

## 7. Was Stimmenhörer\* selbst tun können (R.H.)

Das Wissen und die Erfahrungen der im Gesundheitswesen praktizierenden Ärzte, Therapeuten, Heilpraktiker oder anderer Experten sind von unschätzbarem Wert, weil sie sich je nach Fachgebiet eingehend mit körperlichen und seelischen Beschwerden befassen und sie wissenschaftlich fundiert erklären können. Wenn sie keine Ursachen feststellen können oder ihre verordneten Medikamente und Therapien nicht zur Heilung führen, besteht immer noch die Möglichkeit zu prüfen, ob es noch spirituelle Erklärungen und Ursachen gibt, die eben das Geistige betreffen. Geistige Heilweisen sind ihnen immer noch eher fremd und zu esoterisch (Erklärung unter 9. Esoterik). Dennoch gibt es die Einflüsse, die sogar noch viel größer sind, als ich in diesem Bericht beschreibe.

Aber auch wir können und sollten selbst etwas zu unserem Heilungsprozess beitragen. Deshalb möchte ich Ihnen ein paar Hinweise geben, wenn Sie selbst Stimmenhörer sind, was Sie tun können, wenn insbesondere Wesen Ihnen Angst machen.

- Trauen Sie sich, mit jeder einzelnen „Stimme“ in Kontakt, in den Dialog zu treten. Sie müssen nicht warten, bis sich die Wesen melden. Das können Sie laut oder gedanklich tun. Zum Beispiel können Sie sagen: „Ich möchte mit dir sprechen, möchte mehr über dich erfahren.“
- Aufgrund meiner bisherigen Ausführungen bedenken Sie, dass es immer einen Sinn hat, warum Sie „Stimmen hören“, also hellhörig sind. Deshalb versuchen Sie bitte Verständnis aufzubringen, ohne mit dem einverstanden sein zu müssen, was Ihnen gesagt wird.
- Sprechen Sie mit dem Wesen in der größtmöglichen Freundlichkeit, Liebe und Achtung, die Sie aufbringen können. Zum Beispiel können Sie sagen: "Mir geht es nicht gut mit deinen Worten. Ich möchte verstehen, warum du so mit mir redest.", als wenn Sie zornig sagen würden: "Ich will jetzt, dass du gehst." Druck erzeugt nämlich Gegen- druck.
- Versuchen Sie das in Erfahrung zu bringen, was Sie wissen möchten. Zum Beispiel können Sie fragen: „Wer bist du? Magst du mir deinen Namen sagen? Warum soll ich dich hören? Was habe ich dir getan? Wenn es da etwas gibt tut es mir leid. Was kannst du mir dazu sagen? Bitte sage es mir so, dass ich es verstehe. Was brauchst du, damit du

mich in Ruhe lässt?“

Ich weiß, dass es im Jenseits Prinzipien gibt, also Regeln, an die sich alle Wesen halten müssen. Auf die Worte "wirklich", "sicher" und "Liebe" müssen sie mit der reinen Wahrheit entsprechend ihres eigenen Bewusstseins antworten. Sie können folgende nützliche Sätze sagen: "Wenn du wirklich in Liebe zu mir bist, darfst du bleiben, wenn nicht, geh bitte." Oder "Wenn du mir sicher jetzt die Wahrheit sagst, dann ist es gut, sonst lass mich bitte in Ruhe."

- Auch wenn es Ihnen schwerfällt und Sie die Antworten unsinnig finden, lassen Sie sich auf das Gespräch ein. Wenn Sie etwas nicht verstehen, fragen Sie nach: „Ich habe dich nicht verstanden, kannst du mir das nochmal anders erklären?“
- Natürlich dürfen Sie das Wesen bitten Sie in Ruhe zu lassen. Hier hilft es, wenn Sie beispielsweise einen Erzengel oder Gott selbst bitten mit dem Wesen zu sprechen und ihm dies zu sagen. Sie können sie ebenfalls darum bitten, Sie beim Vergebungsritual zu begleiten, das Sie in jedem Fall durchführen sollten, auch wenn Sie nicht wissen, wann und wo Sie vielleicht das Wesen verletzt oder ihm geschadet und Sie von diesem keine oder nur eine unbefriedigende Antwort bekommen haben. Zum Beispiel können Sie sagen: „Ich weiß nicht was ich getan habe, womit ich dich verletzt habe. Es tut mir leid. Ich bitte dich in der mir möglichen Liebe um Vergebung. Ich segne dich.“

Und Sie dürfen auch sagen, dass Sie nicht das tun, was die Wesen von Ihnen erwarten. Zum Beispiel können Sie deutlich und bestimmt sagen: „Ich werde nicht das tun, was du von mir erwartest. Es besteht nicht die geringste Veranlassung dazu. Geh du deinen Weg, ich geh meinen. Du darfst dir auch Hilfe holen.“

- Zum Schluss bedanken Sie sich für das Gespräch.

Sie können überall Kontakt zu ihnen aufnehmen. Manchmal hilft es an einen Ort zu gehen, wo Sie sich wohl fühlen, ein Zimmer, aber auch in der Natur, im Garten, im Wald. Eine Person Ihres Vertrauens darf Sie gerne begleiten und unterstützen und mitschreiben, was Sie laut sagen und kann Ihnen auch Impulse für Fragen geben. Wenn Sie möchten, bitten Sie Erzengel Raphael oder Jesus oder Gott darum Ihnen zu helfen, Ihnen Impulse zu geben, was Sie sagen oder fragen sollten. Sie bekommen dann die entsprechenden Gedanken oder Bilder oder hören sie sogar.

Wenn sich Wesen bei Ihnen melden, gehen Sie genauso in den Dialog mit ihnen.

Es gibt kein Richtig oder Falsch bei Ihrer Arbeit.

Dieses Vorgehen ist ein Beispiel, sozusagen als Soforthilfe gedacht. Es gibt noch viel mehr zu diesem komplexen Thema zu sagen. Ich möchte Sie ermuntern, alles was Sie hören, sehen, schmecken, fühlen oder riechen als Wirklichkeit zu begreifen. Es gibt einfach nur unterschiedliche Erklärungen. Das empfehle ich auch den Therapeuten. Ich wage zu behaupten, dass Sie nicht verrückt sind oder unter Halluzinationen leiden. Es bedarf eben manchmal der Hilfe von erfahrenen Personen.

Begleitend können Sie mit Experten beispielsweise lernen Ihre Ängste abzubauen oder Ihr Selbstbewusstsein, Selbstvertrauen auszubauen.  
(Regine Haase)