



# Tattva Viveka

Zeitschrift für Wissenschaft, Philosophie & spirituelle Kultur



Tattva Viveka

Dezember 2024



Irene Schneider  
IN GEMEINSCHAFT VOM  
LEBEN ABSCHIED NEHMEN

Bartosz Werner  
HEUTE IST EIN GUTER TAG,  
UM ZU STERBEN.

Außerdem:  
Nahtoderfahrung und  
Persönlichkeitsentwicklung • Rituale  
für die Ruhnächte • Wiederentdeckung  
des Leibes (Teil 2) • Alexandertechnik und  
Spiritualität • Spiritualität und Psychologie  
im Dialog (Teil 1) • Heiliger Kakao

## Tabuthema Tod

Philipp Feichtinger  
DURCH DIE TRAUER ZU  
EINEM ERFÜLLTEN LEBEN

Klemens J.P. Speer  
HIMMEL, HÖLLE, FEGE-  
FEUER AUS DER SICHT VON  
NAHTODERFAHRUNGEN



D: 11,00 € / A: 12,60 € / CH: 16,60 CHF

VKZ D 46120 | ISSN 0946-0799 | 31. Jahrgang

Ausgabe 101

*Bartosz Werner*

## »Heute ist ein guter Tag, um zu sterben.«

### *Der Tod im Traum, Heilung und spirituelles Erwachen*

Gemeinsam mit dem Filmemacher und Autor Bartosz Werner erkunden wir die Welt des Transzendenten Träumens und die tiefere Bedeutung von Tod und Ich-Tod im Traum. Der Tod im Traum ist eine Befreiung von Blockaden und Fesseln und führt zu einer Reintegration meiner selbst, die Heilung und inneren Frieden bringen kann.

**Tattva Viveka:** Wir freuen uns, im Tattva-Viveka-Talk den Filmregisseur und Autor Bartosz Werner begrüßen zu dürfen. Gemeinsam mit ihm möchten wir uns dem Thema Transzendentes Träumen sowie der Rolle des Tods und Ich-Tods im Traum widmen. Für Bartosz stellt das Träumen mehr als nur die nächtliche Verarbeitung von Tagesereignissen dar. Es handelt sich vielmehr um eine Traumreise, die in andere Dimensionen führen und Heilung bringen kann. Bartosz, du hast den Begriff des »Transzendenten Träumens« entwickelt. Was genau ist darunter zu verstehen? Worin unterscheidet sich diese Art des Träumens von anderen, bereits bekannten Arten des Träumens.

**Bartosz Werner:** Unter Transzendentem Träumen verstehe ich fortgeschrittene Klarträume, in denen man sich bewusst ist, dass man träumt und somit

das Traumgeschehen aktiv steuern kann. Im Zusammenhang mit dem Thema Tod und Ich-Tod bedeutet es, dass man sich bewusst auf den initiatorischen Tod im Traum einlässt. Man initiiert aus eigenem Antrieb den eigenen Selbsttod. Das klingt dramatisch, ist es aber nicht.

Denn wenn man sich im Traum dem Tod hingibt, erlebt man Auferstehungsphänomene. Im Traum stirbt man vorübergehend und steht daraufhin wieder auf. Durch diesen Prozess, in dem man das Ich, sein Ego, seine Logik, seine Vernunft loslässt, werden heilende Kräfte freigesetzt. Der Grund dafür ist, dass die Auslöser für ein emotionales Ungleichgewicht ausbalanciert werden, und infolgedessen kann Heilung geschehen. Wegen dieser Auferstehungsphänomene nenne ich es Transzendentes Träumen. Denn ich erkannte, dass hinter dem Tod im Traum größere, verborgene Welten auf uns warten, die ins Licht und ins Heilige reichen.

**TV:** Die Realität ist viel mehr als das, was wir in dieser 3D-Welt oder im Wachzustand darunter verstehen. Was ist deines Erachtens die Realität? Was für eine Realität spiegelt sich in transzendenten Traumzuständen wider?

**Bartosz Werner:** Man kann sich sehr tief in transzendente Träume fallen lassen, wenn man den eigenen Ich-Tod im Traum miteinbezieht. Ich möchte darauf hinweisen, dass ich bereits über 600-mal gestorben bin und jedes Mal wieder aufwachte. Dabei erlebte ich immer wieder Auferstehungsphänomene und stellte fest, dass sich daraufhin eine unbeschreibliche Harmonie und Heilung einstellte. Man gelangt zu einem bestimmten Punkt in seinem tiefsten Sein, wo alles zum Stillstand kommt, und daraufhin erfährt man vollkommene Ruhe. Wenn man dann aus dem Schlaf aufwacht und in völliger Ruhe ist, kann



es vorkommen, dass man im eigenen Zimmer hier und da Gestalten sieht, und zwar im positiven Sinne.

Manche Begegnungen beeindruckten mich nachhaltig. Zum Beispiel ein wunderschönes Reh und ein tanzendes Geistermädchen, oder ein alter, weiser Mann, der mich mit einem zufriedenen Ausdruck ansah. Diese Begegnungen ließen mich darauf schließen, dass sich uns bei einer tiefen Hingabe an den Moment und dem Loslassen von Ich, Vernunft und vor allem Logik neue Welten zeigen können. Diese geistigen Welten, die plötzlich auf einen zukommen, sind für unser logisch-rationales Denken schwer zugänglich, da sie nicht den Kausalgesetzen gehorchen und raum- und zeitlos sind. Dennoch können wir diese Welten wahrnehmen, wenn wir uns auf sie einlassen. Dabei können auch Geisterebenen eine Rolle spielen.

## Unter Transzendente[m] Träumen verstehe ich fortgeschrittene Klarträume, in denen man sich bewusst ist, dass man träumt und somit das Traumgeschehen aktiv steuern kann.

**TV:** Ich verstehe. Das bedeutet, dass wir auf dieser geistigen Ebene etwas bewirken können. Du hast von Heilung gesprochen. Meinst du, dass diese Traum Erfahrungen sich auch positiv auf unser diesseitiges Leben auswirken?

**Bartosz Werner:** Auf jeden Fall. Transzendente Träume bieten eine Möglichkeit, geistige Welten zu beobachten, und zwar nicht nur im Wachzustand, wenn man über die entsprechende Übung verfügt, sondern im Traum. Somit können die Erfahrungen im Traum als die Vor-

stufe zu diesen anderen Welten gedeutet werden. Wenn man sich im Traum auf den Tod einlässt, können Mentoren, Führerinnen oder Führer erscheinen, die einen während der Träume oder Alpträume begleiten und einen bei der Bewältigung von Herausforderungen unterstützen. Dabei können Blockaden und negative Gefühle aufgelöst werden, wobei die Guides eine helfende Rolle einnehmen, damit Heilung stattfinden kann.

**TV:** Erzähl uns ein paar Beispiele von

Situationen, in denen du gestorben bist. Wie lief es ab?

**Bartosz Werner:** Am einfachsten ist es, sich vor dem Einschlafen auf den Tod im Traum vorzubereiten. Dabei darf nicht vergessen werden, dass jeder Albtraum eine Chance ist. Denn alles Negative, was einem in einem Albtraum begegnet, ist eine Möglichkeit, sich selbst besser kennenzulernen.

**TV:** Es ist erst einmal ein Albtraum, keine Frage. Aber wir müssen die Angst vor dem Albtraum überwinden. Wir müssen in die Angst hineingehen und weitermachen?



**Bartosz Werner:** So ist es. Der Schweizer Psychiater und Begründer der analytischen Psychologie Carl Gustav Jung hat etwas Entscheidendes gesagt, was mir die Traumarbeit enorm erleichtert hat. Er sagte, dass jede Figur im Traum du selbst bist. Egal, welches Symbol es ist, ob es ein Tier ist, eine Schlange, ein Hai, ein Werwolf oder was auch immer. Am Ende ist es man selbst. Warum sollte man sich nicht mit sich selbst versöhnen wollen? Darum geht es doch. Ein Beispiel: Wenn in einem Albtraum ein Hai auf einen zukommt und man sich daran

## Alles Negative, was einem in einem Albtraum begegnet, ist eine Möglichkeit, sich selbst besser kennenzulernen.

erinnert, dass der Hai ein Teil von mir ist, sieht man keinen Grund mehr, ihn abzuwehren, oder? Egal, was ich im Albtraum sehe, ob Mann oder Frau oder ein Tier, das bin ich alles selbst. Wenn ich etwas ablehne oder Angst davor habe, halte ich es von mir fern. Doch dadurch bin ich in der Trennung und leide. Des-

zu schwimmt, springst du ihm ins Maul. Denn du bist es ja selbst. Jetzt steht dir der entscheidende Moment bevor, der von großer Bedeutung ist. Diese Zähne beißen sich in dich hinein! Doch es tut nicht weh! Es ist nur die Angst vor dem Schmerz, die, wie sich nun zeigt, unbegründet ist. Diese Zähne drücken auf die Akupunkturpunkte, die sich auf den Meridianlinien befinden, als wären es Akupunkturnadeln. Dadurch werden Blockaden gelöst, und die Energie kann wieder frei fließen, da Heilung nur durch den Körperkontakt erfolgen kann.

Dasselbe gilt auch für alle anderen Tiere mit Zähnen oder scharfen Krallen. Du bist immer du selbst. Wenn man sich selbst nicht annimmt, verpasst man die Chance, dass diese Tiere an die Akupunkturpunkte gelangen und Blockaden lösen. Hier geschieht natürlich kein Tod, sondern man erlebt seine eigene »Wiederauferstehung«, die von Heilung und innerem Frieden begleitet wird. Man muss sich nur darauf einlassen.

**TV:** Es gibt viele verschiedene Arten, im Traum zu sterben. Was macht man zum Beispiel, wenn man im Wasser ertrinkt?

halb ist es wichtig, dass man lernt, im Traum jedes Symbol zu umarmen und sich daran zu erinnern, dass man immer man selbst ist, egal, was man in seinen Albträumen begegnet.

Du befindest dich im Element Wasser. Du schwimmst im Wasser und plötzlich ist der Weiße Hai vor dir. Was machst du? Aus Angst möchtest du zunächst rasch wegschwimmen. Doch wenn du selbst das Symbol des Weißen Haies bist, sagst du dir: »Lass uns knuddeln«. Wenn nun der Weiße Hai sein Maul aufreißt und mit seinen riesigen Zähnen auf dich

**Bartosz Werner:** Das ist ein wunderschönes Beispiel. Schließlich sind wir im Element Wasser, und Wasser steht für die Gefühle. Folglich kann man in seinen eigenen Gefühlen nicht ertrinken. So ist das Element Wasser ein wichtiger Anteil von mir selbst und lässt mich nicht ertrinken, denn unter Wasser kann man im Traum wunderbar atmen. Man kann sich sogar auf den Boden des Ozeans aufschlagen lassen – im positiven Sinne. Wenn man alles losgelassen hat, wacht man mit einer unglaublich positiven Energie auf, die den Körper durchströmt – unabhängig davon, ob man ge-

rade unter einer Depression oder einem Burn-out leidet.

Ich selbst litt unter einem Burn-out, und dies war der Grund, um überhaupt mit dieser Traumarbeit zu beginnen. Der Burn-out löste sich in diesem Moment auf – für diesen Tag. Später kamen die Symptome zwar wieder, doch ich hatte für mich diesen Schatz der Erkenntnis gefunden. Ich wusste, dass ich meine emotionale Situation meistern werde, wenn ich mich auf den Tod im Traum einlasse, vor allem im Element des Wassers. Deswegen kann ich nur empfehlen, sich von jedem Hai, jeder Piranha, jedem Krokodil beißen zu lassen. Denn auf diese Weise kann wieder Harmonie und emotionales Gleichgewicht entstehen.

**TV:** Was passiert, wenn beispielsweise deine Wohnung brennt?

**Bartosz Werner:** Das ist ein hervorragendes Beispiel. Das waren Traum-erlebnisse, die ich im dritten Lehrjahr meiner eigenen Reise erfuhr. Wir sind im Element Feuer. Im Laufe der Zeit wird man merken, dass die vier Elemente Erde, Wasser, Feuer, Luft und am Ende das Licht eine große Rolle spielen. Auch heilige und religiöse Symbole tauchen in der Traumwelt auf. Bevor ich mit der Traumarbeit begann, hatte ich nichts mit Religion oder Spiritualität am Hut. Ich begreife mich selbst eher als einen Naturwissenschaftler und einen boden-



und plötzlich alles retten will, ist das ein klassischer Fall aus diesem Element. Im Traum steht Feuer für Erkenntnis. Wie bereits gesagt, jedes Element repräsentiert den eigenen Selbstanteil: Man ist selbst das Feuer. Im Klartext bedeutet es: Alles muss verbrannt werden. Im Traum gibt es keine Form. Es gibt keine Anhaftung. Wenn man die Wohnung, die Stadt, seinen Körper und somit alles verbrennt, können daraufhin Wiesen, Bäume, Natur und neues Leben entstehen. Dafür gibt es eine schöne Übung, die ich

unseren Körper brennen, wir brennen wie eine Flamme. Wir verbrennen den Tisch, den Raum, alles um uns herum. Wir lassen alles abbrennen, bis nichts übrigbleibt. Lassen wir es schön brennen! Einfach brennen wie eine Fackel. Auf einmal entsteht Ruhe und innerer Frieden. Die ist ein einfaches Werkzeug, um sich zu erden und zu entspannen. Um ins Jetzt zurückzukehren, darf man nicht an seinem Körper, seiner Logik oder an irgendetwas festhalten. Diese Visualisierungsübung ist so kraftvoll, weil sie dich alles loslassen lässt.

**TV:** In deinem Buch »Transzendentes Träumen: Eine abenteuerliche Reise zum Ursprung unseres Seins« beschreibst du viele Träume. In einem Traum wird man beispielsweise von Außerirdischen entführt. Wie deutest du diese Art von Träumen?

**Bartosz Werner:** Nun sind wir im Element Luft gelandet, und die Träume im Luft-Element sind verdammt realistisch. Infolgedessen glaubt man tatsächlich, dass man gerade von Außerirdischen entführt wird. Jetzt liegt man auf einer Bahre und wird seziert. Was haben wir bisher von Carl Gustav Jung gelernt? Wir

## Um ins Jetzt zurückzukehren, darf man nicht an seinem Körper, seiner Logik oder an irgendetwas festhalten.

ständigen Menschen. Doch ich ließ mich auf den Traum ein und öffnete einen Vorhang, der mir mystische und religiöse Phänomene offenbarte, mit denen ich mich auseinandersetzen musste. Das Element Feuer war ebenfalls dabei. Wenn man in einem Albtraum ist, in dem die Wohnung brennt und man drinnen steht

gerne kurz beschreiben möchte.

Wir sind also im Element Feuer und wissen, dass wir alles verbrennen. Infolgedessen stellen wir uns vor, wie wir selbst anfangen zu brennen. Als erstes nehmen wir die Hand, die zu brennen beginnt. Das Feuer breitet sich weiter über den ganzen Körper aus. Wir lassen

## Genießt die Show! Das Einzige, was man nun tun muss, ist nichts zu tun.

sind alle wir selbst, und das ist auch gut so! Denn somit sind wir selbst der Außerirdische, und wenn wir ihn ablehnen, wird er seinen Job nicht machen und uns nicht operieren. Wenn wir wissen, dass der Außerirdische, die Bahre, all die Sägen und Messer, die um uns herum liegen, wir selbst sind, lassen wir es zu. Denn sie wissen, was sie tun. Sie sind hier, weil in uns etwas im Ungleichgewicht sein muss. Das Element kommt zu uns, um uns wieder ins Gleichgewicht zu bringen, also lässt man das Sezieren bei vollem Bewusstsein zu. Ich nenne das: »Enjoy the show«. Genießt die Show! Das Einzige, was man nun tun muss, ist

völlig irrelevant. Du bist du selbst. Es ist auch völlig irrelevant, wofür die Aliens als Symbol oder Metapher stehen. Sie tackern dich wieder zu. Du bleibst entspannt, du genießt die Show. Die Aliens verwandeln sich in Ärztinnen und Ärzte. Sie werden somit wieder »normal«, und früher oder später werden sie zu deinen Mentoren und Mentorinnen, die dich weiterhin begleiten werden. Deshalb ist es wichtig, diesen Prozess zuzulassen.

Eins muss ich hinzufügen: Dieser Vorgang ist selbstverständlich beängstigend, denn man wird von diesen Außerirdischen an eine Bahre geknebelt, gefesselt und festgebunden. Doch das ist



nichts zu tun. Beobachte und lasse zu. Du bist du selbst, der auf sich zugreift. Es kann sein, dass die Aliens die Motorsäge nehmen und tief in deine Wirbelsäule bohren. Sie könnten dich öffnen, dein Gehirn öffnen, irgendetwas hineintun oder irgendetwas herausnehmen. Das ist

von entscheidender Bedeutung, weil dies zu unserem eigenen Schutz geschieht. Es ist natürlich, dass, wenn euch plötzlich jemand festhält, ihr euch wehrt. Doch wehrt euch nicht. Genießt die Show. Dieser Vorgang dient dazu, euch zur völligen Ruhe zu führen. Es handelt

sich um einen Schutzmechanismus, der garantiert, dass es keinen Schmerz gibt. Falls ihr euch dagegen wehrt, könnte der Traum abgebrochen werden, und ihr habt euch die Chance entgehen lassen, euch mit euch selbst zu versöhnen. Also bleibt ruhig, lasst sie machen, was sie wollen. Alles wird gut, und sie verschwinden für immer.

**TV:** Du hast ein gutes Stichwort genannt: sich nicht wehren. Denn es kann schnell passieren, dass der Traum abreißt, wenn man beginnt, sich zu wehren, oder?

**Bartosz Werner:** Ja, weil man in dem Moment vor sich selbst flieht und nicht in die Einheit und somit in die eigene Vereinigung geht. Der Traum zerbricht, weil man vor sich selbst wegläuft.

**TV:** Genau, man trennt sich wirklich von sich selbst. Das Schlimmste, was man tun kann, ist es, sich von sich selbst zu trennen und zu dissoziieren. Heilung wiederum besteht darin, wieder mit sich selbst in Kontakt zu treten und sich mit sich selbst zu verbinden. Diese abgespaltenen Anteile, die nach außen projiziert werden, müssen wieder zu dir geholt werden.

**Bartosz Werner:** So ist es, keine Frage. Heilung geschieht, indem man die Außerirdischen ihre Arbeit machen lässt. Sie haben die Weisheit und die Technik dazu, die Blockaden zu lösen. Sie können außerdem auf die Akupunkturpunkte und auf die Meridianlinien zugreifen und auch auf alles, was noch im feinstofflichen Körper vorhanden ist! Mit all dem können sie den Körper wieder ins Gleichgewicht bringen.

**TV:** Was machst du, wenn du beim Einschlafen im Dämmerzustand das Gefühl hast, dass dich Hände oder andere Menschen berühren?

**Bartosz Werner:** Das kommt öfter vor, als man denkt. Besonders im zweiten Lehrjahr habe ich dies vermehrt erlebt. Das sind taktile Halluzinationen. Man befindet sich im Dämmerzustand und hat das Gefühl, dass Geisterhände oder

**Traum und Erwachen sind zwei Seiten einer Medaille.  
Wir kommen durch das Träumen zum Erwachen, nicht umgekehrt.  
Das Wachsein führt uns nicht zum Erwachen, sondern das Träumen.**



irgendwelche Hände den eigenen Körper anfassen und berühren. Das macht einem erst einmal Angst, keine Frage. Angst ist eine natürliche Reaktion, doch, und das ist wichtig, ob das nun transzendente Träume oder Albträume sind, es wird nichts von dir verlangt, wofür du nicht bereit bist. Dir wird nur der Aspekt offenbart, bei dem das Unbewusste weiß, dass du mutig genug bist, um die Herausforderung zu meistern. Nichts Schlimmeres. Die Hände in dem Dämmerzustand weisen auf das hin, was in dir im Ungleichgewicht ist. Was haben wir gelernt? Auch diese sind wir selbst. Das heißt, wenn wir die Hände ablehnen, lehnen wir auch uns selbst ab. Ich weiß nicht, welche Dimension wir genau ablehnen, aber wir lehnen sie ab. Es ist das Gleiche wie mit den Außerirdischen oder mit dem Hai. Ich lasse mich anfassen, ich lasse es zu, egal was sie mit mir vorhaben. Was ich nun beschreibe, habe ich selbst oft im Traum erfahren: Diese Geisterhände dringen in deinen

Körper ein und greifen in die Wirbelsäule. Bei mir sah die Wirbelsäule wie ein Schlauch aus, und ich war mir nicht einmal bewusst, dass sie leicht verrenkt war. Sie griffen in diesen krummen Schlauch und richteten ihn auf. Ich wusste nicht, dass meine Wirbelsäule nicht gerade war, doch die Hände begradigten sie, und plötzlich strömte Luft durch meinen Unterkörper. Geistige Luft. Das Element Luft durchströmte mich, und ich konnte aufatmen. Als ich aufwachte, fühlte ich mich erholt und gänzlich entspannt, konnte wieder richtig durchschlafen und diese Verrenkungen kamen später nicht mehr zurück.

Es war anscheinend wichtig, dass meine spirituelle, feinstoffliche Wirbelsäule wieder zum Ursprung kommt und ich wieder atmen kann. Das Interessante dabei ist, dass man sich oftmals nicht bewusst ist, wo man im Körper verspannt ist oder wo etwas nicht stimmt. Man muss diese Eingriffe annehmen, weil man es selbst ist, der sie vornimmt.

**TV:** Das ist die Weisheit des Körpers selbst. Der Körper weiß am besten, wie er sich wieder aufrichten kann. Es gibt viele verschiedene Arten, wie man zu Tode kommen kann. Wie ist es zum Beispiel, wenn man irgendwo herunterstürzt? Man stürzt von einer Klippe oder allgemein in den Abgrund. Wofür ist das gut?

**Bartosz Werner:** Die Träume, die ich gerade erwähnt habe, sind fortgeschrittene Träume. Wenn man sich am Anfang auf die Ebene der Transzendenten Träume begibt und sich auf den Tod im Traum einlässt, wacht man in wunderschönen, realistischen, märchenhaften Landschaften auf. Es herrscht Ruhe und Frieden. Es wird Vertrauen aufgebaut. Du bist willkommen in diesem Heiligen Land. Nach und nach, da du dich damit beschäftigst, wird dir in den Träumen angeboten, aktiv zu sterben, also, dich fallen zu lassen. Bestimmt hattest du solche Träume, in denen du auf einer Klippe stehst oder auf einem Hochhaus oder

auf einem anderen hohen Abhang? Womöglich hast du Angst vor dieser Höhe? Doch das ist ein Zeichen dafür, dass du als Held oder Heldin bereit bist, diese Herausforderung anzunehmen. Was bedeutet das für dich? Auch die Höhe, der Berg – das bist ganz du selbst. Deswegen springe hinunter und genieße den freien Fall. Das Spannende ist, dass du bereits in einem luziden Traum bist. Du weißt, dass du träumst, ansonsten würdest du nicht den Mut in dir fassen können, herunterspringen. Du kannst dich fallen lassen und wie Superman wegfliegen und alles hinter dir lassen. Das ist eine Form von Freiheit, die einem das Klarträumen ermöglicht. Du wachst entspannt auf, weil du die Angst hinter dir gelassen hast. Das ist wunderbar. Die tiefgehende Erfahrung ist jedoch, die Augen zu schließen und sich in den Abgrund fallen zu lassen. Jetzt ergeben sich zwei Möglichkeiten: Da man immer noch ein wenig Angst hat, prallt man auf und der Boden gibt dabei nach – wie im Film *Matrix* – wie eine Beule und man wacht auf. Aber

## Die eigenen Vorurteile gegenüber diesen Wesen sind es, die uns davon abhalten, auf sie zuzugehen.

aufgebaut, dass einem im Traum nichts passieren kann. Die andere Möglichkeit ist, wenn man keine Angst mehr vor dem Aufprall hat, dass man mit geschlossenen Augen durch den Boden fliegt und auf der Ebene der Transzendenten Träume landet, wo die emotionale Arbeit an sich selbst beginnt.

**TV:** Man kann viele schöne Dinge im Traum-Tod erleben. Wie ist es im Traum, wenn man komischen Tieren wie Spinnen begegnet, vor denen man sich ekelt? Oder Menschen, die einem unsympathisch sind? Wäre das etwas, was man auch im Wachzustand üben könnte?

ablehnst, bist du in der Trennung und damit weiter von der Heilung entfernt. Um diese Trennung aufzuheben, umarmst du sie. Du nimmst die Spinne, oder was auch immer es ist, in die Arme und umarmst es. Du knuddelst es sogar. Das Interessante ist: Unabhängig davon, wie eklig es aussieht, es wird süß schmecken. Es wird wie Puderzucker oder wie leckeres Eis schmecken – es wird köstlich sein! Die eigenen Vorurteile gegenüber diesen Wesen sind es, die uns davon abhalten, auf sie zuzugehen. Aber durch den direkten Kontakt mit den Sinnen, der Geschmackssinn miteinbezogen, sieht die Sache anders aus. Ich habe schon alles mögliche Eklige im Traum gegessen, und es schmeckte letztlich immer süß. Wenn man diese Erfahrungen in den Alltag mitnimmt, wird man gelassener, da man sich vor vielen Dingen deutlich weniger ekelt. Man kann folglich das Ekelgefühl besser kontrollieren und ist im Gleichgewicht damit. Ekel ist ein wichtiger Schutzmechanismus. Doch manchmal ist der Ekel so stark, dass er einen daran hindert, den Alltag zu leben und zu genießen. Demzufolge ist jede Form von Ekel im Traum unbegründet. Es ist von entscheidender Bedeutung, dass man sich mit den Ekelgefühlen aussöhnt, um sie im Leben nicht länger als Belastung zu empfinden.

Mit Menschen verhält es sich ähnlich, denn die Vorurteile, die wir auf andere projizieren, sind wir immer selbst, und folglich erleben wir uns als getrennt. Wenn es einem im Wachleben nicht gelingt, auf eine bestimmte Person zuzugehen, kann man sich vor dem Einschlafen diese Person in den eigenen Traum wünschen: »Komm doch im Traum zu mir.« Daraufhin weiß man, dass man es selbst ist, und kuschelt selbstverständlich



diese Angst ist unbegründet, denn es gibt keinen Boden. Der Boden bist du selbst. Wenn du das ablehnst, trennst du dich vom Boden und von allem, was darunter ist. Gleichzeitig merkt man, dass man nicht gestorben und im Traum unsterblich ist. So wird das Vertrauen weiter

**Bartosz Werner:** Sich mit dem Ekelgefühl auseinanderzusetzen, ist ein wichtiger Teil des Heilungsprozesses. Stell dir vor, du befindest dich in einem Alptraum und siehst eine große Spinne vor dir. Wie wir bereits wissen, gilt: Du bist es immer selbst. Wenn du die Spinne





dich wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Durch die Vereinigung versöhnst du dich mit deiner männlichen Energie, und dabei wird sich der Brad-Pitt-Verchnitt immer mehr in einen normalen Mann verwandeln. Das bedeutet, dass du diese Vorstellung von einem schönen Mann nicht länger auf andere Männer projizierst. Dabei lösen sich folglich auch die drei Damen mit ihren Ängsten und Sorgen auf. Infolgedessen wirst du dich selbst in jeder Hinsicht wertvoller wahrnehmen und dich nicht mehr so klein fühlen. Es ist überaus wichtig, sich mit dieser Energie zu verbinden, da man die gesamte Zeit über man selbst ist.

**TV:** Nun haben wir den Bogen weit gespannt: vom grausamsten Tod bis zum schönsten Erlebnis, das man als Mensch machen kann, sich mit dem schönsten Menschen zu verbinden, den man finden kann. Was ist die Schlussfolgerung aus unserer Todeserfahrung im Traum? Nach all dem, was ich von dir gehört habe, denke ich, dass es darum geht, sich selbst zu integrieren.

**Bartosz Werner:** Ich stimme dem zu. Es geht um die Vereinigung mit sich selbst, samt allen Aspekten, auch mit denen, die man als Schattenanteile bezeichnet. Das Ziel ist eine vollständige Versöhnung, die zu mehr innerer Ruhe und Entspannung führt.

**TV:** Auf diese Weise erleben wir uns als ewige Wesen, als welche wir in den spiri-

miteinander. Die Antwort ist immer dieselbe, und am Ende hat sich bei mir alles ins Positive entwickelt.

**TV:** Was machst du, wenn du eine Frau bist und einem attraktiven Mann begegnest? Du möchtest dich ihm zwar hingeben, bist aber womöglich verheiratet? Was bedeutet das?

**Bartosz Werner:** Das ist ein schönes Beispiel. Ich berichte aus einem anonymen Traum, der mir aus der weiblichen Perspektive geschildert wurde. Die Handlung kann aber genauso auf einen Mann übertragen werden. Ihr seid in einem transzendenten Traum und seht einen grandiosen Mann, euren Traummann. Er ist in jeder Hinsicht unglaublich sexy, und eure eigene Sexualität fühlt sich wie ein Magnet zu ihm angezogen. Die Sexualität in diesen Träumen ist einfach stark. Man wird angezogen. Auf der anderen Seite stehen drei mür-

rische Damen, die zu dir sagen: »Du bist verheiratet. Das darfst du nicht. Das darfst du nicht machen.« Sie stehen für dein angelerntes Gewissen – in diesem Fall eine (übertriebene) Angst. Doch es verhält sich wie jedes Mal: Dieser schöne Mann bist du selbst. Nichts anderes, und wenn du nicht in die Vereinigung gehst,

trennst du dich von dir selbst. Nun egal, ob du verheiratet oder in einer Beziehung bist, begeben dich in diese Situation. Rein in den Spaß, rein in die Umarmung. Er wird deine Wirbelsäule erreichen und die Akupunkturpunkte für sich nutzen, um

**Das, was sterben kann, ist das,  
was nicht wahrhaftig zu uns gehört.**

tuellen Traditionen beschrieben werden. Das, was sterben kann, ist das, was nicht wahrhaftig zu uns gehört. Dies sind unsere Pseudo-Identifikationen und temporären, äußeren Zuschreibungen. Das ist mein Haus, das ist mein Land, das ist



### Das Buch zum Interview:

**Bartosz Werner – Transzendentes Träumen, 284 S., Pb., 12,99 €**

mein Körper. Doch auch unser Körper ist natürlich sterblich. Niemand hat seinen eigenen Tod überlebt. Nicht einmal Jesus, nicht einmal Buddha, nicht einmal Krishna. Das ist normal. Wir sind mehr als eine temporäre äußere Zuschreibung wie »Ich bin ein Mann«, »Ich bin ein Deutscher«, »Ich bin ein Schriftsteller«. Es geht darum, zu unserem wahren Wesen, zu unserer wahren Identität zu finden, und das, was sterben kann, ist nicht unser wahres Selbst.


**Bartosz Werner:** Ich kann das nur bestätigen, denn ich habe erlebt, wie es ist, wenn man immer mehr in die Versöhnung kommt und sich gleichzeitig immer mehr dem Tod hingibt. In vielen Träumen wurden mir die Arme vom Körper abgetrennt oder der Kopf vom Rumpf. Ich wurde von meinem ganzen Körper befreit. Was befindet sich nun darunter? Das Traum-Ich hat nichts mit dem eigenen subjektiven Ich aus der Realität zu tun.

Wenn man im Traum von jeder Form befreit ist, auch von seiner körperlichen Hölle, gelangt man zu seinem Ursprung. Es ist wichtig, sich von der Vorstellung eines Körpers im Traum zu befreien, um auf diese geistige Ebene und damit auf den Geistkörper, der man schon immer war, zurückgebracht zu werden. Ich entdeckte viele Hinweise, die darauf hindeuten, dass unser unsterbliches Traum-Ich bereits der

vollkommene Geist ist. Er zeigt sich dann, wenn wir uns von jeder Form der Logik, der Körperlichkeit, des Materialismus lösen. In solchen Momenten ist das Traum-Ich bereits der beobachtende und allumfassende Geist.

**TV:** Genau. Wir haben nun einen großen Bogen durch die Ontologie des Traums gemacht, also: was ist was und wer sind wir wirklich – auch im spirituellen Sinne. Diese transzendenz-offene Wissenschaft oder Philosophie betrachtet die Wirklichkeit von uns selbst, also wer wir sind. Transzendenz-offen bedeutet, dass sie sich mit dem befasst, was sich jenseits der materiellen Erscheinungsform, jenseits dieser 3D-Realität, die wir »Wachzustand« nennen, befindet. Man erkennt an, dass noch weitere Realitäten und Welten existieren. Wenn wir uns mit diesen Realitäten beschäftigen, begreifen wir mehr und mehr, dass das Geistige, die geistige Welt mit geistigen Führern und Wesenheiten bis hin zu Göttin-Gott ebenfalls real sind. Zumindest kann man dies hypothetisch annehmen, und anschließend sieht man, welche Ergebnisse sich offenlegen. Gemäß deinen Erläuterungen lassen sich solche Ergebnisse auch nach den Transzendenten Traum-erfahrungen feststellen: Heilungs- oder Wachstumsprozesse oder Erfahrungen des inneren Friedens und des Erwachens. Letztlich ist das spirituelle Erwachen der Zustand der Wirklichkeit, den wir im Traum erleben. Traum und Erwachen sind zwei Seiten einer Medaille. Wir kommen durch das Träumen zum Erwachen, nicht umgekehrt. Das Wachsein führt uns nicht zum Erwachen, sondern das Träumen.

**Bartosz Werner:** Ja, genau. Wenn man darüber hinaus den Tod mit einbezieht, ist es nichts anderes als ein Loslassen von allen möglichen Konzepten. Danach gelangt man auf diese Ebene, die du gerade wunderbar beschrieben hast, zum Erwachen. Der vollkommene Geist erwacht in einem selbst.

**TV:** Wunderbar. Vielen Dank für dieses aufschlussreiche Gespräch. 

### Artikel zum Thema

**TV 86:** Bartosz Werner – Entfaltung geistiger Talente und mystische Begegnungen mit dem »schamanischen Tod« im Traum

**TV 83:** Bartosz Werner – Transzendentes Träumen. Mystische, spirituelle und religiöse Erfahrungen mit dem »schamanischen Tod« im Traum

**TV 81:** Schwerpunkt: Das Unbewusste. Mythen, Träume und Symbole

**TV 72:** Marcus Schmiede – Über den Tod und das Leben. Und wie beides zusammen gehört

**TV 38:** Prof. Dr. Stanislaw Grof – Außergewöhnliche Bewusstseinszustände. Heilung durch transpersonale Psychologie

**TV 01:** Sacinandana Swami – Was ist Wirklichkeit? Zur Unterscheidung von Traum und Realität

**OS 20:** Ronald Engert – Was ist Spiritualität?

**OS 20:** Vivian Dittmar – Gefühl, inneres Navi, Intuition

Viele weitere Beiträge auf unserer Webseite: [www.tattva.de/artikelsuche](http://www.tattva.de/artikelsuche)

Volltextarchiv: [members.tattva.de](http://members.tattva.de)

Online-Symposium OS 2017 und 2019: [www.wissenschaft-und-spiritualität.de](http://www.wissenschaft-und-spiritualität.de)

### Zum Autor

**Bartosz Werner** ist Filmregisseur, Autor und Dozent für Regie, Storytelling und Mediendesign an verschiedenen Fachhochschulen und Medienakademien. 2022 erschien sein Buch »So bekommen Sie ihr Drehbuch in den Griff« im Halem-Verlag. Zu seinen wichtigsten Kino- und Fernsehfilmen als Regisseur zählen »Anderst Schön«, »Unkraut im Paradies« und »Preußisch Gangstar«. Seine persönliche Reise durch das Reich der transzendenten Träume beschreibt er in seinem Buch »Transzendentes Träumen – Die abenteuerliche Reise zum Ursprung unseres Seins«.

[transzendenter-traum.de](http://transzendenter-traum.de)

[youtube.com/@transzendenter-traum](https://youtube.com/@transzendenter-traum)

