

## **Lichtwesen** von Dr. Richard Bolstad

### **Ein neues NLP-Format aus der Modellierung von Nah-Todes-Erfahrungen**

Wie werden neue NLP Veränderungsprozesse entwickelt? Richard Bandler erklärt, wie er das Modellieren nutzte, um NLP-Techniken wie z.B. die NLP-Phobietechnik zu entwickeln: "Ich suchte und fand zwei Menschen, die unter einer Phobie litten und sie überwunden hatten. Dann habe ich herausgearbeitet, was sie getan haben." (Bandler, 1993, S. 7). Wenn wir Veränderungen im Lebensstil modellieren möchten, können wir dasselbe tun. Dies hat Dr. Kenneth Ring in den letzten zwanzig Jahren getan, und in diesem Artikel möchte ich seine Ergebnisse in die NLP-Sprache und in eine NLP-Technik übersetzen.

Dr. Rings Studien beziehen sich auf Menschen, deren Puls und andere Lebenszeichen während einer medizinischen Behandlung aussetzten. Diese Menschen wurden wiederbelebt und behaupteten anschließend, sich an alles erinnern zu können. Während im Jahre 1980 einige Experten noch damit beschäftigt waren, über die Erfahrungen der ersten fünf Jahre von Nah-Todeserlebnissen zu diskutieren, schloss Dr. Ring bereits die erste von mehreren wissenschaftlichen Studien über dieses Phänomen ab (Life at Death, 1980). Seitdem konzentrierte er sich auf die dramatischen Veränderungen der Lebensführung, die von solchen Ereignissen ausgelöst werden. Neun voneinander unabhängige Studien führten zu dem Ergebnis, dass die Langzeitwirkungen der Persönlichkeitsveränderung konstant blieben (Ring, 1988, S. 124-127). Diese Veränderungen beziehen sich auf:

- Erhöhte Wertschätzung des Alltagslebens
- Größere Wahrnehmung von Selbstwert und Selbstakzeptanz
- Erhöhtes Mitgefühl für andere und das gestiegene Bedürfnis zu helfen
- Gesteigerte Verantwortung für die Ökologie der Erde und Mitgefühl für das Leiden von Tieren
- Abnehmendes Interesse an der Anhäufung materieller Güter
- Abnehmendes Interesses an gesellschaftlichem Ansehen und Wettbewerb
- Abnehmendes Interesse an institutioneller Religion und erhöhtes Interesse an Spiritualität
- Zunehmendes Interesse an Wissen
- Starkes Interesse an einem umfassenden Lebenssinn und einer Berufung
- Keine Todesangst mehr
- Die Überzeugung, dass das Leben nach dem Tod weitergeht
- Die Überzeugung, dass eine spirituelle Kraft (Gott) existiert

Mein Ziel ist es, mit diesem Artikel eine NLP-Technik vorzustellen, die solche Veränderungen möglich macht.

### **Was ist eine Nah-Todeserfahrung?**

Laut einer Untersuchung von Gallop (siehe Ring, 1998, S. 305) haben mehr als 8 Millionen Menschen in den Vereinigten Staaten eine Erfahrung gemacht, die von Raymond Moody (1976) als „Nah-Todeserfahrung“ bezeichnet wird. Diese Menschen waren davon überzeugt, dass sie während einer medizinischen Notfalloperation ihren Körper verlassen und mit einem „Lichtwesen“ Kontakt aufgenommen hatten. Durch diese Erfahrung hatte sich ihr Leben grundlegend verändert. Für unseren Zweck ist es nicht wichtig, ob diese Menschen wirklich ein solches Erlebnis hatten oder ob ihr Gehirn während einer Krisenerfahrung halluzinierte (so wie es z.B. Susann Blackmore in ihrem Buch „Sterben um zu Leben“ behauptet). Entscheidend ist, dass wir mittlerweile seit Jahrzehnten über seriöse Forschung an Zehntausenden von Menschen mit Nah-Todeserfahrungen verfügen. Menschen, die sich an Momente erinnern, die dem Tod vorausgehen, berichten übereinstimmend über dieselbe Art von Erfahrung, unabhängig von Alter, Kultur oder Glaubensrichtung (siehe z.B. Ring und Valarino, 1998; Bailey und Yates, 1996; Morse und Perry, 1990; Eysenck und Sargent, 1997, S. 205-206). Die Gehirnforschung hat gezeigt, dass die

Stimulation einer spezifischen Region im temporalen Bereich des Gehirns zu Erfahrungen führen kann, die den Gefühlen spiritueller Transzendenz oder einer mystischen „Präsenz“ sowie anderen Merkmalen einer Nah-Todeserfahrung sehr ähneln können (Carter, 1998, S. 13-14). Menschen, die diesen Prozess erlebt und überlebt haben, sind jedoch felsenfest davon überzeugt, dass sie mit etwas Größerem in Berührung gekommen sind.

**Der erste Schritt** dieser Erfahrung scheint ein Perspektivenwechsel zu sein. Dabei hat ein Mensch den Eindruck, seinen Körper zu verlassen und sich über dem eigenen Körper zu sehen. Häufig findet der Übergang zu dieser Perspektive durch einen Tunnel statt, begleitet von einem sonderbar murmelnden Geräusch. Zuweilen begegnet die Person dort einfach nur sich selbst. Der Schüler Neev beschreibt die Erfahrung, die er im März 1988 machte, als er sich während eines Baseballspiels schwer verletzte: „Plötzlich existierte die Welt, die ich kannte, nicht mehr. Ich merkte, dass ich mich nicht mehr in meinem physischen Körper befand. Ich fühlte keinen Schmerz und kein Unbehagen. Ich fühlte einen vollkommenen Frieden. Ich stand hinter meinem Trainer und dem Vater eines anderen Spielers. Beide knieten über mir auf dem Spielfeld, wo ich auf dem Rücken lag. Als erstes prüfte ich, ob ich den Ball noch in meinem Handschuh hielt. Das war der Fall.“ (Ring, 1998, S. 21.) Der Kardiologe Michael Sabom war äußerst skeptisch gegenüber derartigen Behauptungen, bis er eine der ersten Studien über dieses Phänomen durchführte. Er stellte fest, dass die Betroffenen sehr komplexe medizinische Prozeduren beschreiben konnten, die abliefen, während sie im Koma lagen. Die diesbezüglichen Details konnten anhand der Aussagen des anwesenden medizinischen Personals und dessen Aufzeichnungen bestätigt werden (Sabom, 1982). Kenneth Ring hat zwanzig, zum Teil von Geburt an blinde Menschen untersucht, die in der Lage waren, derartige Beschreibungen abzugeben. Diese Menschen konnten zahlreiche Details genauestens schildern – z.B. das Muster auf der Krawatte ihres Arztes, die sie „sehen“ konnten, während sie sich im Koma befanden (Ring und Cooper, 1997).

**Der zweite Schritt** der NTE (Nah-Todeserfahrung) bezieht sich auf die Wahrnehmung eines persönlichen Wesens aus strahlendem, aber nicht blendendem Licht. Das Lichtwesen bringt die Person dazu, ihr ganzes Leben aus drei Perspektiven gleichzeitig zu betrachten: Wie sie es selbst erlebt hat, wie andere die Folgen ihrer Handlungen erlebten und als ein vom Licht unterstützter Beobachter. Viele Personen erleben diese Erfahrung als schockierend. Nicht nur die „großen“ Geschichten ihres Lebens, sondern jede kleine Handlung mit allen positiven und negativen Folgen auf andere wird ihnen plötzlich in allen Details offenbart. Dennoch ist diese Lebensrückschau weder eine Bestrafung noch ein Urteil. Vielmehr hilft sie der Person zu lernen, durch jede Handlung Liebe auszudrücken (Ring and Valarino, 1998, S. 145-148). Neev, der oben erwähnte Schüler, sagt: „Es war, als würde ich mein Leben vom Anfang bis zum Ende im Schnelldurchlauf sehen. Es begann mit meiner Zeugung, die sich anfühlte, wie die Dunkelheit, die ich nach meiner außerkörperlichen Erfahrung wahrnahm. Dann ging es in meine Kindheit und Jugend, bis hin zu meiner außerkörperlichen Erfahrung. Ich sah mein Leben. Ich erlebte alles noch einmal. Ich fühlte alles, was ich jemals gefühlt habe. Gleichzeitig sah ich den Einfluss meines Lebens auf die Menschen um mich herum... Ich fühlte alles, was sie fühlten. Ich erkannte die Folgen all meiner Handlungen, sowohl die positiven als auch die negativen.“ (Ring, 1998, S. 22.)

Liebe ist das höchste Gut, das sich während der gesamten Nah-Todeserfahrung offenbart. Während der Lebensrückschau zeigt das Lichtwesen der Person, dass sie geliebt wird. Es wird ihr eine Vergebung jenseits menschlicher Erwartungen zuteil. Dies verdeutlichen die folgenden archetypischen Beschreibungen von „Peggy“, die im Jahre 1973 bei einem Autounfall eine Nah-Todeserfahrung machte: „Das Licht sagte mir, dass alles Liebe sei. Ich meine Alles! Ich hatte immer gedacht, Liebe sei nur eine menschliche Emotion, die die Leute hin und wieder fühlten. In meinen kühnsten Träumen hätte ich nicht gedacht, dass es buchstäblich ALLES ist! Mir wurde gezeigt, wie sehr alle geliebt werden. Es war absolut klar, dass das Licht alle gleichermaßen bedingungslos liebte... Ich erinnere mich, wie ich die Menschen sah und das Licht mir sagte: ‚Liebe die Menschen‘. Ich wollte weinen, so viel Mitgefühl empfand ich für sie... Ich erinnere mich lebhaft daran, wie das Licht etwas tat, was sich so anfühlte, als würde es einen Schalter anstellen. Anschließend floss ein Strom von reiner, konzentrierter, bedingungsloser LIEBE. Diese Liebe, die ich in dem Licht fühlte, war so kraftvoll, dass man sie nicht mit irdischer Liebe vergleichen kann. Irdische Liebe ist eine wesentlich mildere Version.“ (Ring und Valarino, 1998, S. 45-46).

**Der dritte Schritt** des Prozesses beinhaltet die Einsicht, dass es eine Art Grenze gibt, jenseits derer es kein Zurück mehr gibt. Da es um Nah-Todeserfahrungen geht und nicht um den Tod als solches, haben sich die im Rahmen dieser Studien untersuchten Menschen dazu entschieden, zurück in diese Welt zu kommen. Diese Entscheidung ergab sich oftmals, nachdem die Betroffenen daran erinnert wurden, was ihre „ursprünglichen“ Ziele für ihr Leben auf der Erde waren (ihre „Mission“). Neev erklärt: „Ich fühlte, dass mein Leben nun einen Sinn hatte. Dieser bestand darin, anderen zu helfen und meine positive Sichtweise mit ihnen zu teilen... Ich interessierte mich nicht mehr dafür, was die Gesellschaft darüber sagt, wie ich mein Leben lebe. Ich interessierte mich nicht mehr dafür, was die Leute über mich denken und was sie von mir halten, ob ich gut aussehe oder nicht. Ich lernte, dass ich viel mehr bin als mein Körper. Nach der NTE akzeptierten mich andere Menschen allmählich so, wie ich bin. Mein Gefühl der Wärme und Liebe floss durch meinen Körper und brachte mir viele neue Freunde.“ Wie viele andere Menschen, die Nah-Todeserfahrungen machten, erfuhr Neev seine Begegnung mit dem „Lichtwesen“ und die damit verbundene Lebensrückschau als eine Heilung in vielerlei Hinsicht: „Ich hatte bis zu diesem Zeitpunkt mein Leben lang körperliche Probleme. Danach waren sie verschwunden. Zu diesen Problemen zählten Migräneanfälle, gegen die ich jahrelang Tabletten nahm, Krämpfe und ein furchtbar nervöser Magen, der mir jeden Tag vor der Schule, vor Fußballspielen oder Prüfungen und in fast allen sozialen Situationen Probleme bereitete. Vor meiner Erfahrung war ich der ungeschickteste, am stärksten unfallgefährdete Trottel, den man sich nur vorstellen kann. All diese Probleme verschwanden durch meine Nah-Todeserfahrung.“

### **Kann die Erfahrung modelliert werden?**

Der Psychologe Hans Eysenck – normalerweise ein Skeptiker bezüglich psychologischer Studien – sagt, er sei überzeugt, dass – ungeachtet der Absurdität der Annahme – die Existenz jenseits des Todes die beste Hypothese sei, die sich angesichts der vorliegenden Studien formulieren lasse (Eysenck und Sargent, 1997, S. 209-213). Die Bedeutung der NTE für uns als lebende menschliche Wesen hängt jedoch nicht davon ab, ob wir dies glauben oder nicht. Unzählige Studien zeigen, dass NTE zu tiefgreifenden Werteveränderungen führen. Dazu zählen die Fähigkeit, sich selbst besser annehmen zu können; Mitgefühl und mit anderen geteiltes Glück; das Gefühl, im Leben eine Mission zu haben; sowie offene Spiritualität. Egal ob eine NTE das Ergebnis einer echten spirituellen Erfahrung ist oder vom Gehirn eines sterbenden Menschen erzeugt wird – die langfristigen Persönlichkeitsveränderungen sind an sich bereits interessant.

Diese Veränderungen beeinflussen auch diejenigen, die in Kontakt kommen mit einer Person, die eine NTE hatte. Zunächst möchten die meisten Menschen, die eine solche Erfahrung hatten, ihre neue Weltansicht mit anderen teilen. Carl Jung, der im Alter von 70 Jahren eine NTE hatte, empfahl, aus den Erfahrungen anderer zu lernen: „Ein Mensch sollte sagen können, dass er sein Bestes getan hat, um eine Vorstellung zu entwickeln vom Leben nach dem Tod... Dies zu versäumen wäre ein entscheidender Verlust.“ (Jung, 1961, S. 302.) In seinem Buch „The Omega Project“ berichtet Dr. Kenneth Ring von einer Studie an 74 Personen mit NTE und 54 Personen, die selbst keine NTE hatten, aber das Phänomen untersucht haben. Die Veränderungen der Werte und Überzeugungen in der „Kontrollgruppe“ war fast ebenso groß wie jene in der NTE-Gruppe (Ring, 1992). Der Psychiater Bruce Greyson veröffentlichte eine Studie an 89 NTE-Überlebenden und 175 Mitgliedern der Internationalen Gesellschaft für Nah-Todeserfahrungen (IANDS). Auch er konnte zeigen, dass es bei diesen Menschen im Zuge der Verarbeitung der NTE zu einer steigenden Bedeutung von Altruismus, Selbstverwirklichung und Spiritualität kam (Greyson, 1983). Manche Studien legen nahe, dass lediglich das Lesen *dieses* Artikels genug sein kann, um bei manchen Menschen eine Neuausrichtung grundlegender Werte anzuregen (Ring und Valarino, 1998, S. 204-215.)

All dies zeigt uns, dass Menschen enorm davon profitieren könnten, wenn wir die Nah-Todeserfahrung modellieren und sie damit anderen stellvertretend zugänglich machen. Dies habe ich in der nachfolgend beschriebenen Weise getan.

## NTE und NLP

Diejenigen, die sich mit NLP-Veränderungstechniken auskennen, werden merken, dass die Nah-Todeserfahrung Modellen wie der Time-Line-Therapie® (James and Woodsmall, 1988) und der Core-Transformation® (Andreas and Andreas, 1994) ähnelt. Ebenso wie in der Time-Line-Therapie® betrachtet eine Person vergangene Erfahrungen sowohl aus einer assoziierten als auch aus einer dissoziierten Position. Die Person lernt aus diesen Erfahrungen und trennt sich von „negativen“ Emotionen (z.B. indem sie Vergebung anstelle von Schuld fühlt). Und ebenso wie bei der Core-Transformation® gelangt eine Person in einen tiefen transpersonalen Zustand. Sie erkundet dabei, wie das Verweilen in diesem Zustand ihre möglichen Reaktionen auf „schwierige“ Situationen verändert und transformiert. Ist der „Lichtwesen“-Prozess daher nur eine Modifikation von James' Time-Line-Therapie™? Vielleicht sind sowohl James' Methode als auch meine, die ich nachfolgend vorstelle, Annäherungen an eine fundamentale neurologische oder spirituelle Wahrheit.

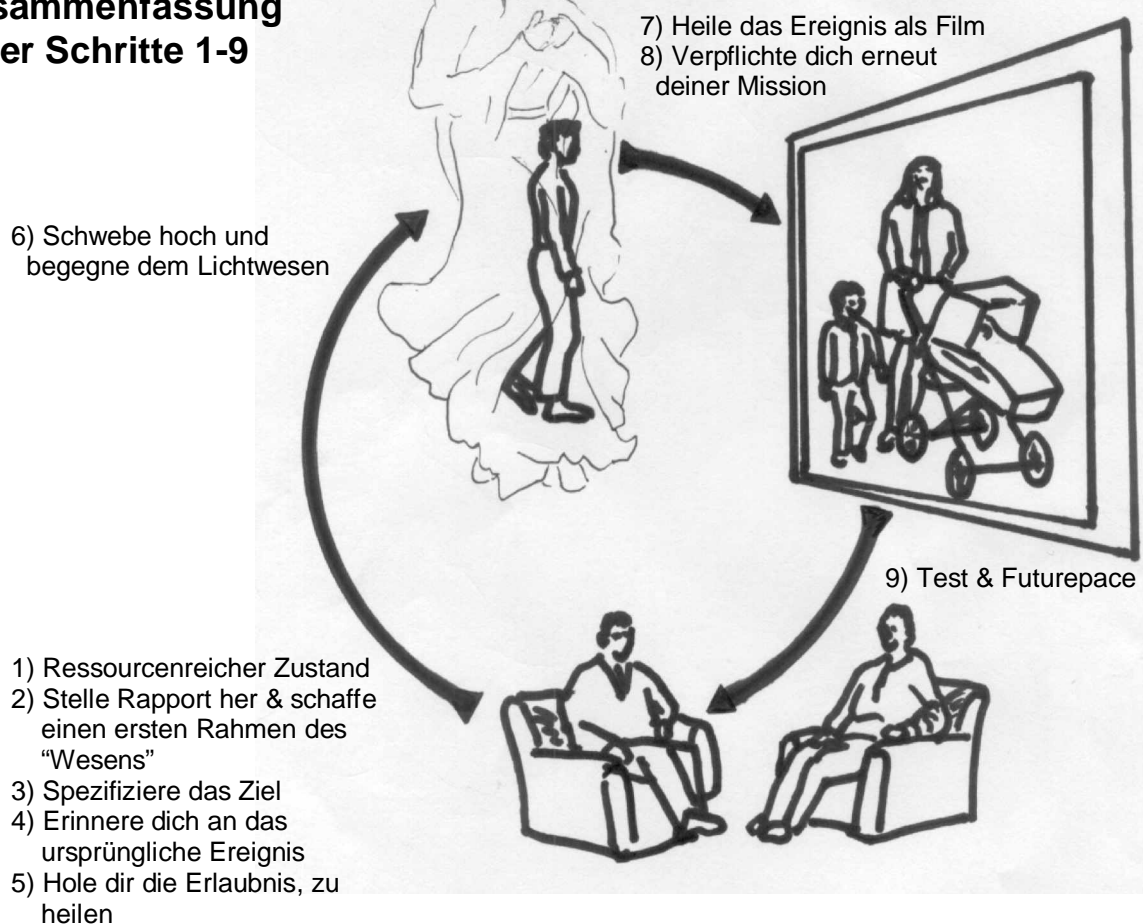
Der Sinn von NLP-Veränderungstechniken wie der Core-Transformation® oder der Time-Line-Therapie® besteht darin, Menschen in ihren Veränderungsbemühungen effektive Hilfe zu gewähren. Die Metaphern, derer sich diese Techniken bedienen, wirken offenbar schneller und zuverlässiger als ältere Metaphern, wie z.B. Freuds psychoanalytisches Modell der „Übertragung“. In Connirae und Steve Andreas' Buch „Heart of the Mind“ wird der Psychologe Dr. Wilson van Dusen mit folgenden Worten zitiert: „Ich verfolge die Psychotherapieszene seit der Zeit, in der Freud die wichtigste Stimme war. Später dauerte die kurze Psychotherapie nur noch 6 Monate. Mittlerweile haben wir die 30-Minuten- oder sogar die 5-Minuten-Heilung aus dem NLP. Geschwindigkeit ist nicht das Wichtigste. Wir müssen uns mit der grundlegenden Natur des Menschen beschäftigen.“ Die Nah-Todeserfahrung gibt uns die Möglichkeit, genau das zu tun – eine Veränderungsmetapher zu entwickeln, die auf der wahren Natur basiert – entweder der des Gehirns oder der des Universums, je nach dem, woran man glaubt.

In der folgenden Anleitung habe ich die Nah-Todeserfahrung in die Struktur eingebettet, die ich in der NLP-Arbeit nutze (das RESOLVE-Modell, siehe Bolstad and Hamblett, 1998, p 107-108), einschließlich Prä- und Post-Test. Bei der echten Nah-Todeserfahrung berichten Personen davon, unendlich viel Zeit zu haben, um jeden Augenblick ihres Lebens zu verarbeiten, obwohl die Lebensrückschau in großer Geschwindigkeit erfolgt. Wir suchen uns diesbezüglich ein spezielles Ereignis, einen Augenblick. Dies wirft die Frage auf, wie wir das für eine Heilung wirkungsvollste Ereignis identifizieren können. Dr. David Cheek, der gemeinsam mit Milton Erickson die Technik der ideomotorischen Signale entwickelt hat, schlägt einige einfache Fragen vor, um eine unbewusste Suche nach dem ursprünglichen Ereignis einzuleiten (Barnett, 1989, S. 141-142). Seine Fragen lauten z.B.: „Lag dieses Ereignis im Alter von fünf Jahren oder früher?“ Nach jeder Frage wartet er auf eine positive oder negative Reaktion, bevor er die Frage weiter präzisiert. Tad James verwendet in der Time-Line-Therapie® ein ähnliches Format. Er beginnt mit den Worten: „Liegt es während oder nach deiner Geburt?“ (James and Woodsmall, 1988, S. 75). Als Alternative hierzu befragen beide Autoren mitunter das Unbewusste, um die Person zurückzuführen zu ihrem Schlüsselerlebnis (siehe z.B. James und Woodsmall, 1988, S. 67.) Für die vorliegende Anleitung habe ich einen ähnlichen hypnotherapeutischen Frageprozess gewählt.

Da die Nah-Todeserfahrung im Verlaufe der letzten Jahrzehnte, wenn nicht Jahrtausende, bereits von Zehntausenden von Menschen beschrieben wurde, halte ich es nicht für angemessen, diesen Prozess als Schutzmarke zu etablieren. Ich würde es jedoch begrüßen, wenn du diese Quelle angeben würdest, wenn du die Anleitung in der vorliegenden oder einer abgewandelten Form verwendest.

## Jemanden durch den Ultimativen NLP-Prozess führen: Eine Anleitung

### Lichtwesen Zusammenfassung der Schritte 1-9



1) Begib dich in einen ressourcenreichen Zustand und erinnere dich, dass auch du eines Tages die Nah-Todeserfahrung machen wirst. Du könntest dir mit etwas Humor vergegenwärtigen, dass etwas mehr Mitgefühl im Hier und Jetzt deine spätere Lebensrückschau positiv beeinflussen wird.

2) Stelle Rapport her mit der Person, die du führen wirst. Erinner dich daran, dass auch diese Person eines Tages die „echte“ Erfahrung machen wird. Erkläre den Lichtwesen-Prozess, vielleicht anhand eines Beispiels einer Nah-Todeserfahrung, so, wie ich es in dem vorangegangenen Artikel getan habe. Sage der Person: **„Wenn du glaubst, dass Nah-Todeserfahrungen im Gehirn stattfinden, weißt du, dass die Gehirnregion, die diese Erfahrung und das Gefühl der vollkommenen Liebe hervorruft, dafür bereit steht, dass du sie aktivierst. Wenn du glaubst, dass die Nah-Todeserfahrung spiritueller Natur ist, weißt du, dass das wahre Lichtwesen dich liebt und jetzt für dich da ist und deine Heilung wünscht. Dieser Prozess wird funktionieren, unabhängig davon, woran du glaubst. Ich werde dich durch den Prozess führen, als ob es ein „Lichtwesen“ in irgendeiner Form gäbe.“**

3) Spezifiziere das Ziel. **„Was möchtest du verändern? Worin besteht das Problem, das du verändern möchtest, und in welcher Weise möchtest du es verändern?“**... **„Während du jetzt darüber nachdenkst, spüre, dass du jetzt die unangenehme Emotion wahrnehmen kannst, die mit deiner alten Reaktion auf dieses Thema verbunden ist. Du würdest merken, wenn sich dies verändert, oder?“**

4) **Erinnere dich an das ursprüngliche Ereignis. "Du kannst dir vorstellen, dass du dein ganzes Leben als Film siehst. In diesem Film gab es ein ursprüngliches Ereignis, das zu diesem Problem in deinem Leben geführt hat. Würde es geheilt werden, wäre das Problem gelöst. Irgendwo tief in deinem Gedächtnis kennst du dieses Ereignis. Würdest du es kennen, läge es in diesem Leben oder davor?"** Wenn die Antwort "davor" ist, frage, ob die Person an ein früheres Leben denkt, an die Zeit im Mutterleib oder an die Familiengeschichte. Wenn du geklärt hast, in welchem Leben das Ereignis liegt, frage: **"Und wenn du es wüsstest, in welchem Alter ist dies dir/der Person passiert?"**

5) **Hole dir die Erlaubnis, zu heilen. "Du wirst vielleicht wissen, dass Menschen, die den körperlichen Tod erfahren haben, oftmals berichten, dass ein solches problem erzeugendes Ereignis geheilt wird durch den Prozess einer Nah-Todeserfahrung, bei dem ein Wesen aus Liebe und Licht sie durch eine Lebensrückschau führt. Ist es für dich in Ordnung, auf diese Weise das Ereignis zu heilen?"** Lautet die Antwort "ja", gehe zu Schritt 6.

Sagt die Person "nein", verwende eine Variation eines Standardteil-Reframes wie z.B.: **"Ich weiß, dass ein Teil von dir denkt, dass es nicht in Ordnung ist, dieses Ereignis zu heilen. Wenn dieser Teil seine höhere Absicht berücksichtigt – vielleicht indem er dich beschützen möchte oder sicherstellen möchte, dass du etwas lernst oder dass du dein Verhalten veränderst... Ich möchte, dass du erkennst, dass alles, was nicht zu einer vollständigen Heilung dieses Ereignisses führt, so wie das Universum [oder "dein Gehirn", falls das Glaubenssystem dieser Person eine physiologische Erklärung von NTE bevorzugt] es irgendwann für dich vorgesehen hat, es dir nicht vollständig ermöglicht, zu lernen, dich zu verändern und dich sicher zu fühlen, so wie du es dir jetzt wünschst. Versteht dieser Teil von dir dies bereits?"**

6) **Begegne dem Lichtwesen. "Sehr gut. Stelle dir vor, dass du aus deinem Körper schwebst, bis du dich weit über ihm befindest. Schau herunter auf deinen Körper. Kannst du dies gut sehen?"... "Und neben dir befindet sich, wie du nun erkennst, ein Wesen aus reinem Licht und reiner Liebe. Wenn du es wüsstest, wer oder was ist dieses Wesen?"** Übernimm den von der Person genannten Namen und verwende ihn ab jetzt in der weiteren Anleitung. **"Ich möchte, dass du dem Lichtwesen nun erlaubst, diese vollkommene Liebe und Akzeptanz durch dich fließen zu lassen, bis du diese Liebe und Akzeptanz fühlen kannst. Erlaube diesem Licht, in deinen Körper einzudringen, sodass du vollständig erfüllt bist von einer Liebe jenseits aller Vorstellungskraft. Kannst du diese Liebe bereits fühlen? Nimm dir all die Zeit, die du brauchst."** Verwende den Reframe von oben, wenn du ihn benötigst. Lass' die Person zuhören, wie das Lichtwesen den Reframe spricht.

7) **Heile das Ereignis. "Und das Wesen kann dich führen, sodass du dich weit über dem spezifischen Ereignis, das du nun heilst, befindest. Und in einem Augenblick wird das Wesen einen Film dieses Ereignisses für dich abspielen. Du wirst das Ereignis im Schnelldurchlauf vom Anfang bis nach seinem Ende sehen. Es wird so schnell sein, dass es keine Zeit braucht, und trotzdem wirst du auf irgendeiner Ebene alles wissen, was bei diesem Ereignis geschehen ist, einschließlich aller Folgen, die dieses Ereignis für deine eigene Erfahrung und die Erfahrung anderer hatte. Während dies passiert, wirst du in jener Liebe baden, die vom Lichtwesen ausströmt. Und dieses Licht lehrt dich, auf dieses Ereignis mit Liebe zu reagieren. Es zeigt dir eine Vielzahl von neuen Möglichkeiten, die du annehmen oder ignorieren kannst. Deine Aufgabe besteht lediglich darin zu wissen, dass du über alle Grenzen geliebt wirst, und dass es diese Liebe ist, die das Ereignis jetzt heilt. Nimm dir jetzt einen Moment und erlaube, dass dies geschieht! Auf unbewusster Ebene lernst du jetzt von diesem Ereignis und diese Lernerfahrung heilt dich. Das Lernen ist Liebe. Zeige mir einfach, wenn du erkennst, dass dieses Ereignis jetzt vollständig geheilt ist. Erkennst du dies bereits?"** Wenn es Schwierigkeiten gibt, lasse das Lichtwesen wiederum eine Version des Reframes von oben sagen.

8) **Verpflichte dich erneut deiner Mission. "Das Lichtwesen weiß, dass es einen Grund dafür gibt, warum du hier bist. Die Heilung dieses Ereignisses trägt dazu bei, es dir zu**

**ermöglichen, deine Mission im Leben zu erfüllen. Und das Lichtwesen kann dich wissen und fühlen lassen, wie wichtig deine Mission in diesem Leben ist und wie die Heilung des Ereignisses dich darin unterstützt, alles zu erreichen, wofür du hier bist. Nimm dir all die Zeit, die du brauchst, um zu fühlen, wie dich das Lichtwesen mit der Energie erfüllt, die du brauchst, um diese Mission zu erfüllen. Wenn du weißt, dass du bereit bist, fühle, wie du wieder zurück herunter in deinen Körper kommst. Fühle, wie du bereit bist, dein neues Leben zu leben. Willkommen zurück."**

9) Post-Test und Future Pace. **"Ich möchte, dass du dich jetzt bei dem Lichtwesen bedankst – in dem Wissen, dass es/er/sie immer für dich da ist. Ich möchte, dass du fühlst, wie die Liebe von oben in dich einströmt und dich erfüllt, während du versuchst, an die Situation zu denken, die dir zuvor Probleme bereitet hat. Wie fühlt sich dies an?"** Erkennt die Person, dass es sich verändert hat, sage: **"Ja. Es hat sich verändert. Erkenne jetzt, dass sich auch zukünftige Situationen, die dir in der Vergangenheit Probleme bereitet hätten, verändert haben. Sehr schön!"**

### **Abschließende Anmerkungen**

Nehmen wir ein Beispiel. Andrew kam zu mir, weil er keine Motivation verspürte in Bezug auf die Dinge, die in seinem Leben am wichtigsten waren. Als er an sie dachte, fühlte er sich überwältigt. Ich erklärte ihm die Nah-Todeserfahrung und lud ihn dazu ein, den Prozess zu beginnen. Er hatte den Eindruck, dass sein Problem im Alter von zwei Jahren begonnen hatte. Er kehrte mit dem Lichtwesen zu diesem Ereignis zurück. Für ihn war das Lichtwesen eher eine „Präsenz“ als eine spezifische Person. Als er das Ereignis heilte, fühlte er eine grundlegende Veränderung seines inneren Zustandes. Alles wurde ruhig und das Leben erschien ihm irgendwie „einfacher“. Danach war er leicht in der Lage, an all das zu denken, was er tun wollte und wie leicht ihm dies fallen würde. Als ich ihn durch den Prozess führte, spürte auch ich eine kinästhetische Veränderung – fast, als wäre tatsächlich ein „Wesen“ da, das uns beide umgab.

Es ist sicher eine Untertreibung zu sagen, dass es eine bewegende Erfahrung ist, jemanden durch diesen Prozess zu führen. Nah-Todeserfahrungen sind real, *was immer* „real“ für dich bedeutet. Und wir nähern uns dadurch der Essenz dessen, was das Menschsein ausmacht (entweder der Essenz des menschlichen Gehirns oder der Essenz des Geheimnisses des Lebens). Führe ich jemanden durch diesen Prozess, fühle ich, wie mein eigenes „Lichtwesen“ mich mit Liebe erfüllt und daran erinnert, dass auch ich geliebt werde; dass das Universum dankbar ist, für das, was wir tun; und dass auch ich eines Tages Zuhause willkommen geheißen werde. Was mehr kann man erwarten als dieser Liebe zu dienen? Und jedes Mal, wenn du jemanden durch diesen Prozess führst, verbindest du dich mit der transformierenden Kraft der NTE. Schau dir noch einmal die Liste der Persönlichkeitsveränderungen an, die mit solchen Erfahrungen einhergehen, und fühle, wie leicht das Leben sein kann.

**Richard Bolstad** ist NLP-Mastertrainer und Lehrer chinesischer Meditation (chi kung).  
E-Mail: [richard@transformations.net.nz](mailto:richard@transformations.net.nz); Tel/Fax: +64-3-337-1852  
Postanschrift: 26 Southampton Street, Christchurch 8002, New Zealand.

Die englische Originalfassung des Artikels mit Literaturhinweisen finden Sie unter: [www.transformations.net.nz/transcript/being-of-light.html](http://www.transformations.net.nz/transcript/being-of-light.html)

**Infos zu seinem Seminar: "Integration von NLP & Spiritualität"**  
am 22./23.9.2007 in Berlin für 260 € beim NLP & Coaching Institut Nielsen  
finden Sie unter: [www.nlp-nielsen.de/Bolstad.htm](http://www.nlp-nielsen.de/Bolstad.htm)