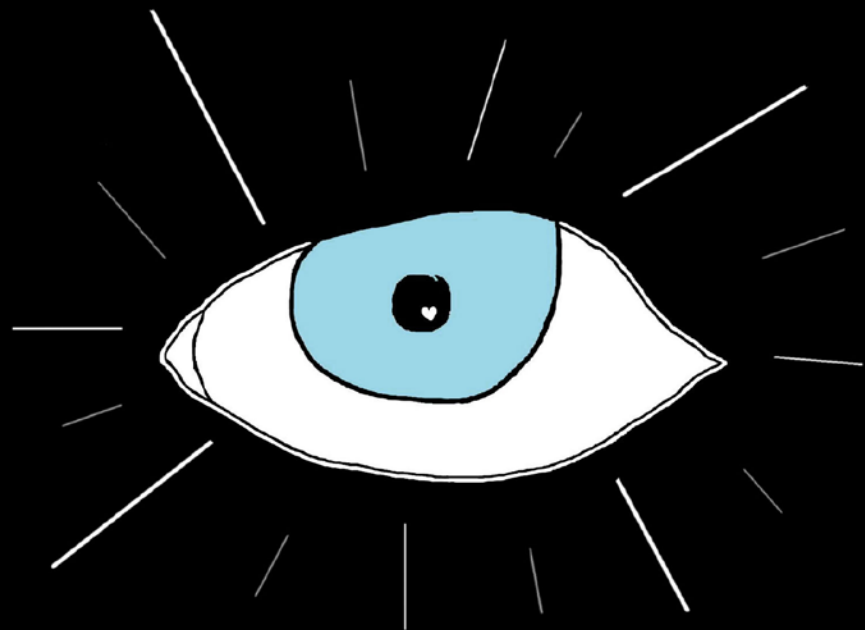


AUFGEWACHT!



LUZIDE TRÄUME, ASTRALREISEN, SPIRITUALITÄT

TOMMY WUNSCH

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen
Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Dateien sind im Internet über
<http://dnb.de> abrufbar.

Tommy Wunsch

Aufgewacht!

Luzide Träume, Astralreisen, Spiritualität

ISBN 978-3-95781-083-0

© 2020 Tommy Wunsch

© Deutsche Erstausgabe Hierophant-Verlag 2021

© Coverbild: Tommy Wunsch

Lektorat: Bettina Peters

Cover, Grafik, Satz, Typografie: Torsten Peters



1. Auflage Print 2021

1. Auflage E-Book 2021

Hierophant-Verlag

St.-Ingberter-Straße 10 – 67071 Ludwigshafen

<https://www.hierophant-verlag.de>

Alle Rechte der deutschen Erstausgabe, auch der fotomechanischen Vervielfältigung
und des auszugsweisen Abdrucks, vorbehalten.

AUFGEWACHT!

LUZIDE TRÄUME,
ASTRALREISEN, SPIRITUALITÄT

TOMMY WUNSCH

Inhalt

Danksagung	7
~ Vorwort ~	9
Kapitel 1	
~ Mein altes Ich ~	10
Kapitel 2	
~ Der Weg des Erwachens ~	24
Kapitel 3	
~ Luzide Träume: Eintauchen in die Traumwelt ~	34
Kapitel 4	
~ Außerkörperliche Erfahrungen: jenseits jeglicher Physis ~	58
Kapitel 5	
~ Immer tiefer in die Spiritualität ~	74
Kapitel 6	
~ Reiki: Heilung und Selbstverwirklichung ~	86
Kapitel 7	
~ Weitere Möglichkeiten und Vorteile der Spiritualität ~	96

Kapitel 8

~ Hellföhligkeit und höheres Selbst ~108

Kapitel 9

~ Veränderung und Wirkung
auf andere Menschen ~118

Kapitel 10

~ 2020 – Das große Erwachen ~126

Kapitel 11

~ Meine Gedanken ~134

Kapitel 12

~ Weitere
(Traum-)Erfahrungsberichte ~146

Kapitel 13

~ Meditationen ~168

Kapitel 14

~ Abschlussgedanken ~188

Kapitel 15

~ Buchempfehlungen ~192

*Wie ein Suizidversuch
mich auf meinen neuen Weg führte ...*

Danksagung

Hiermit möchte ich mich von Herzen bei allen bedanken, die ein Teil dieses Buches sind, die mich auf neue Wege geführt haben und die mich so zu dem gemacht haben, der ich heute bin.

Ich danke meinen Eltern, meinem Bruder, anderen Familienmitgliedern sowie Menschen die (immer) für mich da waren – ihr habt immer ein Platz in meinem Herzen.

Und mein Dank geht auch an meinen Neffen Manu, der mir bei einigen Skizzen für dieses Buch geholfen hat.

Ebenso möchte ich mich beim Hierophant-Verlag für die Chance, mein Buch zu veröffentlichen, von Herzen bedanken.

Danke, dass ich ein Teil des großen Ganzen sein darf.

Anmerkung:

Zu keiner Zeit beabsichtige ich, irgendetwas als eine Behauptung zu manifestieren und als einzige Wahrheit darzustellen, noch möchte ich mit meinen Aussagen andere Menschen oder gar Familienmitglieder verletzen oder ähnliches. Es sind einzig und allein MEINE Erinnerungen, Gefühle und Erlebnisse, die ich so aufgeschrieben habe, wie sie durch mich hindurchflossen. Wir sind alle am Lernen und jeder Moment war so, wie er war, perfekt. All diese Momente haben mir dabei geholfen, der zu werden, der ich heute bin.

Lieben Dank auch an alle, die mich bei diesem Buch unterstützt haben. Lieben Dank auch an meine Eltern und meinen Bruder, die immer für mich da sind. Ich liebe euch von ganzem Herzen.

~ Vorwort ~

Liebe Mitmenschen, liebe Lichtwesen der Liebe,

lange habe ich überlegt, ob ich dieses Buch schreiben soll. Ich war mir einfach nicht sicher, ob ich mir das überhaupt zutraue und ob meine Erfahrungen auf offene Augen stoßen würden. Nachdem ich meinen Mut zusammengenommen hatte – und letztendlich auf mein höheres Selbst vertraute, das mir in letzter Zeit immer wieder den „Hinweis“ geschickt hat, mich diesen Buches anzunehmen –, habe ich mich der Aufgabe gestellt, meine Erfahrungen weiterzutragen, um anderen Menschen zu zeigen, dass Spiritualität das eigene Leben leichter, angenehmer – einfach besser macht.

In diesem Buch beschreibe ich meinen Weg von mir als „Normalo“, der so gut wie alles an sich selbst schlecht fand und das Negative angezogen hat, hin zu einem vollkommen anderen Menschen. Ich ging die unterschiedlichsten Pfade und machte die unglaublichsten Erfahrungen – luzide Träume, außerkörperliche Erlebnisse und andere richtungweisende Ereignisse –, die mich als Mensch in vielerlei Hinsicht verändert haben.

Auch wirst du einige meiner Erfahrungen von luziden Träumen, Astralreisen und weiteren besonderen Ereignissen in ausführlichen Erfahrungsberichten in diesem Buch finden, die jene Begebenheiten besonders detailliert wiedergeben und aufzeigen, was alles möglich ist und wie ich mich dabei gefühlt habe.

Ich wünsche dir nun viel Freude beim Lesen. Vielleicht inspiriert dich das ein oder andere meiner Erlebnisse dazu, ein Stück über Deinen bisherigen Tellerrand hinauszublicken – und Dich auf Deinen Weg zu begeben.

Kapitel 1

~ Mein altes Ich ~

Mittlerweile bin ich ein vierzigjähriger gestandener Mann, der seinen Weg gefunden hat – doch das war lange Zeit nicht so. In diesem Kapitel beschreibe ich also, wo ich herkomme.

Kindheit und Jugend

Schon in meiner Kindheit genoss ich es, mich an Videospiele zu erfreuen und diese auch zu sammeln. Ich habe fast meine komplette Freizeit mit Videospiele verbracht, was zu der Zeit eine schöne Erfahrung war. Allerdings hat sie mich auch von meinem eigentlichen Weg abgehalten, nämlich mich weiterzuentwickeln und mich selbst zu finden. Mein altes Hobby ist seit einigen Jahren fast gegen Null zurückgegangen, da mein Weg einfach ein anderer ist. Es existiert dafür kaum noch Platz in meinem jetzigen Leben – und das Interesse ist mir abhandengekommen. Doch zu dieser Thematik in ein paar Absätzen mehr.

Ich habe eine Ausbildung im Garten- und Landschaftsbau abgeschlossen, den ich bis jetzt auch noch ausübe. (Mein späterer Weg führte mich zu einer gänzlich anderen Thematik und so habe ich die Absicht, mich in Zukunft mit Reiki und Massagen selbstständig zu machen. Doch zum jetzigen Zeitpunkt passt das Timing dafür noch nicht.)

In meiner Kindheit und Jugendzeit war ich extrem schüchtern, sehr verschlossen und habe mich nur selten etwas getraut. Ich tat mich zum Beispiel sehr schwer damit, zu telefonieren – kostete mich eine enorme Überwindung und viele „Proben“, wie und was ich sagen werde, um letztendlich dann ein Gespräch am Telefon führen zu können. Und es verlangte mir extrem viel Mut ab. Meistens durfte/musste meine Mutter das dann übernehmen, weil meine Blockade dahingehend viel zu gewaltig war.

Das gleiche Problem hatte ich mit Frauen, für die ich erst recht spät Interesse entwickelte, jedoch mich auch hierin schwer tat, überhaupt jemand anzusprechen oder gar eine Konversation zu führen. Ja, die Nervosität war immer mein „Feind“, gegen den ich ankämpfte.

Mittlerweile ist das glücklicherweise anders, darauf komme ich später zurück.

Ich fand mich, ehrlich gesagt, hässlich, meinen Körper nicht wirklich schön und hatte anfangs damit zu kämpfen, dass ich schon mit 19 (erbbedingt) eine Glatze hatte.

Meiner Meinung nach hatte ich nichts Gutes oder Besseres verdient und kannte noch nicht einmal das Wort Selbstliebe. Ich war extrem im Ego verhaftet, habe bis aufs Letzte gestritten, weil ich der Auffassung war, alles besser zu wissen und musste diese, meine Meinung, bis aufs „Blut“ verteidigen.

Problematisch war auch die Tatsache, dass ich mir für alles einen Plan B,C,D und womöglich noch E und F zurechtlegen musste, wenn ich etwas vorhatte. Ich bin im Kopf immer alle möglichen Szenarien durchgegangen – wie etwas ablaufen würde, was passieren könnte, wenn ich dies und jenes mache oder sage, das dann mit den Plänen abgeglichen, verknüpft oder mir weitere Alternativen zurechtgelegt –, natürlich nur für alle Fälle.

Ebenso habe ich eine Last, die mich noch heute begleitet, wenn auch nicht mehr ganz so extrem. Mit meinem schlechten Immunsystem ist es ziemlich belastend, immer die richtige Bekleidung zu finden ..., denn ich schwebe immer so zwischen zu warm und zu kalt. Genau richtig ist selten. Deshalb schleppe ich immer extra Pullover und Jacken mit, sei es im Privatleben oder auf der Arbeit. Glücklicherweise hat sich auch das die letzten Jahre deutlich gebessert.

Ein weiteres Problem (ich meine das nicht negativ) war die Übervorsichtigkeit meiner Mutter. Sie hat mich mit Liebe überschüttet. Die andere Seite der Medaille war, dass ich mich aber auch in einem gewissen Maße erdrückt fühlte, sodass ich nur selten imstande war, das zu machen oder zu sagen, was ich gern gemacht oder gesagt hätte, aus Rücksicht, weil sie sehr sensibel war beziehungsweise ist. Heute weiß ich, dass sie es nur gut meinte, mich hat das jedoch in meiner Freiheit ‚selbstständig zu denken und zu entscheiden, beschnitten. Das betrifft Dinge, die ich nicht tun durfte, weil ich mich sonst hätte verletzen können oder eben, „weil man dies nicht tut“ oder es nicht dem „normalen“ Weltbild entspricht.

Irgendwann habe ich mir dann kaum noch etwas zugetraut, weil dieses „das kannst du nicht“ oder auch „damit kommst du allein nicht klar“ mich soweit eingeschüchtert hat, dass ich mir selbst nichts mehr zugetraut habe.

Das war auch der Grund, warum ich auch erst mit 26 Jahren bei meinen Eltern ausgezogen bin. Es ging mir freilich gut bei ihnen, ohne jeden Zweifel, und ich weiß auch, dass sie nur mein Bestes im Sinn hatten ... Aber das Rechtfertigen, wenn man mal weg wollte und erst spät wiederkam, hat mich doch extrem belastet. Ich gebe zu, dass dies die Hauptmotivation war, mir übereifrig eine eigene Wohnung zu suchen. Ich konnte nicht mehr, ich musste einfach weg – mir etwas Freiheit verschaffen ..., meine eigene Freiheit. Eine Rolle spielte natürlich auch, dass ich meine eigene Wohnung brauchte, wenn ich einmal Damenbesuch haben wollte. Auf Dauer funktionierte das bei meinen Eltern schlichtweg einfach nicht – und ich wollte das auch nicht länger.

Mit meinem Bruder, mit dem ich mich mittlerweile bestens verstehe, gab es auch eine Phase, in der ich mit Liebe zu ihm nur schwer etwas anfangen konnte. Es war die Zeit, in der er sich als King fühlte – und auch so benahm – und meinte, alles besser zu wissen ... und über mich entscheiden zu können. Dieses Verhalten hat mich doch arg belastet, ebenso dass er mir sehr oft unmissverständlich zu verstehen gab, dass er „das Sagen hat“.

Vermutlich war dies allerdings die „Retourkutsche“ dafür, dass ich als Kind Dummheiten gemacht und meinen Bruder dann immer dafür bei meinen Eltern vorgeschoben habe. Dass er dafür den „Ärger“ bekommen hat, tat mir im Nachhinein doch von Herzen weh.

Es ist mir mittlerweile durchaus bewusst, dass es da einen Zusammenhang gibt. Da sind noch einige Dinge, die ich meinem Bruder „angetan“ habe, die mir im Nachhinein selbst das Herz gebrochen haben. Darauf kann und werde ich aber nicht näher eingehen, das ist einfach zu privat – und manches davon muss ich mir noch selbst vergeben. Und ich kann Euch bestätigen: Karma existiert.

Ich nehme meinem Bruder sein damaliges Verhalten auch keineswegs übel, er wusste vermutlich zu dieser Zeit noch nicht, was er tat und befand sich in seiner Selbstfindungsphase – so wie ich auch.

Dasselbe gilt auch für meine Eltern, denn sie wurden von ihren Eltern und der damaligen Zeit geprägt und haben andere Vorstellungen und Erwartungen – und sie wollten wie nahezu alle Eltern immer nur das Beste für ihre Kinder.

Es ist so, wie es ist – es war so, wie es war ...

Alles in allem konnte ich mir keine schönere Kindheit und keine bessere Eltern wünschen, und das schließt meinen Bruder mit ein.

Alles in allem war ich ein oberflächlich rundum glücklicher Mensch, dem es von außen gesehen wirklich gut ging und dem es an nichts fehlte ...

In meinem Inneren hingegen brodelte es schon seit dem Jahr 2010 gewaltig, was ich lange in mir verbarg und mit mir herum-schleppte.

Die Schamanin

Im Jahr 2014 bekam ich Kontakt mit einer Frau, die schamanische Sitzungen gab, was mich überaus anzog, als mein Bruder mir davon berichtete. Für so etwas war ich definitiv offen und ich war von dem, was mein Bruder mir darüber erzählt hat, so fasziniert, dass ich gleich einen Termin vereinbart habe. Ich konnte ihn kaum erwarten.

Als ich dann meine Sitzung hatte, war ich echt erstaunt, wie die Frau in Trance auf mich wirkte: Ich hatte das Gefühl, ich sitze mir selbst direkt gegenüber. Ihre Bewegungen, wie sie auf dem Stuhl saß sowie die Sprache und Ausdrucksweise waren eins zu eins die meinen aus meiner Kindheit und Jugendzeit. Ich war begeistert und erstaunt zugleich, hatte ich so etwas doch noch nie erlebt.

Dabei kamen auch einige Dinge ans Tageslicht, die teilweise erst später einen Sinn für mich ergeben sollten – doch dazu später mehr.

Eines davon war die Beziehung zu meinem Bruder und sein Verhalten mir gegenüber. Das hat mich wiederum geprägt, weswegen ich meinem Neffen anfangs nur schwer Liebe entgegenbringen konnte und ziemlich streng zu ihm war. Ich wollte das nicht, konnte aber nicht anders. Aber das hat sich kurz darauf auch gegeben beziehungsweise aufgelöst.

Meine Abhängigkeit von Videospiele

Wie bereits erwähnt haben Videospiele eine sehr lange Zeit mein Leben begleitet, sogar mehr als das. Ich fand Nintendo-Spiele all-