

My OBEs and Experiencing The Afterlife Saved My Life svenska

(Transkriberat av TurboScribe.ai. Go Unlimited för att ta bort det här meddelandet.)

Hej allihop, välkommen till Wisdom from North, platsen där vi dyker in i livets djupare mening och ställer de stora frågorna. Jag heter Janneke och idag har jag en av de ledande auktoriteterna på utomkroppsliga upplevelser och astral projektion på min show, William Buhlmann. Nu har William utforskat upplevelser utanför kroppen i över 40 år och han är tränare vid Monroe Institute och han har skrivit tre bästsäljande böcker, inklusive Secrets of the Soul, Adventures Beyond the Body och den senaste, Adventures in the Body. Liv efter detta.

Välkommen till Wisdom from North, William, hur mår du? Mycket bra, tack Janneke. Jag är väldigt exalterad över att prata med dig idag eftersom jag upptäckte dig i en intervju på Afterlife TV med Bob Olson och jag kände verkligen att du hade mycket kunskap om upplevelser utanför kroppen och jag är väldigt fascinerad av detta ämne eftersom jag själv har haft några upplevelser 2007 där jag medvetet försökte utforska den astrala världen. Men låt mig börja med att gå tillbaka för jag tycker att det är väldigt intressant att du för 40 år sedan var ateist.

Jo, ja, jag var i grunden en ateist från barndomen, från slutet av barndomen. Ja, jag trodde inte, jag hade förkastat begreppet religion förmodligen när jag var runt 19 år gammal, 20 år gammal. Så det har varit mycket, det vill säga, så det var, jag hängde inte ihop med det alls eller så fick det ingen resonans hos mig.

Men då hade en vän till dig en upplevelse utanför kroppen, var det inte så? Och så helt plötsligt hade man en. Ja, en vän till mig hade en spontan upplevelse utanför kroppen, en god vän till mig och det motiverade mig att ha detsamma. Det var en livsförändrande upplevelse för min vän och jag blev helt fascinerad av ämnet även om jag inte trodde att det var möjligt.

Men jag tänkte att om han kunde göra det, varför kan jag inte det? Så jag studerade ämnet och jag hittade tekniken som kallas måltekniken som jag övade i 24 dagar och på den 24:e dagen hade jag bokstavligen min första självinitierade ut-ur-kroppen-upplevelse och det var en mind-blower. Det

är en total förändring av mitt allt, förändrat hela min syn på livet. Jag insåg att vi fortsätter, att andra varelser existerar, att det är ett multidimensionellt universum och jag träffade faktiskt döda människor i några av mina utomkroppsliga upplevelser som bara är människor.

De lever bara i en annan vibrationsverklighet och det förändrade hela min syn på allt som har med livet att göra och vår fortsatta evolution som medvetande. Det var, det är en stor livsförändring. Ja, det var det för mig också.

Jag minns dagen för precis efter att jag vaknat den morgonen gick jag runt och tänkte varför pratar inte alla om det här? Det här pågår och ingen pratar om det. Jag har aldrig hört talas om det i skolan och här känner jag plötsligt efter 27 år nu vet jag att det finns något mer. Det var verkligen, ja, häpnadsväckande.

Så det förändrar allt eftersom du plötsligt blir en vetande istället för en troende och det är verkligen ett skifte, ett enormt medvetandeskifte. Så säg mig, för detta är min uppfattning om det, att när vi går och lägger oss, när vi drömmer, så går vi till detta astrala rike. Det är vad jag har lärt mig.

Som jag inte vet, som jag har upplevt, har haft dessa upplevelser men jag vet inte riktigt vart jag tog vägen men vad jag har lärt mig är att vi går till det här astrala planet när vi sover och att vi faktiskt är ute av våra kroppar när vi sover. Vi vet det bara inte. Så när vi är ur kroppen åker vi till samma plats.

Är det ditt perspektiv också? Ja, i princip ja. Människor, de flesta människor har ingen aning om hur upptagna de är på natten. Vi är icke-fysiska varelser och på natten börjar de flesta människor att koppla av till någon nivå med sin fysiska kropp.

Många av dem svävar bara osynkroniserat med sin kropp. Jag har själv sett detta under mina utomkroppsliga upplevelser där du ser människor bokstavligen, deras energikropp eller deras medvetande flyter ut ur deras fysiska kropp. Men vissa människor, jag tror att det i grunden beror på bristande rädsla, vissa människor rör sig faktiskt och gör saker på natten medan kroppen sover.

De kommunicerar, de har, de lär sig lektioner. Det finns till och med skolor som folk går i. Så med andra ord, världen är mycket mer aktiv plats än vi tror att den är.

Det är ett flerdimensionellt universum och vi är flerdimensionella varelser. Vi är ett mikrokosmos av universum och tyvärr ligger våra vetenskaper fortfarande långt efter när det gäller att inse detta. Och ja, på natten har många, många människor alla möjliga upplevelser.

Den astrala dimensionen är vad jag refererar till, det är nästa vibrationsnivå, nästa stora vibrationsnivå till den fysiska. Och det finns, det är inte upp eller ner, det är här, det är bara mindre tät verklighet. Och det är dit människor, många människor går under sömnen och under sina OBEs.

Okej, så många saker jag vill prata om här. För det första säger du att vissa människor bara svävar över kroppen. Men när jag drömmer kommer jag ihåg att jag är på alla möjliga ställen.

Finns jag verkligen där i en annan kropp eller är det mitt psyke som finns där eller mitt medvetande? Tja, jag är lite förvirrad eftersom jag trodde att astralkroppen var på väg dit jag har drömmarna, om du förstår min fråga. Ja, vi är väldigt komplexa varelser. Jag upplever inte att alla drömmar är upplevelser utanför kroppen.

Åh. Det gör jag inte. Jag har märkt att jag i 40 år har haft dessa upplevelser och jag har skrivit tre böcker om dem och studerat dem mycket.

Och det finns en mängd, eftersom vi är flerdimensionella varelser, det finns mycket i världen, den osynliga världen är mycket mer komplicerad än enkelheten som vi försöker uttrycka den. Många av våra upplevelser är faktiska upplevelser, men inte alla. Vårt sinne är en mycket kraftfull sak och vårt sinne kan också skapa bilder, interna bilder åt oss.

Nu är det fortfarande en möjlighet att lära sig, de är fortfarande erfarenheter, men jag skiljer de två erfarenheterna åt. När du har en upplevelse utanför kroppen, bara för att vara tydlig, är de i allmänhet ganska vardagliga baserat på, återigen, jag har gjort, jag har fått 18 000 svar från undersökningar. Och en verklig OBE är generellt sett för många människor, det är en väldigt vardaglig, det är som att observera din fysiska verklighet för

de flesta människor utan alla, med andra ord, det är inga flygande flodhästar och galna saker som pågår runt dig, det är en väldigt grundad upplevelse.

Du återupplever din fysiska verklighet på ett sätt, på en annan vibrationsnivå. Och många av drömmarna är, jag anser inte de, de är mer inre skapelser i vårt sinne, bara för att vara tydlig. Nu, men det finns blandningar av detta.

Flygdrömmar, som många människor har, och de är underbara, klarsynta drömmare, det är ett av deras mål att flyga. Generellt sett känner jag att flygande drömmar är ett sinnes tolkning, särskilt om vi kan kontrollera det, av en upplevelse utanför kroppen. Och det pågår också.

Det beror på individens nivå av medveten medvetenhet under upplevelsen. Det handlar alltid om vår medvetna medvetenhet under varje händelse eller varje upplevelse vi har. Och det är det som avgör, låt oss bara säga, giltigheten eller verkligheten av den upplevelsen.

Men betyder det att jag kanske inte hade en upplevelse utanför kroppen, även om jag trodde att jag gjorde det på ett sätt, att det fanns i tankarna, att det är en möjlighet? Det beror på. Vad exakt var din upplevelse? Jag hade många. Vissa var i klarsynta drömmar att jag vaknade och jag navigerade runt i miljön, i det astrala riket.

En annan var att jag faktiskt började vibrera och sedan drog jag mig ur kroppen och jag visste att min kropp låg där. Och så började jag röra på mig och gå ut ur mitt vardagsrum och flög ut genom fönstret. Tja, det är en klassisk upplevelse utanför kroppen, den andra som du beskrev.

Det var nog båda två. Den andra är en klassisk upplevelse utanför kroppen. I allmänhet har människor ett förspel till en upplevelse utanför kroppen, vilket inkluderar vibrationer, partiell förlamning.

Jag listar 15 olika fenomen som förekommer i mina böcker om pre, jag kallar det pre-launch-fenomen. Och när du känner att du separeras så separeras du från din kropp. Ja, jag skulle definitivt kalla det en heltäckande upplevelse utanför kroppen.

Men sedan förstår jag att det finns en del blandade åsikter om drömmar, som var vi är. Jag ser det. Ja, ja.

Jag tror klara drömmar, jag anser att det är ett kontinuum av medvetande. Och jag skriver mycket om detta. En klarsynt dröm är, om du är i en klarsynt dröm, kan du uppgradera klarheten eller medvetandet i den drömmen och förvandla det till en heltäckande upplevelse utanför kroppen genom att höja procentandelen av medvetande i upplevelsen.

För mig handlar det alltid om procentandelen av medvetande, nivån av medvetande som finns i upplevelsen. Om du kan kontrollera upplevelsen, om din fulla jag- eller ego-medvetenhet är närvarande, är det en upplevelse utanför kroppen. Okej.

Så, kan du prata lite om det astrala planet? För för mig är det väldigt mystiskt. Ja, visst, det gör jag gärna. Det astrala planet, kallar alla det, jag refererar till det som bara den astrala dimensionen.

Den är enorm, nummer ett. Vi måste sätta det i perspektiv. Det är flera hundra gånger mer expansivt än det fysiska, för att sätta det i perspektiv.

Jag tror att det är viktigt, nummer ett. Folk anser att det är samma sak. Det är bara ytterligare en nivå.

Astralplanet har många vibrationsnivåer. Och vissa säger att det är sju. Jag tycker nej, jag tyckte att det är mycket mer omfattande än så.

Den har med andra ord många olika energinivåer. Och när vi lämnar vår kropp vibrerar vi. Vår energikropp har en viss frekvens eller täthet.

Låt oss använda ordet täthet. Och varje astral har många tätheter, nivåer, och det beror på ditt medvetandetillstånd vad du upplever. Om du upplever en fysisk-liknande representation av det fysiska, då är du i den lägsta delen av den dimensionen.

Men när vi höjer vår vibrationshastighet genom tekniker som medvetenhet nu när jag undervisar, går vi in i de högre vibrationsnivåerna och mindre täta områdena i det astrala. Allt handlar om nivåer av densitet, förmodligen det enklaste sättet att förstå det. Och det finns biljoner och biljoner.

Vi vet inte ens. Ingen vet hur många. Det kan finnas biljoner människor som lever, och det finns en obegränsad mängd verkligheter eftersom de är skapade av kollektivt tänkande.

Och till exempel, mitten, det som folk refererar till som den mellersta astralen, är i allmänhet där människor kommer in vid döden. När du hör om denna övergång av medvetande, kommer de i allmänhet till runt mittområdet av astralen, vilket är konsensusverkligheter skapade av nära och kära som för närvarande bor där. Och dessa verkligheter är precis som den fysiska världen, många av dem.

Och det är då många tycker att det här är en luftig-fe-typ av energimiljö. Det är det inte. De flesta av dessa verkligheter skapas av ett stort antal människor, precis som de gör här.

Jag kallar dem konsensusverkligheter. Till exempel, alla troende, låt oss säga, buddhister, alla buddhister skulle gå till en viss nivå av buddhism. De skulle gå till en viss verklighet.

Och människor har sina egna verkligheter baserade på sitt eget medvetandetilstånd. Det finns realiteter för islam. Det finns realiteter för, låt oss bara kalla det, högerkristna.

Och alla dessa verkligheter formas av den kollektiva gruppens medvetandetilstånd. Och det är en mycket fast verklighet. Det är tredimensionellt.

Det är precis som det fysiska. Det är subtilt, men allt är relativt till dig själv. Så det är, med andra ord, det finns otaliga verkligheter.

De flesta av dessa verkligheter är mycket, överraskande, som den fysiska världen. De är bara mindre täta. Men det är vettigt i den meningen att många som har haft nära-döden-upplevelser säger att, du vet, om de är från islam, att ja, jag såg att Allah eller buddhister pratade om Buddha, etc., eftersom jag har hört många berättelser om det.

Men det är inte vettigt när en person som är, jag vet inte, helt plötsligt upplevde något annat som var en överraskning, som att plötsligt gick åt helvete och var den här normala, vackra personen, men hade denna jävla up-

plevelse. Det händer också. Och jag tänker att det inte passade med deras trossystem, för det är inte alltid som att en kristen går till en kristen himmel, på ett sätt.

Nej, det är mer, det är därför jag använder begreppet, det handlar om deras medvetandetillstånd. Det handlar om deras utvecklingstillstånd som själ. Det är ett annat sätt att se på det.

Du vet, vi känner inte till människors medvetandetillstånd. Deras trossystem är inte det enda, det är inte det primära. Det är en viktig del av vårt medvetandetillstånd, men det är inte kärnfrågan.

Jag menar, om det finns många människor som har negativa medvetandetillstånd, och vi vet det, så känner vi förmodligen alla någon som ständigt är negativ. Och det spelar ingen roll vad de tror på, eller vilken religion de följer, om deras medvetandetillstånd är helt rädsla-baserat, till exempel, helt nedsänkt i detta koncept att någon är ute efter att få dem, och det finns en djävul, och alla dessa negativa koncept, som kommer att påverka verkligheten de upplever, eftersom de kommer att gå till verkligheten som resonerar med deras kärntillstånd av medvetande. Och jag tror att det är precis vad som händer.

Till exempel, många människor som har nära-döden-upplevelser, och speciellt OBE-upplevelser, de vet inte vad som händer, och de börjar rädsla. Att vara rädd i en utomkroppslig upplevelse, och jag skriver om detta i Secret of the Soul, kommer att vara rädd att skapa en rädsla eller rädslobaserad miljö. Precis som om du är väldigt, väldigt öppen och andlig, kommer det att påverka din upplevelse utanför kroppen, eftersom vi interagerar.

Det är en väldigt flytande verklighet. Vi skapar i grunden vår egen verklighet, ofta på det sätt som vi håller vårt tänkesätt. Och det här är en livstid, många liv, för den delen, av vårt tankesätt som är inbyggt programmerat inom oss.

Ja, det är där det blir komplicerat, för låt oss säga, du vet, du går till en viss plats när du dör, och jag går till en viss plats, men det här är Janik och William, och om vi är flerdimensionella varelser, och allt händer nu, varför är det så viktigt vad jag gör som Janik nu, om jag har alla dessa andra inkarnationer, eller har alla dessa andra trossystem? Det är mycket viktigt att vi

gör det bästa vi kan för att höja och höja vårt medvetandetillstånd till det högsta. Jag pratar om detta i min senaste bok, Äventyr i livet efter detta. Det var vad historien handlade om, om någon som dör.

På sidan sju dör huvudkaraktären och de går till en verklighet efter livet som i grunden är en återspeglning av deras mammas trossystem. Deras mammor? Och deras kollektiva trossystem. De trodde på något de var tvungna att, så han slutar med sin mamma, till en början, och sedan inser han att det finns oändliga andra dimensioner, och han börjar utforska.

Det är allt, det är viktigt, gå tillbaka till det du nämnde, det här är väldigt viktigt, det är väldigt viktigt att vi i grunden arbetar med oss själva, andligt, eftersom det är det enda som vi tar med oss vid döden är vårt medvetandetillstånd. Inga ägodelar är borta, de är alla skräp, de är värdelösa. Det enda vi bär med oss är vårt eget medvetandetillstånd.

Och Buddha sa detta, vårt jobb är att rena vårt eget sinne, som Buddha skulle säga. Och jag är inte buddhist, men jag förstår sanningen. Ju högre vi kan få vårt eget medvetandetillstånd, desto friare är vi från rädslor och falska trossystem och negativa, låt oss bara säga negativa övertygelser som mättar oss.

Ju friare vi är, på sätt och vis, desto högre verklighet kan vi uppleva. Det är därför det är viktigt vad vi gör i den fysiska världen. Ja, jag inser verkligen att, du vet, självutveckling är inte en lyx, du vet, det är något viktigt, det är inte bara en hobby, det är något riktigt viktigt att göra.

Det är centralt i hela vår evolutionära cykel. Vi utvecklas, och det är så viktigt att inse att vårt medvetandetillstånd är det. Det är allt vi har, och vi måste verkligen arbeta med oss själva.

Vilken metod det än är för dig, alla är olika. Du vet, alla pratar om olika vägar, sant, men slutsatsen är att vi måste spendera, anstränga oss för att verkligen, som vissa människor skulle använda ordet, rena vårt medvetandetillstånd, för att få det så orördt som möjligt. Jag pratar mycket om detta i några av mina föreläsningar efter detta om att förbereda sig för livet efter detta och verkligen ta en ordentlig titt på vår tro och vårt självprat som vi har.

Du vet, varje dag spyr vi ut 40 000 tankar, den genomsnittliga personen. Du måste börja titta på vad jag lägger ut? Vad genererar jag inom mig själv? Är det ett positivt budskap till mig själv och världen omkring mig, eller spyr jag ut möjligen negativa budskap om oss själva? Detta påverkar oss eftersom vårt medvetandetillstånd, alla våra tankar, våra övertygelser, vår självbild, som följer med oss. Det är det enda.

Så det är så viktigt, känner jag, att verkligen titta på oss själva. Men har jag rätt att säga att vi aldrig har förlorat det, okej, vi kan kanske, om vi har mycket rädsla i våra liv, kan vi, du vet, återskapa det i livet efter detta, men så småningom har vi möjlighet att vakna upp och, du vet, skaffa mer visdom och sedan gå till lättare platser. Ja, vi är alltid i ett konstant tillstånd av evolution, men det är viktigt att människor, jag tror att det är viktigt att vakna upp till det faktum att vi är det.

Det är ingenting som är externt för oss. Det finns ett gammalt talesätt som Buddha hade att ingen kan rädda dig utom du själv. Vi måste arbeta på vårt eget medvetandetillstånd.

Något yttre trossystem kommer inte att ge dig någon form av, låt oss bara säga, upplysning eller frälsning. Det måste komma inifrån dig själv. Och jag tror att det är vad andliga mästare har sagt för alltid.

Tyvärr har dessa begrepp varit, låt oss bara säga, vridna under många århundraden. Hur är det med guider och änglar? Kommer de inte att kunna hjälpa dig och upplysa dig, jag menar, om du är vilse? Ja, till viss del är de tillgängliga. Guider finns alltid tillgängliga, men vi måste vara öppna för vägledningen.

Okej, okej. Och det är vad många människor är. Människor blir stela i ett trossystem.

Du föds, låt oss bara säga, du föds in i vilken religion som helst. Jag tänker inte nämna namn. Och det är det enda du någonsin har lärt dig hela ditt liv.

Du vet ingenting annat än en med läran om en religion, låt oss säga. Det är en mycket snäv syn på andlighet i världen. Det största problemet som mänskligheten står inför är bristen på kunskap om oss själva.

Det är orsaken till alla krig. Det är orsaken till all fattigdom. Det är orsaken till mänsklighetens alla sjukdomar.

På sätt och vis skalar du tillbaka. Det beror på brist på andlig kunskap om oss själva. Det är därför upplevelser utanför kroppen är så viktiga.

Utomkroppsliga upplevelser ger oss den där underbara, kraftfulla möjligheten att faktiskt uppleva vårt sanna jag, vårt inre, bortom denna tillfälliga fasad och kroppens vehikel. Men plötsligt blir vi medvetna om, åh, jag är odödlig. Om jag skadar en annan är jag fortfarande ansvarig för det.

Inte för att det finns en dom, för vi fortsätter. Det finns energi som orsakar och verkan. Men hur kan du vara säker på att upplevelsen utanför kroppen är neutral? Det är det jag undrar över.

Som, du vet, när jag gör alla dessa intervjuer får jag nya tankar och perspektiv hela tiden. Och ibland tänker jag, tänk om det bara är ännu ett tanke-trossystem igen? Tänk om jag aldrig hittar sanningen? Som, hur kan jag hitta sanningen? Och finns det en sanning? Så om jag har den här upplevelsen utanför kroppen, kanske det är en projektion. Du vet, om och om igen, en projektion.

Det är en mycket bra poäng. Om du är totalt indoktrinerad i, låt oss säga, vilken religiös filosofi som helst, och du har en upplevelse utanför kroppen, kommer du förmodligen bara att återuppleva dina egna filosofier. Det är därför jag skriver om, och i mina klasser, lär jag ut konceptet att uppleva eller göra det till ett mål att uppleva din andliga essens i denna livstid.

Det är det enda sättet du någonsin kommer att få veta. Du har helt rätt. Om du är totalt indoktrinerad om någon propaganda, spelar ingen roll vad det är, religiös propaganda, och du har en upplevelse utanför kroppen, kommer du förmodligen att gå in, du kommer förmodligen bara att förstärka den propagandan .

Men du måste gå längre än så. Det är nyckeln. En upplevelse utanför kroppen ger dig inte all kunskap om du inte går bortom det astrala, går bortom universums yttre dimensioner.

Det är därför jag lär ut en teknik som kallas att uppleva ditt högre jag. Un-

der en upplevelse utanför kroppen eller under djup meditation, när du börjar ta avstånd från kroppen, begär eller kräver du i princip att få uppleva din andliga kärnväsen eller vad jag kallar det högre jaget. Om vi en gång upplever det högre jaget, då går vi bortom allt, vi går bortom dualiteten, vi går bortom sinnet och alla dess spel, vi går bortom egot, vi går bortom, vi går till själva kärnan, som är icke-formbaserad.

Och det är totalt, det är fördelen som jag lär ut av en upplevelse utanför kroppen. Att ha en astral upplevelse utanför kroppen är det första steget ut ur spjalsängen. Det är första steget.

Sedan, under din upplevelse utanför kroppen, stannar du, du centrerar dig själv och kräver att få uppleva ditt högre jag. Efterfrågan. Då blir det kraftfullt.

När jag gör detta känns det som att jag skjuter upp genom lager av färg inom mig själv. Och nästa sak jag vet, jag svävar i vad jag bara kan föreställa mig som ett hav av vitt ljus, ren kärlek, ren medvetenhet. Det är omöjligt att beskriva den här typen av upplevelse.

Det är där svaren finns. De sanna svaren är bortom dualiteten, bortom alla människors övertygelser, eftersom de alla är felaktiga. Allt konstgjort jag har hittat är felaktigt.

Låt oss inse det, och jag har sagt detta i flera år, en av de första sakerna jag lärde mig i mina utomkroppsliga upplevelser, när jag började komma bortom det astrala, var att jag inte är en humanoid. Medvetandet är inte mänskligt. Medvetande är att använda en människokropp.

Medvetande är ren medvetenhet. Den har ingen fysisk-liknande form, men den använder en fysisk-liknande kropp för upplevelse, för att kunna uppleva den fysiska världen. Med andra ord, den fysiska kroppen är bara ett uttryck för själ, att lära sig, att växa, att utvecklas.

Vi är inte människor. Vi är inte män och kvinnor. Ingen av dessa saker är verkligen oss.

När du verkligen har en andlig upplevelse inser folk, herregud, det är vad jag verkligen är. Jag är rent medvetande, ingen form, men helt, fantastiskt

medveten. Och du inser att du är skaparen av fordon för medvetande, och du använder din kropp som ett verktyg för utbildning och evolution.

Det är där svaren finns. Och jag håller med dig. Erfarenheter på det astrala planet kommer inte att ge dig svaren på livets mysterier.

Det gör de inte. Men de är en språngbräda, eftersom du rör dig inåt, precis som i meditation. Det är samma sak.

Du rör dig inåt, in i dig själv och in i universum. Och alla svar kommer inifrån oss. De är aldrig externa för oss, eftersom vi är ett mikrokosmos av helheten, trots allt som är.

Det är vår stora uppgift att gå inåt, hitta en metod för att gå inåt, genom djup meditation, genom upplevelser utanför kroppen, genom trancearbete, vad det än må vara, shamanistisk resa. Du vet, det finns många olika metoder som människor använder idag, men de har alla en riktning. De går alla inåt.

Härlig. Jag älskar att höra det. Så intressant.

Så, förstod jag dig rätt, att du faktiskt har varit på dessa högre nivåer, bortom den astrala? Ja, det har jag. Kan du förklara hur det var? Det tog, du vet, det här är inget som hände över en natt. Jag menar, jag hade upplevelser som bara är, efter 40 år av att göra, jag gör en daglig teknik varje dag.

Jag har gjort det i fyra decennier. Och ibland har du astrala upplevelser, ibland alla slags erfarenheter, eftersom universum är enormt. Men ibland har jag den här typen av upplevelser som är bortom allt.

Det är svårt att ens prata om dem, för hur jämför man något utan form och utan dualitet, och försöker dela det, när det inte finns något att jämföra med?

Men jag känner starkt att det är den verkliga fördelen med utforskning utanför kroppen, och det är den verkliga fördelen med djup meditation och yoga, i grunden, eller detta koncept av förening. Alla dessa saker passar ihop. De är inte i en låda.

Vi har en tendens, eftersom vi är i ett linjärt dualitetsuniversum, försöker vi lägga allt i en låda. OBE är här borta, nära döden här, meditation här, och det är inte så. De handlar alla om att gå inåt.

Frågan är, hur långt inåt kan du gå med den tekniken för dig själv, så att du kan gå bortom sinnet och uppleva ditt sanna jag? Och det är det som är kraftfullt, och det är vad självinitierade upplevelser utanför kroppen ger oss den möjligheten. Så är det till exempel möjligt att gå ut ur kroppen och uppleva saker på denna jord, som pyramiderna, eller bara att jag kan resa över till dig och se vad som faktiskt finns bakom dig där som jag inte kan se, men om jag var utanför kroppen, kunde jag faktiskt se vad som fanns där? Ja, det är möjligt. Folk gör det hela tiden.

Jag undervisar i en sexdagars workshop på Monroe Institute, och människor har alla möjliga erfarenheter. Det finns ingen gräns för vad vi kan uppleva. Men se, det är att resa på en parallell dimension.

Ja, för jag var nyfiken nu, vad är det då? Det är en upplevelse utanför kroppen på den lägre astrala, eller vad jag kallar parallellvärlden. Den parallella världen, okej, och det liknar jorden. Ja, det är för att ingenting existerar i ett vakuum.

Universum är ett flerdimensionellt kontinuum, har jag funnit. Universum utgör en, mindre än en tiondel av en procent av hela denna enorma energikontinuum. Vi är det yttre överhudslagret.

Den fysiska världen är epidermisskiktet. Och när du har en upplevelse utanför kroppen eller nära-döden, börjar du skifta eller röra dig inåt inom materiens subtila understruktur. Och det är där, det är vad folk observerar.

De observerar, om du bara flyttar en nivå in, observerar du fortfarande den fysiskt liknande understrukturen. Och vetenskap, hela detta koncept med parallella universum knyter an till detta, att ingenting kan existera i ett vakuum. Okej, wow, det är så stort.

Så jag är nyfiken, har du varit som att resa ut i universum och se stjärnorna? Jag menar, det vill säga, det skulle ha varit något jag skulle vilja göra. Tja, det finns ingen gräns för vad du kan göra, men så småningom kommer du till en punkt där fysiskt liknande fenomen tappar intresset. Och du är

mer involverad i att ta reda på vad, jag vill veta vad jag är.

Det är för mig det stora mysteriet med universum. Det är det största mysteriet. Om vi kan lösa, om vi alla kan lösa vad vi är, då har vi löst alla frågor om universum, eftersom vi är ett mikrokosmos av hela det flerdimensionella universum.

Och när vi, det är den stora frågan. Under många, många år, förmodligen under de första 10 åren, utforskade jag delar av astralen, och det var fascinerande. Det är spännande.

Du gör alla möjliga saker. Kan du berätta lite vad du upplever så att folk som vill börja med detta vet vad de kan förvänta sig? Tja, det första som de flesta gillar att göra, och det jag gillar att göra, vill du bevisa för dig själv att det är på riktigt. Så jag gick och såg folk göra saker.

Och sedan ringde jag dem, frågade dem, du vet, när jag kommer tillbaka, skulle jag skriva ner tiden på dygnet. Och det var väldigt, jag kallar dem, eteriska upplevelser. De är väldigt täta, de är parallella världsupplevelser när du fortfarande är i en tät energikropp.

Kan de lägga märke till dig då? Nej, nej, du är helt ur fas med deras, nej. Det finns sällsynta fall, men i allmänhet, om de märker dig, skulle du förmodligen se ut som en vag skugga. Precis som att det är vad ett spöke är.

Ett spöke är en person, en död person, som bara vibrerar något ur fas. Det finns ingenting, det finns inga spöken, de är bara människor. Du vet, vi måste växa upp så småningom och inse det.

De är människor som fortfarande är fästa vid det fysiska, så de svävar väldigt nära i vibration. De är bara lite ur fas. Men hur som helst, japp, du, det finns ingen gräns.

Det är vad jag rekommenderar folk att göra. Centrera dig själv och flytta dig sedan bort från din kropp 10 fot, eftersom det finns en tendens att dras tillbaka in i din kropp. Nästan som en magnetisk dragning det finns.

Så gör vad du än behöver göra för att verifiera det själv. Men det viktigaste

du kan göra är att kräva att få uppleva ditt högre jag. Ditt högre jag nu är bekräftelsen som jag använder.

Jag rör mig 10 fot eller så bort från min kropp, centrerar mig själv, och sedan kräver jag högre jag nu, eller andlig essens nu, vilken fras som helst som resonerar med dig. Och sedan börjar du växla inåt. Ditt medvetande börjar skifta inåt till andra nivåer av energi och medvetande inom dig själv.

För kom ihåg, vi är vägen. Alla pratar som att den andliga vägen finns där ute någonstans. Vi är det.

Vi är ett mikrokosmos. När vi går inåt, rör vi oss faktiskt inåt och inom vårt multidimensionella jag. Så den eteriska, astralkroppen är vår väg, en del av vägen inåt.

Och så finns det mentalkroppen, längre inåt, högre vibration. Sedan finns det den undermedvetna kroppen, ännu högre vibrationer. Och så småningom, om vi fortsätter att gå inåt inom oss själva, upplever vi vårt högre jag eller vår essens, som går bortom dualiteten, går bortom formen.

Det är intressant eftersom jag inte har sett det så alls. Jag har sett sådana här lager utanför mig. Nej, det finns inga lager utanför dig.

Du är det. De finns alla inom dig, olika nivåer av täthet inom dig. Det finns inget utanför oss.

Det är den stora falskheten som har programmerats där ute i gruppmedvetandet. Men vi har fortfarande auran utanför oss, eller hur? Men auran är en del av, det är vårt eget energifält. Det är fortfarande inåt.

Det är mindre tätt. Lager av aura är lager av oss. Det är vi.

Vi går runt med hela universum inom oss. Och vad människor uppfattar som en aura, ser de nära ett eteriskt energifält. Men vad är det? Det är mindre tätt, eller hur? Det vibrerar med en högre frekvens.

Med andra ord, när vi går överallt, följer hela universum med oss eftersom vi är centrum. Vi är mikrokosmos av det. Och det är därför yogisarna har sagt detta i 2000 år.

Vägen finns inom oss. Det handlar inte om ett externt trossystem. Det handlar inte om konstgjorda filosofier.

Vi har funnits innan alla mänskliga filosofier som medvetande. Vi är det. När vi rör oss inåt upplever vi vår eterkropp eller vad du kallar ditt eterjag, det där energifältet som vi ser omkring oss.

Du går längre inåt, du går in i det astrala fältet, som är oss inuti oss, inom oss. Följer du mig? Ja, ja. Så spännande dock, för när du väl inser att vi är det, behöver du inte slösa bort din tid på att titta utanför.

Och det är vad många människor, det är vad jag tycker är det största slöseriet. Det är som att titta, du kan inte, svaren finns inte i materia eller konstgjorda övertygelser, för vi är svaret. Vi måste bara vakna till det faktum att vi måste gå inåt genom meditation, genom vilken resa metoden än är.

Djup yoga, det finns alla typer av djup. Jag pratar inte om hathayoga med ställningar. Jag pratar om djupyogan, rajayogan, kundaliniyogan, där du går inåt, inåt, inåt.

Det är där svaren finns. Ja, ja. Det är väldigt spännande.

Det är det. Du gav mig några nya perspektiv nu. Men jag tror att det är väldigt svårt för mig.

Jag menar, även om jag är väldigt öppen för andliga koncept och allt, och jag har haft mina egna erfarenheter, så är jag väldigt där ute. Jag är väldigt inne på dualitet, men jag är en människa, så det är min referenspunkt hela tiden. Och jag har inte gått så mycket inåt, för när jag mediterar är det oftast bara tyst, och jag upplever ingenting.

Så jag har inte hittat så mycket inuti, på ett sätt. Och jag är väldigt intellektuellt söker också. Jag vet det.

Så det är en resa. Ja. Det är därför jag lär ut självinitierade upplevelser utanför kroppen under de senaste 30 åren, för jag tyckte att det var det bästa.

Och det resonerar inte hos alla. Jag är som du. Jag blev inte alls uppfylld av meditation.

Jag menar, jag mediterar fortfarande, men det är en fridfull upplevelse av centrering. För mig var upplevelser utanför kroppen mycket mer aktiva. Det gav mig den öppningen jag behövde för att börja bli en utforskare av mitt inre.

Och det resonerade hos mig. Det var aktivt. Och det är därför jag tror att det blir mer och mer populärt i USA.

Jag menar, många människor börjar praktisera självinitierade, utomkroppsliga upplevelser, eftersom de inte får de resultat de hoppades få från enbart meditation. Och jag börjar med meditation när jag gör mina tekniker. Jag centrerar mig själv.

Jag andas djupt. Sedan från djup meditation går jag in på tekniker för självinitierade, utomkroppsliga upplevelser. Ja, för mig var det som att jag mediterade.

Och ja, det var skönt och lugnt. Men när jag började göra dessa övningar för upplevelser utanför kroppen, helt plötsligt var det att uppleva detta vibrationstillstånd något jag aldrig hade upplevt tidigare. Och jag tänkte, jag har aldrig haft den här upplevelsen eller jag kan inte minnas det.

Och helt plötsligt fick jag bevis och bevis och bevis på att jag behövde. Och ja, det förändrade allt. Men kan du prata lite om kroppen vi befinner oss i? Ja.

Låt oss prata om den tätare energikroppen. Det är väldigt, väldigt flexibelt. Kom ihåg att vi inte är fysiska varelser, varelser alls.

Det är inte de vi är. Det är det första. Vi är inte ens humanoida.

Jag har redan sagt detta. Det är väldigt viktigt. Vår energikropp är i grunden en konstruktion av vårt sinne.

Och när vi har en upplevelse utanför kroppen beror allt på din egen självuppfattning. Du var förmodligen fortfarande en kvinna, för det är din

självuppfattning om dig själv. Jag tror det, ja.

Men din energikropp hade jag en gång, inte en gång, utan vid flera tillfällen, jag inledde en upplevelse utanför kroppen genom att sträcka ut min energikroppssarm. När jag var halvt utanför min kropp sträckte jag mig upp och tog tag i ljuset i taket på en sak av ljuskrona och drog bokstavligen min energikropp ur min fysiska kropp. Det här var som en sexfots sträckning av min arm.

Min poäng är att det inte finns några begränsningar för en energikropp, eftersom det hela är ett medel för vårt medvetande. Faktum är att du kan förändra din energikropp, och jag har upplevt detta, och så har många andra. Shamaner har gjort detta i 10 000 år.

Du kan faktiskt ändra hela din form. Se, det visste jag inte. Jag trodde att jag hade en fysisk kropp, sedan har jag den här astralkroppen, och i mitt sinne var den blå, och den var väldigt flexibel.

Jag var precis som den här formbara saken, men jag trodde att det var fixat, antar jag. Jag upplevde samma sak också. Min erfarenhet, om du tittar på mina händer, jag ser på mina händer är ofta blå.

De är som blå stjärnor, en miljon av de blå stjärnorna i min hand, men de är otroligt flexibla. Det begränsar bara din egen kreativitet, eftersom det inte längre är fysiskt. Som jag sa, jag har, och andra människor har, jag kan förändra, och vad som händer, det här blir verkligen fascinerande.

När du förlänger dina utomkroppsliga upplevelser börjar du, din humanoida form börjar sakta lösas upp. Det här är vad som för förmodligen 35 år sedan, 37 år sedan, när jag insåg detta, det var en total mind blower, eftersom jag också tänkte, ja, min astralkropp är precis som min fysiska kropp, och sedan när jag förlänger mina erfarenheter, började armarna och mina ben börjar bara lösas upp. Jag behövde dem inte längre.

Mitt sinne var, jag gick igenom, mitt sinne rörde mig, och jag insåg då att jag som medvetande inte är människa. Jag kan vara vad jag vill vara, och det är precis, vi har förmågan att skapa vilken yttre form som helst när vi väl är ur kroppen, om du vill fokusera på det, men mycket mer spännande är det faktum när du är utanför kroppen kan du bara förbli fördomsfri, och

när du använder termer som andlig essens nu, kommer du att börja gå inåt, och all den mänskliga fasaden smälter bort. Först blir du som en tår av medvetande.

Jag använder formbaserade koncept, sedan ett klot av medvetande, 360-graders syn eller perception, eftersom du inte har ögon. Folk glömmer att det inte finns någon luft i livet efter detta. Det finns inga ögon.

Det finns ingen andning. Det finns inga lungor. Det finns inga biologiska kroppar.

Vi är otroliga icke-fysiska, icke-formbaserade varelser, och det är till och med logiskt. Det finns ingen luft i en icke-fysisk verklighet. Det finns ingen molekylär struktur.

Så vi har total frihet att skapa vad vi vill, men det som är vild är att vi sakta återgår till vad vi verkligen är, vilket i grunden är rent medvetande med potential att skapa vilken form som helst, som våra kroppar. Våra kroppar är ett vehikel, ett tillfälligt vehikel av form som är gjutet för att vi ska få dessa upplevelser i universums täta epidermis. Men det är vild, eftersom vi har den här förmågan att utforska inåt och aldrig begränsa oss till bara en biologisk form, för det är verkligen inte vad vi är.

Ja, jag minns. Jag minns bara när du pratar nu att när jag var utanför kroppen blev jag sårad. Jag flög runt, och helt plötsligt flög jag in i en byggnad, och det var som, oj, och det gjorde verkligen ont, och jag tänker, hur kan det här göra ont? Och jag försökte dra min hand genom väggen, men det gick inte, men då var jag som, hej, Janneke, jag är ur kroppen.

Visst kan jag, du vet, trycka på dörren eller väggen, och sedan lyckades jag göra det, och jag känner många gånger när jag tvivlar på att jag kan flyga, när jag är klar eller ur kroppen, då Jag kan inte flyga, men då måste jag bara tro att jag kan flyga, jag kan flyga, och sedan lyfter jag. Eftersom ditt sinne styr upplevelsen. Det är väldigt sant.

Du skapar din egen upplevelse genom ditt eget inre trossystem, och det är mycket viktigt att vi, det är därför det är så viktigt att vi renar oss från alla negativa eller rädsla-baserade eller begränsande övertygelser. Nu kan det här låta konstigt för många, men denna gruppkonsensus, sju miljarder

människor på planeten, de springer runt, de tror alla att de är människor, fysiska människor, vilket är bra, det är vad ni, vi har till, vi har tränats att acceptera detta i livets värld, men när vi väl lämnar våra kroppar, antingen genom tillfälliga åtgärder eller genom döden, är alla satsningar avstängda. Vi har förmågan till obegränsad frihet om vi accepterar den, men tyvärr har de flesta aldrig fått lära sig det.

De är så indoktrinerade med det här konceptet att jag är en mänsklig kvinna. De fortsätter att vara mänskliga kvinnor efter döden. De har bara flyttat så här långt in i universum.

Det är bara en bråkdel. Vi måste vakna upp till fakta om vilka vi, det är vad jag menar, det största hotet mot mänskligheten är bristen på andlig självkännedom, eftersom vi begränsar oss själva, inte bara nu, vi begränsar oss själva i livet efter detta också. Ja, jag börjar inse det, och det är för att, jag menar, det är viktigt eftersom dessa världar är tänkbara lyhörda, eller hur? Så vad du än tänker på kommer att visa sig.

Absolut. Rätt. Hela universum är tankekänsligt, och när vi rör oss inåt i de mindre täta områdena blir de mer och mer tankekänsliga.

Så vi måste ha en otrolig tankekontroll. Det är en del av utbildningen vi är här för. Vi behöver utveckla ett personligt ansvar för våra tankar.

Vi måste ha förmågan att fokusera våra tankar så att vi effektivt kan, låt oss säga, förhandla och navigera i tankekänsliga miljöer, vilket är vårt sanna hem. Vår sanna, fysiska värld är tänkbar, men den saktas ner enormt av materiens täthet. Men vi vet fortfarande idag att vi skapar vår verklighet.

Det är bara ett tuffare slag, eftersom materia saktar ner processen. Men när du väl lämnar din kropp, är du in i en annan. Du måste, det är viktigt att lära dig trafikreglerna, vilken väg du än är på.

Det är därför jag skriver, det är därför jag skrev tre böcker. Jag går utförligt in på vad som är de icke-fysiska trafikreglerna? Vad är du kapabel till? Vad kan du göra? Vart kan du gå? Hur navigerar du i dessa olika världar? Dessa olika dimensionella världar har olika energiregler. Ingen av dem är som den fysiska, men de har fortfarande sina egna grundläggande begrepp, energilagrar, låt oss kalla det.

Vi måste lära oss hur vi ska fungera i dessa verkligheter. Tyvärr har religionerna gjort ett mycket, väldigt dåligt jobb med att lära människor om livet efter detta och hur man navigerar i tankekänsliga miljöer. De misslyckades med sin enda sak de borde göra, och det är att lära mänskligheten om hur man fungerar som en andlig varelse i livet efter detta.

Hur, hur manövrerar vi från nivå till nivå i dessa, detta flerdimensionella universum? Detta är vad jag skriver mycket om. Det är vad evolution handlar om. Medvetandets evolution är den inre evolutionen av oss, vårt medvetande, så vi blir allt mer medvetna om vår egen potential som en icke-fysisk art.

Men tror du att allt händer nu, som många säger, att det inte finns tid? Det finns ingen tid, det finns ingen tid, nej. För att vi är odödliga. När du lämnar din kropp finns det ingen tid.

Tiden är rättvis, det vi kallar tid är bara en markering av materiens försämring. Så allt händer nu. Jag känner starkt att det gör det.

Vi kan inte tycka om det, men ja. När vi lämnar våra kroppar finns det ingen tid. Jag vet det för ett faktum.

Det finns ingen tid. Kom ihåg, vad är dags för en odödlig? Vi är odödliga. Alla vi, alla sju miljarder av oss är odödliga.

Det är underbart. Tja, det gör det inte, de flesta har glömt det faktum att de är odödliga, och ingen har verkligen betonat det. Religionerna berör det, men det lärs inte riktigt ut om det.

Det är därför det är så viktigt att vi lär oss och växer om oss själva och vår verklighet. Det är därför det är så viktigt att lära sig det här. Ja, jag fick bara en tanke i huvudet, tänk om jag skulle råka ut för en olycka imorgon och dö sådär, och jag inte hade tid att träna på allt du sa? Vad kan jag göra? Vad är det bästa att göra? Du är där, du är död, du är på den här andra platsen.

Jag menar, är det att söka upp ljuset? Jag vet att du har skrivit en bok om detta, men jag vill bara höra om du har några tankar om vad du kan göra om du plötsligt dör. Tja, det första jag skulle göra är att fokusera på min

högsta andliga avsikt. Vad jag skulle göra för tillfället, jag var en gång på ett flygplan.

Snabb historia, jag satt på ett flygplan i USA och en motor gav upp, började röka och var tvungen att kraschlanda. Det här är en stor, det här är en 737, ett stort jetplan, och det var en motor. Det var eld, rök som kom ut, en motor, och alla bad, och många människor grät.

Vi var i kraschpositioner, och det jag gjorde var bara att fokusera på min bekräftelse, högre jag nu, högre jag nu, högre jag nu. Jag känner väldigt starkt att vi måste fokusera på vad vi uppfattar som vår högsta avsikt, vår högsta ande. Det kunde ha varit andlig essens nu, mätta ditt medvetande i din högsta andliga avsikt, nummer ett.

Nu slutade det här planet med att landa bra och allt, men det vill säga, men det kunde ha kraschat. Poängen är att det är vad jag skulle göra, inte bara under dödsfallet, utan efter att jag gick in i min överföring. Kom ihåg att döden inte är något annat än en överföring av medvetande från ditt yttre biologiska fordon till ditt inre astrala fordon.

Det är fortfarande inte du, det är inte själ. Det är problemet där ute. Alla har denna barnsliga syn på kropp, sinne, ande.

Det är, vi är mycket mer komplexa än så, och vi överför vårt, de flesta människor skulle överföra sitt medvetande till sin astrala. Under den överföringsprocessen, högre jag nu, andlig essens nu, ande, och när du kommer dit, när överföringen är fullbordad, och du är i din astralkropp, skulle jag fortsätta den processen. Detta är precis vad Benton Book of the Dead lärs ut.

De talar om att gå till ditt högre jag, men de använder olika terminologi. Ja. De kallar det Bardo's, och de har sin egen terminologi, men med andra ord, de rensar ljuset från tomrummet, går bortom alla formbaserade verkligheter.

I tibetansk buddhism lär de ut det. När du är på andra sidan fokuserar du på, nu går jag in, eller nu är jag, tomrummets klara ljus. Det är deras terminologi för att gå bortom alla formbaserade verkligheter.

Så de visste vad de pratade om? Ja, det känner jag att de gör. De hade bara en terminologi som är så annorlunda än vi använder i vår kultur. Men jag skriver om detta i två av mina böcker också, och gör det som en referenspunkt, att det handlar om oss och vårt fokus och vår avsikt.

Under dessa avgörande faktorer kan döden vara en fruktansvärd, negativ upplevelse. Det kan vara en rädslabaserad upplevelse, eller så kan det bokstavligen vara en startplatta för medvetandet, där du kan gå in och uppleva ditt högsta andliga jag. Det är allt, vi gör det till vad det är idag.

Och det är problemet som jag hittar där ute i vår värld, att religionerna inte har lärt ut dessa principer. De har inte lärt ut något om livet efter detta. Du vet, det nämns väldigt lite om livet efter detta i hela Bibeln.

Ordet himmel används, och uppenbarelse. Det är i huvudsak det. Det finns ingen beskrivning förutom ett kort, kort stycke i Uppenbarelserna om denna gyllene port och staden.

Det är allt. Det finns ingen vägledning. Det vi behöver idag är mer kunskap om detta så att vi trivs och har en plan.

Vi behöver människor, känner jag, vi behöver en andlig plan för vår övergång. Och detta är vad buddhisterna inte pratade om, de tibetanska buddhisterna. Nu mycket, det resonerar inte hos många västerlänningar eftersom det görs i deras kulturella sammanhang.

Men ta av fasaden, och allt handlar om att fokusera på din andliga essens i dödsögonblicket, och sedan under processen, och när du går in i de andra dimensionella verkligheterna. Det är nyckeln. Jag inser att det är så viktigt att vi har de här samtalen, eller så har jag känt det länge, och jag vill bara avsluta med en fråga för att lägga in vetenskap i det här.

Finns det något sätt vi kan bevisa ett liv efter detta eller en upplevelse utanför kroppen? Genom att ha dem själv. Okej, det är det enda sättet. Det är det bästa sättet.

Det är tyvärr väldigt svårt att bevisa att någon är riktigt nöjd. Men det är därför jag alltid, i 40 år, har sagt samma sak. Bevisa det för dig själv.

Jag bryr mig inte om vad resten av världen tror. Jag försöker inte sälja något. Poängen är att vi alla har vår egen förmåga.

Har din egen erfarenhet. Bevisa det för dig själv genom din egen ut-ur-kroppen. Gör teknikerna.

De är enkla. Det är lättare än meditation. Du gör bara de tekniker jag har på min hemsida på astralinfo.org. De är gratis.

De finns på min hemsida. Gör det. Förbind dig till en daglig teknik i 30 dagar, och majoriteten av människor kan ha sin egen erfarenhet och bevisa det för dig själv.

Jag är glad att du sa det, för vi har inte tid att gå in på alla tekniker. Men då kan de gå till din sida och få allt där. Och det finns mycket grejer online också, så det finns många tekniker överallt, så folk kan hitta det.

Jag tror att det är den lätta delen. Ja, jag har 30 tekniker på min hemsida, astralinfo.org, som de kan läsa. Underbar.

Så de behöver inte ens köpa en bok. Jag kunde inte göra det lättare. Underbar.

Tack så mycket, William. Jag älskar det här. Det här var många nya perspektiv för mig.

Jag lärde mig mycket idag. Tack så mycket för din tid. Åh, tack.

Jag uppskattar det. Tack för att ni tittade, killar. Mycket ljus från Oslo.

Hej då.

(Transkriberat av TurboScribe.ai. Go Unlimited för att ta bort det här meddelandet.)