

/// Inhalt ///

Vorwort von Prof. Dr. med. Eli-Erich Lasch	11
Einleitung	17
Beweise für die Tatsächlichkeit der Reinkarnation	18
Vom Nutzen und Wert der Rückführungen	21
1. Mein eigener Weg zum Lehrer für Rückführungen	24
Helen Wambach führt mich in eines meiner früheren Leben zurück	25
Meine eigenen Erfahrungen mit dem autogenen Training	27
Meine Entwicklung zum Reinkarnationstherapeuten	28
2. Abgrenzung und Herstellung des Alpha-Zustandes	30
Von der Entdeckung der Rückführungen bis zum heutigen Stand der Entwicklung	32
Die Hypnose als »Schreckgespenst«	33
Die Countdown-Entspannungsmethode	34
Von der Bedeutung der beiden Gehirnhälften	35
Die Abschaltung von Störfaktoren	36
Die Technik der Versetzung in den Alpha-Zustand	37
Das Zählen von 20 bis 1	38
Übersicht	41
Das Behalten der Zahlen	42
Merkmale für den Alpha-Zustand	43
3. Rückführung in die Kindheit und pränatale Phase	44
4. Der Übergang vom jetzigen Leben in frühere Leben	47
Die Einhüllung in Licht	47
Die Begegnung mit dem Höheren Selbst	48
Mit dem Fahrstuhl in frühere Leben	49
Die Funktion der Musik bei Rückführungen	50
Die genaue Benennung des aufzusuchenden Lebens	51
Andere Methoden des Übergangs	52

5. Das Erlebnis früherer Leben	54
Die Wahrnehmung seiner selbst	54
Der Geschlechterwechsel	54
Name, Ort und Zeit	55
Die persönlichen Erlebnisse	57
Die Retrospektive	59
Das Einbeziehen des Höheren Selbst	60
Die Rückerinnerung an heutige Bezugspersonen	61
6. Das Wiedererleben von Tod und Leben nach dem Tod	64
Im Countdown über die Todesschwelle	64
Die Erlebnisse unmittelbar nach dem Tod	65
Die Begegnung mit dem Jenseits	66
Die Vorbereitung auf das nächste (heutige) Leben	68
Die Einkehr in den Bauch der Mutter	69
Das Erlebnis der eigenen Geburt	70
7. Der Wechsel von einem Leben in ein anderes	72
Die Frage nach der Dauer von Rückführungen	72
Die Anzahl der verschiedenen Leben bei einer Rückführung	73
Das Sich-Niederlegen auf seine Schlafstelle	73
Die Programmierung der Nacherinnerung	74
Die zwischenzeitliche Rückkehr in den Fahrstuhl	75
8. Das Zurückholen in die Gegenwart	76
9. Phantasie oder Wirklichkeit des Erlebten	79
Erbrachte Beweise	79
Indizien für die Echtheit des Erlebten	80
10. Die sechs Tiefenstufen des Alpha-Zustandes	84
Die erste Stufe	85
Die zweite Stufe	85
Die dritte Stufe	86
Die vierte Stufe	89
Die fünfte Stufe	90
Die sechste Stufe	92
Übersicht	96

11. Vorbereitung und Intensivierung des Rückführungserfolges	98
Gedächtnistraining	99
Visualisationsübungen	100
Katathymes Bilderleben	100
Sperrungen	101
Auflösung von Blockaden	102
Verdrängungen	102
Die erste Inkarnation	104
Bürger fremder Erden	104
12. Die Gruppenrückführung	106
Sich fallen lassen	108
Die Lichtmeditation	109
Die positive Programmierung bei der Durchwanderung früherer Leben	110
Die Auswahl an früheren Leben	111
Der Gruppenbericht	115
13. Der Gruppenrückführungsleiter	116
Das Vorstellen	117
Zur Organisation von Seminaren	118
Der theoretische Teil eines Seminars	119
Hinweise vor der ersten Rückführung	120
Das Vorgehen während der Rückführung	122
Nach der Rückführung	124
14. Gruppenrückführung in drei verschiedene Leben	
<i>Komplette Rückführung</i>	127
a: Die Versetzung in den Alpha-Zustand	127
b: Zurückführung in die jetzige Kindheit	130
c: Lichteinhüllung	131
d: Erster Aufenthalt im Fahrstuhl	131
e: Mein glücklichstes Leben	132
f: Erster Zwischenaufenthalt im Fahrstuhl	133
g: Mein gesellschaftlich gesehen bedeutungsvollstes Leben	134
h: Zweiter Zwischenaufenthalt im Fahrstuhl	135
i: Mein ärmstes Leben	136
j: Rückkehr in den Fahrstuhl	136
k: Rückkehr in die Gegenwart und Aufwachen	137

15. Die Einzelrückführung	138
Die Vorteile der Einzelrückführung	139
Die Einzelrückführung als Lebens- und Bewusstseins-Erweiterung	140
Die Auswahl der früheren Leben	141
16. Hinweise für den Einzelrückführungsleiter	143
Der Test mit den gefalteten Händen	143
Vorkehrmaßnahmen	145
17. Einzelrückführung in das letzte Leben samt Todeserlebnis und dem Leben nach dem Tod – <i>Komplette Rückführung</i>	148
Duzen oder Siezen	148
Heben des Zeigefingers	149
a: Die verkürzte Countdown-Entspannungsmethode von 10 bis 1	149
b: Rückkehr in die Kindheit und in den Bauch der Mutter	152
c: Der fiktive Zwischenstand	153
d: Das vorangegangene Leben	153
e: Das Erlebnis des Todes	154
f: Das Leben nach dem Tod	155
g: Die Vorbereitung auf das nächste (heutige) Erdenleben	156
h: Rückkehr in den Bauch der Mutter	157
i: Rückkehr in die Gegenwart:	157
A: Das Erlebnis der eigenen Geburt	157
B: Zurück durch den Lichtnebel	158
18. Die Selbstrückführung	159
Die Vorteile einer Selbstrückführung	159
Zur Durchführung	162
Die Formulierung des Vorhabens	164
Die Selbstbefreiung und Ganzwerdung als Ziel der Rückführungen	166
19. Die Anwendung von Tonträgern bei Selbstrückführungen	168
Besprechung einer eigenen Rückführungsaufnahme	169
20. Selbstrückführung in ein früheres Leben mit einer einem heute nahestehenden Person – <i>Komplette Rückführung</i>	172
a: Einleitung	173
b: Countdown von 5 bis 1	173
c: Zurückgehen in die jetzige Kindheit und pränatale Phase	175

d: Lichteinhüllung	176
e: Im Fahrstuhl	176
f: Leben mit »Person X«	176
g: Rückkehr in den Fahrstuhl	178
h: Rückkehr in den heutigen Tag	178
Nachwort	180
Das Geschichtsbild der Zukunft	180
Die Psychologie der Zukunft	181
Anhang: Berichte von Teilnehmern an Rückführungen	183
Mein spirituellstes Leben	183
Mein Tod in der Wüste	185
Mein vorangegangenes Leben und das Leben nach meinem Tod	187
Anmerkungen	191
Literaturverzeichnis	196
Über den Autor	201