“ erleuchtet wurden. Er sprach von „Strahlen“, die ihm die göttliche Güte, Einsicht, Schönheit und Weisheit offenbarten. „Das aber geschieht, sobald der Getroffene nicht mehr mit diamantartiger Oberfläche das eindringende Licht zurückwirft, vielmehr, durch die Glut und Helligkeit aufgeweicht und bezwungen, in seinem ganzen Wesen lichtartig wird, er selbst gleichsam Licht, indem dieses sein Fühlen und Denken durchdringt.“

Bruno bezog sehr eindrucksvolle, seiner Zeit weit vorausweisende wissenschaftliche Erkenntnisse aus seiner Begegnung mit dem Licht – und eine ebenfalls durchaus unzeitgemäße Philosophie, die ihn am Ende auf den Scheiterhaufen brachte. Ein Schicksal, das er aber höchst gelassen auf sich nahm, da er von der Unsterblichkeit der Seele und ihrer mehrfachen Wiedergeburt überzeugt war. „Die Seele verhält sich zur Materie“, so schrieb er, „wie der Baumeister zum Haus oder der Schiffsherr zu seinem Schiff.“

Der Kosmos war für ihn eine permanente Schöpfung, ohne Anfang und Ende in Raum und Zeit, alles war ihm belebt und beseelt. „Gott ist das Unendliche im Unendlichen, die Allgegenwart in allem, nicht über dem Universum oder außerhalb desselben, sondern auf höchste Weise in allem anwesend, allem immanent, wie die Einheit nicht außerhalb des Seienden oder über dem Seienden und die Natur nicht außerhalb der natürlichen Dinge ist.“

Der Apostel Paulus hat sich anderthalb Jahrtausende zuvor (im ersten Korintherbrief) ganz ähnlich ausgedrückt: „Es sind mancherlei Gaben, aber es ist Ein Geist. Und es sind mancherlei Ämter, aber es ist Ein Herr. Und es sind

mancherlei Kräfte, aber es ist Ein Gott, der da wirket alles in allen.“ Das ist nicht weniger pantheistisch als die Äußerung Giordanos. Und Paulus hat noch andere Seltsamkeiten verkündet (ebenfalls im ersten Korintherbrief): „Strebet nach der Liebe, Fleißiget euch der geistlichen Gaben, am meisten aber, daß ihr Weissagen möget.“

Was hätte die Kirche wohl mit dem Apostel angestellt, wenn er statt im ersten im 16. Jahrhundert aufgetreten wäre?

Durchbruch zu höherem Bewußtsein

Giordano Bruno sprach in seinen Schriften davon, daß die Erde an den Polen abgeflacht ist und daß Nordpol und Südpol von Zeit zu Zeit ihre Positionen vertauschen, daß unsere Sonne sich ebenfalls um ihre Achse dreht, daß es hinter dem Saturn noch weitere Planeten gibt und daß die Fixsterne ebenfalls Sonnen sind, die von Planeten umkreist werden. Alles Dinge, von denen wir heute wissen, daß sie zutreffend sind, die aber seinerzeit ganz unglaublich erschienen und die er auf „normalem“ Wege nicht hätte in Erfahrung bringen können. Er nahm – im Ansatz – die Keplerschen Gesetze vorweg und Teile der Relativitätstheorie. „Seine genialen Intuitionen sind seinen Zeitgenossen um mehrere Jahrhunderte vorausgeil“, schrieb *Egon Friedell* in



Giordano Bruno (oben) sprach von „Strahlen, die göttliche Weisheit offenbarten“. Die besang auch der Dichter Dante Alighieri

seiner „Kulturgeschichte der Neuzeit“. Brunos Landsmann *Dante Alighieri* (1265–1321) schrieb seine „Göttliche Komödie“ – eine der größten Dichtungen des Abendlandes – nach innerem Diktat. Im 24. Gesang des „Purgatorio“ sagt er von sich selbst: „Wohl bin ich einer, der, was Liebe einhaucht, festhält; und gehorsam dem innern Wahrspruch setz’ ich meine Zeichen.“ Und auch er hat das „himmlische Licht“ erlebt. „Die Herrlichkeit dess’, der das All bewegt, durchdringt die Welt und leuchtet mehr an einem Ort und wen’ger an dem andern. Im Himmel, dem das größte Licht er spendet, war ich und Dinge sah ich, die zu sagen keiner vermag, der je von dort zurückkommt“, schreibt er im ersten Gesang des „Paradiso“ und schließt sich mit seinem Bekenntnis zur „Unsaßbarkeit“ des Gesehenen all den andern an, die – wie, wann oder wo auch immer – ähnliches erlebt haben.

Ende des 19. Jahrhunderts beschäftigte sich der amerikanische Arzt und Psychiater *Richard Maurice Bucke* (1837–1895) intensiv mit diesen Lichterfahrungen und ihren Folgen und sammelte eine Fülle von Beispielen aus der Geschichte dazu. Neben den oben genannten – wobei er seltsamerweise allerdings die Frauen ganz wegläßt – zählte er zu den „Erleuchteten“ unter anderem auch noch Männer wie *Moses, Laotse, Buddha, Sokrates, Christus, Plotin, Bacon, Böhme, Pascal, Spinoza, Swedenborg, Balzac, Ramakrishna* und *Walt Whitman*.

Bucke betrachtete das, was so ganz unterschiedlichen Menschen aus verschiedenen Kulturen und Zeitaltern in ganz ähnlicher Weise widerfahren war, als einen Durchbruch zu einer höheren Bewußtseinsstufe jenseits des normalen wachen Ichbewußtseins, die er „kosmisches Bewußtsein“ nannte. Anlaß für seine Beschäftigung mit dieser für einen Arzt nicht gerade naheliegenden Thematik (er war sowohl Präsident der Psychologischen Abteilung der „British Medical Association“ als auch der „American Medico-Psychological Association“) war ein eigenes Erlebnis. Er hat es später beschrieben, wobei er sich selbst allerdings distanzierend in die dritte Person setzte:

„Völlig unvermittelt fühlte er sich von so etwas wie einer flammenden Wolke erfaßt. Im ersten Augenblick dachte er an eine plötzliche Feuersbrunst in der Stadt, doch dann erkannte er, daß dieses gleißende Licht aus seinem eigenen Innern hervorgebrochen war. Von Frohlocken gewiegt, von Seligkeit durchflu-

tet, erfuhren seine Verstandeskräfte jene totale Durchlichtung, die mit Worten unmöglich wiederzugeben ist. Es war *Brahmas* Glanz, der seinen Geist für die Dauer eines Augenblicks blitzartig erleuchtete und seitdem nicht aufgehört hat, ihm ein Licht auf seinem Lebensweg zu sein. Unter anderem schaute und erkannte er, daß der Kosmos keine tote Materie, sondern lebendige Gegenwart ist; daß die menschliche Seele unsterblich ist; daß das Grundprinzip der Welt das ist, was wir Liebe nennen, und daß die Seligkeit eines jeden letzten Endes eine Gewißheit ist.“

Nach umfangreichen Studien über die oben erwähnten Personen und ihre „Erleuchtungserlebnisse“ stellte Bucke eine Liste auf, in der er die charakteristischen Merkmale des „kosmischen Bewußtseins“ zusammenfaßte: das innere Licht, der Überschwang der Gefühle, Erleuchtung und Erkenntnis, Innewerden der eigenen Unsterblichkeit, Schwinden der Todesfurcht, Aufhebung der Sündenlast, Plötzlichkeit der Erfahrung, Bereicherung der Persönlichkeit durch Anmut und Harmonie sowie physiognomische Verklärung.

Bucke betrachtete das „kosmische Bewußtsein“ als einen grundsätzlich menschlichen Aspekt und äußerte bereits Ende des 19. Jahrhunderts die Ansicht, daß immer mehr Menschen zu dieser höheren Bewußtseinsstufe Zugang finden werden, ja „daß die gesamte Menschheit in einer Zeit des Übergangs vom Ichbewußtsein zum kosmischen Bewußtsein steht“. Allerdings schränkte er ein: „Menschen, in denen der kosmische Sinn erwacht, sind deshalb nicht mit einem Schlag allwissend oder unfehlbar geworden ... Auch auf höherer Ebene kann man klug oder töricht sein.“ Hundert Jahre danach kann man dem nur zustimmen. Aber es ist in der Tat auch wahr, daß es heute immer mehr Menschen gibt, die solche „Erleuchtungserfahrungen“ machen und dem „inneren“ oder „himmlischen“ Licht begegnen. Es sind allerdings nicht so sehr Mystikerinnen und Mystiker im klassischen Sinne, sondern Menschen, die klinisch tot waren und wiederbelebt wurden. Und die von Richard Maurice Bucke aufgestellte Liste der „Erleuchtungsmerkmale“ stimmt überraschend genau mit den charakteristischen Merkmalen einer sogenannten „Nahtoderfahrung“ überein.

Der amerikanische Arzt und Philosoph Dr. *Raymond Moody* hat in den vergangenen 30 Jahren Tausende von Men-

schen befragt, die – so scheint es – die Grenze zum Jenseits überschritten haben und zurückgekehrt sind.

„Beispiele aus der ganzen Welt zeigen uns“, erzählt er, „daß all diese Nahtoderfahrungen ein ähnliches Grundmuster haben. Die Menschen berichten, daß sie, wenn ihr Herz zu schlagen aufhört, ihren Körper verlassen und in die Höhe schweben. Von oben herab sehen sie dann, wie Ärzte und Schwestern versuchen, sie wiederzubeleben. Nach einer Weile nehmen sie eine Art Tunnel wahr, und sie gehen durch diesen Tunnel hin-

„Sie gehen durch diesen Tunnel und in ein unglaublich strahlendes Licht“



Autor Reinhard Eichelbeck (rc.) mit dem Sterbeforscher Raymond Moody. Moody studierte als einer der ersten die „Nahtoderfahrungen“

durch und in ein unglaublich strahlendes Licht hinein. Und in diesem Licht fühlen sie sich völlig erfüllt von Liebe und Frieden, von überwältigender Freude und Wohlbefinden.“

Der niederländische Maler *Hieronymus Bosch* hat diese „Reise ins Licht“ in einem seiner Bilder eindrucksvoll dargestellt. Ob er sie auch erlebt hat, wissen wir nicht. Aber wir wissen, daß über acht Millionen Amerikaner eine Nahtoderfahrung gemacht haben. Eine überraschende Begleiterscheinung dabei ist, daß die Begegnung mit jenem überirdischen und liebevollen Licht offenbar eine heilende und verwandelnde Wirkung hat. Dies geht jedenfalls aus einer Reihe von Untersuchungen hervor.

Moody kann diesen Sachverhalt bestätigen: „Es steht für mich außer Frage nach dem, was ich in der Klinik erlebt habe, daß diese Erfahrung eine heilende Wirkung hat – sowohl auf die Seele als auch auf den Körper. Ich kenne viele Men-

schen, die nicht mehr am Leben sein sollten und die Tatsache, daß sie es doch sind, ihrer Nahtoderfahrung zuschreiben.“

Nun ist es natürlich wenig praktikabel, auf eine Nahtoderfahrung zu warten, wenn man sich die Heilkraft des „Inneren Lichts“ zunutze machen will. Aber es gibt – Gott sei Dank – auch andere Möglichkeiten. In esoterischen und mystischen Traditionen, in einigen Arten des mentalen Trainings und auch in Schilderungen von Geistheilern und Medien findet man verschiedene Formen von Lichtmeditationen. *Silvia Wallimann* hat zum Beispiel eine sehr schöne Sonnenmeditation in ihrem Buch „Die Umpolung“ beschrieben*, und *Keith Sherwoods* Buch „Die Kunst spirituellen Heilens“** enthält eine ganze Reihe von Visualisierungsübungen mit heilenden Farben.

Die Therapeutin *Phyllis Krystal* (s. auch *esotera* 3/94) vermittelt in ihren Workshops unter anderem eine Lichtmeditation, in der man sich einen Lichtzylinder vorstellt, von dem man ganz umschlossen wird, um sich vor unliebsamen Einflüssen zu schützen. Der amerikanische Parapsychologe *William Braud* hat eine Reihe von Versuchen unternommen, die darauf hindeuten, daß man sich, durch Visualisierung einer „Lichtglocke“ oder eines „Lichtkocks“ zum Beispiel, auch vor einer Beeinflussung durch Psi-Kräfte schützen kann (s. auch *esotera* 5/98).

Heilende Reisen ins Reich des Lichts

Ich selbst habe vor einigen Jahren zwei „Nathal“-Seminare*** mitgemacht und dabei auch verschiedene Formen von Lichteilung und Lichtmeditation erlebt. Das Grundelement dieser von der Psychologin Dr. *Gertje Lathan* entwickelten Technik besteht in einer Art „Meditation mit innerer Bilderreise“ – wenn man das so nennen will.

Die „Reise“ beginnt damit, daß man – entspannt mit geschlossenen Augen auf einer Liege ruhend – sich zur Einstimmung innerlich den Satz vorsagt: „Ich will mich geistig entwickeln, ich suche das Licht, ich bitte um Hilfe und Führung.“ Dann stellt man sich vor, daß man auf einer Parkbank sitzt und dort von zwei „Helfern“ (Geistwesen in der Art eines „Schutzengels“ oder „Inneren

* Verlag Hermann Bauer, Freiburg, 1995

** Verlag Hermann Bauer, Freiburg, 1994

*** Informationen: Nathal-Institut, Regentenstr. 49, 42389 Wuppertal, Tel. 02 02/26 50 00

Führers“) abgeholt und zu einem „Wasserbecken“ geführt wird, in dem man badet und sich entspannt. Dann geht es weiter zu einer „Liege“, auf der man von den „Helfern“ behandelt wird, und schließlich zu einem „Tempel“, in dem sich ein „weißes Zimmer“ befindet. Hier wird man noch einmal behandelt und wartet dann darauf, daß ein „Lichtkanal“ erscheint, durch den man zur „ersten Lichtebeene“ aufsteigt.

Dort, im „Haus der Lichtklarheit“, kann man interessante Informationen bekommen, man kann mit „außerirdischen Intelligenzen“ kommunizieren oder zum Flug in weitere, höhere Lichtebenen abheben (siehe auch *esotera* 3/98). Ich habe diese Begriffe in Anführungszeichen gesetzt, weil sie symbolisch zu verstehen sind und in der Vorstellung jedes einzelnen eine andere Form und Gestalt annehmen können.

Bereits während der ersten Behandlungen durch die „Helfer“ lernte ich die heilende Kraft des inneren Lichts kennen. Ich war mit einer heftigen Erkältung angeerbt – Triefnase, Kopfschmerzen, Ohrenscherzen und ein unangenehmer Druck im Nasen- und Stirnbereich. Ich bat die „Helfer“ um Hilfe und bekam auf der „Liege“ eine intensive „Energiebehandlung“, wobei ich den Eindruck hatte, daß farbige Lichtwellen durch meinen Kopf gingen. Nach dieser „Behandlung“ fühlte ich mich ermattet, aber Kopfdruck und Schmerzen waren verschwunden. Lediglich die laufende Nase begleitete mich noch einige Tage.

Eine Teilnehmerin, die an Rheuma litt, berichtete, daß sie nach der „Behandlung“ zum erstenmal seit langer Zeit nachts wieder durchschlafen konnte, und ein Schweizer Unternehmer erzählte, daß er die „Lichtbehandlung“ mit Erfolg als Nachsorge nach einer Krebsoperation eingesetzt hatte.

Während dieses Seminars hatte ich eine ganze Reihe eindrucksvoller „Lichterlebnisse“. Dabei sah ich zum Beispiel Ströme von Licht als „Wasser des Lebens“, ich wurde in einen Edelstein verwandelt, um auf diese Weise zu lernen, wie man ohne Widerstand und Bewertung kosmische Schwingungen reflektiert; ich schwamm



Das „Nathal“-Training der Psychologin Dr. Gertje Lathan (stehend) beruht weitestgehend auf Übungen mit inneren „Licht-Bildern“

in einem „Lichtmeer“, begleitet von Lichtwesen, die als „Lichtblasen“ (wie Luftblasen im Wasser) umhersprudelten. Sie wirkten wie „kindliche Energien“, fröhlich und unbeschwert. Ich empfand Freude, es machte Spaß, dort zu sein, und ich hatte den Wunsch zu bleiben.

Licht wirkt in jeder Form heilsam

Während einer anderen Meditation hatte ich beim Aufstieg zur „Lichtebeene“ plötzlich Angst vor negativen Einflüssen bekommen und wurde von den „Helfern“ in einen schützenden „Lichtkokon“ gehüllt, ähnlich dem, den Phyllis Krystal beschrieben hat.

Es geht darum, die Materie zu „erleuchten“, aus der Trägheit herauszuholen, lebendig zu machen. Es geht darum, Licht von einer höheren Ebene herunterzu transformieren, um es auf unserer Ebene einsetzbar zu machen. Materie ist verdichtetes Licht, Licht ist verdichtetes „Überlicht“, „Überlicht“ verdichtetes „Urlicht“ – und so weiter. Die auf der physischen Ebene für uns nutzbare Form des Lichtes ist das farbige Licht. So etwa lautete die Botschaft der „Helfer“.

Andere Teilnehmer hatten andere, aber ebenfalls heilende oder Heilung versprechende „Lichterlebnisse“. Und für mich waren die Erfahrungen der Nathal-Seminare eine eindrucksvolle Bestätigung der These von Dr. Jacob Liberman, daß die Medizin der Zukunft eine

„Medizin des Lichts“ sein wird. Die mittlerweile jahrtausendelange Beschäftigung der Menschen mit dem äußeren und inneren Licht, die Erkenntnisse von Wissenschaftlern und Visionären in Vergangenheit und Gegenwart haben eines gezeigt: Licht kann offenbar in jeder Form heilsam sein – nicht nur als physisches, sondern auch als metaphysisches Licht.

Eine Erklärung dafür zu finden ist heute noch schwierig – für religiöse Menschen allerdings weniger als für Naturwissenschaftler. Das hängt aber vor allem damit zusammen, daß die moderne Naturwissenschaft materialistisch orientiert ist und die Annahme einer höheren geistigen Ordnungsebene, deren Sprache vielleicht eine Sprache des Lichts ist, nicht in ihr Weltbild paßt. Nur im energetischen Bereich ist die heilende Wirkung des Lichts heute nicht mehr umstritten: Licht im Infrarotbereich wird in der Medizin schon seit langem für Bestrahlungen eingesetzt, mit Laserskalpellen werden Augenoperationen durchgeführt oder verstopfte Adern geöffnet.

Aber es läßt sich nicht leugnen: Licht ist mehr als nur Energie. Licht ist Medizin. Wenn es das richtige Licht ist, zu dem auch ein gewisser Anteil an dem zu Unrecht verteufelten UV-Licht gehört. Und bei bestimmten Heilungsprozessen ist der informative Aspekt des Lichtes vermutlich wichtiger als der energetische.

Licht ist Information oder Träger von Information aus höheren Ebenen des Bewußtseins, eines „kosmischen Bewußtseins“, zu dem wir vermutlich alle Zugang finden können – wenn wir uns darum bemühen. Licht ist eine Brücke ins „Jenseits“, ein Trostspender und Begleiter, ein Ausdruck oder ein Instrument göttlicher Liebe. Licht ist so vieles, vielleicht sogar alles. Oder anders herum: Vielleicht ist alles Licht – letzten Endes.

Licht ist auch die Grundlage des Lebens – auf unserem Planeten mit Sicherheit, vielleicht sogar im ganzen Kosmos. Licht ist Nahrung – für Pflanzen, für Tiere. Und selbst der Mensch lebt nicht vom Brot allein, also von stofflicher Nahrung – sondern auch von Licht. Und er besteht nicht aus Stoff allein, sondern er besteht auch aus Licht und Farbe. Vielleicht ist es das, was von ihm übrigbleibt, wenn er sich von seiner Stofflichkeit getrennt hat.

Ende

