

# Wie führt man eine „Einspielung“ durch?

## *1. Allgemeine Vorbereitung*

Sicherlich ist der Hinweis nicht verkehrt, dass bei einem Kontaktversuch sowohl der äußere Rahmen, als auch die innere Einstellung des Experimentators stimmen sollte. Wenn auch die folgenden Ratschläge noch lange keine Garantie für eine erfolgreiche Einspielung sind, so helfen sie doch möglicherweise mit, dass die Bedingungen für eine Kontaktaufnahme verbessert werden.

- Wählen Sie für ihren Kontaktversuch einen ruhigen Ort aus, wo Sie nicht durch laute Außengeräusche (Verkehrslärm, Arbeitsgeräusche usw.) gestört werden.
- Bemühen Sie sich von Anfang an um Kontinuität, indem Sie die Kontaktversuche regelmäßig möglichst zum gleichen Zeitpunkt durchführen. Wenn sie die Einspielgeräte nur dann einschalten, wenn Sie gerade einmal Zeit dazu haben oder nichts Besseres zu tun wissen, sind die Aussichten auf Erfolg gering.
- Spielen Sie nicht täglich ein, auch wenn Sie noch so fasziniert sind von dem Phänomen der Tonbandstimmen. Die Begründung dafür finden Sie im Abschnitt 2
- Atmosphärische Bedingungen haben offenbar Einfluss auf die Kontakte: gewittrige Wetterlagen, Unwetter oder sonstige atmosphärische Störungen scheinen ungünstig zu sein, klares Wetter dürfte förderlich sein. Scheuen Sie sich deshalb nicht, einen Kontaktversuch bei extremen Wetterlagen auch einmal ausfallen zu lassen.
- Schlechte Voraussetzungen sind Unkonzentriertheit, Stresssituationen und depressive Stimmungslagen (negative Schwingungen). Beginnen Sie einen Kontaktversuch erst, wenn es Ihnen gelungen ist, innerlich Abstand zu gewinnen von der Hektik und dem Stress des Alltags.
- Um diese innere Ruhe zu erreichen, sollten Sie sich entspannen und Ihre Gedanken auf den bevorstehenden Kontaktversuch richten.
- Dazu können Sie meditieren (sofern Sie das gelernt haben), eine entspannende Musik hören (die „Sandelan“-Cassetten eignen sich sehr gut dafür) oder ganz einfach ein gutes Gespräch mit Teilnehmern führen, sofern Sie in einer Gruppe zusammensitzen. Vielleicht genügt es schon, sich nur entspannt hinzusetzen. Auf manchen wirkt auch eine brennende Kerze positiv (das hat nichts mit esoterischem Hokusfokus zu tun).
- Setzen Sie sich nicht unter Erfolgsdruck, denn Einspielergebnisse lassen sich nicht erzwingen.
- Üben Sie sich in Geduld, wenn keine oder nur wenige Jenseitsstimmen auftreten. Allein zum Trost sei gesagt, dass es auch bei erfahrenen Experimentatoren, die sich schon jahrelang mit den Tonbandstimmen beschäftigen, immer wieder Schwankungen gibt, was die Einspielergebnisse betrifft.
- Bedenken Sie, dass „Einspielungen“ kein Spiel sind, auch wenn das Wort etwas mit „spielen“ zu tun hat. Die damit zusammenhängenden Gefahren sind im Kap. 5 näher beschrieben.
- Richten Sie keine banalen Fragen an die Transpartner, die Sie nicht als Angestellte in einem Auskunftsbüro- ansehen sollten. Auf dumme Fragen gibt es in der Regel auch dumme oder überhaupt keine Antworten.
- Seien Sie nicht egoistisch oder unzufrieden, wenn Sie keine persönlichen Mitteilungen erhalten. Freuen Sie sich über jede Jenseitsstimme, denn ihr Zustandekommen scheint nach wie vor nicht einfach zu sein.
- Machen Sie sich auf keinen Fall in Ihren Entscheidungen abhängig von den Transmitteilungen. Entscheidungen für Ihr jetziges Leben müssen Sie selbst treffen. Bezeichnend dafür sind mehrere Aussagen der Transwesenheit ABX Juno, in denen es hieß:

**„Wir werden nicht direkt in Ihren irdischen Lebensweg eingreifen.“ (27.07.1987)**

„So, wie Sie frei sind zu handeln, sind Sie auch frei, sich des Handelns zu enthalten. Und wo Sie ‚Nein‘ sagen können, können Sie auch ‚Ja‘ sagen.“

(02.12.1987)

- Wenn mehrere Personen an einem Kontaktversuch beteiligt sind, ist die Harmonie untereinander wegen der positiven Schwingungen sehr wichtig.

Selbst wenn alle äußeren Bedingungen und die innere Einstellung der beteiligten Personen positiv sind, ist das noch lange keine Gewähr dafür, dass sich Kontakte ergeben. Was sagte die Wesenheit ABX Juno am 3. August 1987 ganz treffend zu diesem Aspekt?

**„Sehen Sie es so: Ohne unser freundliches Zutun wären auch Ihre intensivsten Bemühungen vergebens.“**

## ***2. Zeitpunkt und Dauer***

Grundsätzlich kann man einen Kontaktversuch zu jeder Tageszeit durchführen. In der Regel wird man jedoch die Abendstunden dafür wählen, wenn man etwas Abstand zu der Hektik des Alltags gewonnen hat, lästige Telefonanrufer vor dem Fernsehgerät sitzen, aber auch die Umweltgeräusche (Verkehrsmittel, Arbeitsgeräusche, Kinderlärm usw.) abgenommen haben.

Wer bei seiner Einspielung ein Radiogerät verwendet, wird kaum umhin können, die Zeit nach 20 Uhr für seinen Kontaktversuch zu wählen, weil dann die Senderlage (speziell im 41 m-Band des KW-Bereichs) völlig anders als in der übrigen Tageszeit ist. Fremdsprachensender (besonders aus dem slawischen Raum) sind dann viel besser zu hören und können als Sprachhintergrund genutzt werden. Tagsüber können deutsche Sender unangenehm stark durchschlagen, was zu Fehldeutungen beim Abhören der Aufnahme führen kann.

Ganz wesentlich ist, dass man die Einspielung möglichst immer zum gleichen Zeitpunkt durchführt, denn dadurch können sich auch die jenseitigen Freunde besser auf den Kontakt einstellen. Überlegen Sie, welcher Wochentag in der Regel frei von sonstigen regelmäßigen Verpflichtungen ist und an dem Sie konsequent Ihre Einspielungen vornehmen können. „Gleicher Tag zu gleicher Zeit“ ist ein wichtiger Grundsatz, der aufgrund der bisherigen Erfahrungen gebührende Beachtung verdient. Das heißt natürlich nicht, dass sich jeder sklavisch daran gebunden fühlen muss. Doch eine gewisse Konstanz ist sicherlich von großem Vorteil für die Entwicklung von Kontakten.

Für die Dauer eines Kontaktversuchs gibt es natürlich keine Norm. Gerade am Anfang ist die Gefahr groß, dass man sich zeitlich überschätzt. Man muss nämlich immer bedenken, dass zu jeder Einspielung auch immer das Abhören des Bandes gehört. Und das kostet stets ein Mehrfaches an Zeit gegenüber dem eigentlichen Kontaktversuch! Wer um eine intensive Kontrolle bemüht ist (davon sollte man bei jedem Kontaktsuchenden ausgehen), wird sich wundern, wie groß der erforderliche Zeitaufwand für das Abhören ist.

Wer damit noch keine oder nur wenig Erfahrung hat, sollte sich beschränken und anfangs vielleicht nur 5 bis 10 Minuten für eine Einspielung vorsehen. Kommt anschließend noch die Zeit für das Abhören und Protokollieren (siehe auch Kap. 3.5.3.) hinzu, ist recht schnell ein Zeitaufwand von einer Stunde erreicht. Zu bedenken ist auch, dass das Abhören wegen des anstrengenden und konzentrierten Hinhörens recht ermüdend ist. Abends ist das menschliche Gehör zudem nicht mehr so aufnahmefähig und ausgeruht. Deshalb ist es sinnvoll, sich bei seinem Kontaktversuch zu beschränken (dabei ruhig einmal auf die Uhr blicken!), danach das Band einmal abhören und sich dabei die Stellen mit Hilfe des Bandzählwerks des Aufnahmegerätes zu notieren, wo man glaubt, paranormale Einblendungen festgestellt zu haben. Erst am nächsten Tag sollte man ein weiteres Mal das Abhören vornehmen, wenn das Gehör wieder aufnahmefähiger und ausgeruht ist. Und das kostet auch wieder Zeit!

Wer mit mehreren Personen gemeinsam einspielt, wo ja normalerweise jeder Einzelne etwas sagen oder fragen möchte, wird sich wundern, welche Ausmaße der zeitliche Aufwand für nur eine einzige Einspielung annimmt! Deshalb lieber den Kontaktversuch begrenzen und intensiv abhören, damit daraus nicht unbedingt ein „abendfüllendes Programm“ wird.

In diesem Zusammenhang stellt sich auch die Frage nach der Häufigkeit von Kontaktversuchen. Auch wenn jeder letztlich selbst entscheiden muss, wie viel Zeit er für Tonbändeinspielungen investieren will, so sollte man die geschilderten Anmerkungen zum zeitlichen Aufwand nicht aus den Augen verlieren. Für den Ungeübten dürfte ein Kontaktversuch in der Woche ausreichen, denn für das Abhören (das man ja immer noch „lernen“ muss!) wird er mehr Zeit als ein Geübter benötigen, da dieser wohl viel schneller paranormale Einblendungen feststellen kann, weil er deren Eigenheiten bereits kennengelernt hat. Leider hat es schon häufig Menschen (alleinstehende Personen sind erfahrungsgemäss stärker davon betroffen) gegeben, die vom häufigen Einspielen so fasziniert wurden, dass daraus geradezu eine Sucht geworden ist. Die daraus resultierenden Gefahren werden im Kap. 4 angesprochen und sollten unbedingt Beachtung finden.

## ***3. Was soll ich denn nur sagen?***

Für denjenigen, der noch keine Einspielung durchgeführt bzw. noch nicht an einer solchen teilgenommen hat, ist es zumindest „ungewohnt“, wenn jemand angesprochen und begrüßt wird, der nicht sichtbar im Raum anwesend ist oder mit dem telefoniert wird. Das mag zunächst irritieren und zur „Sprachlosigkeit“ führen. Auch wenn man die Transpartner nicht vor Augen hat, so kann man doch getrost davon ausgehen, dass sie anwesend sind und zuhören. Deshalb sollte man von Anfang an darum bemüht sein, sich ganz natürlich und unverkrampft zu geben. Sprechen Sie ganz normal, so, als würden Sie sich mit einem guten Freund unterhalten.

## ***Wie fängt man nun an?***

Nachdem man die Jenseitsfreunde begrüßt hat, sollte man sagen, wer man ist (Namen nennen) und den Zeitpunkt der Einspielung angeben (Wochentag und Datum). Beides ist für die spätere Identifizierung und Archivierung der Tonbandaufnahme (siehe auch Kap. 3.5.3.) von grundlegender Bedeutung.

Auch sollte man nicht vergessen, um guten, klar verständlichen Kontakt zu bitten. Vielleicht ist es auch sinnvoll, danach zu fragen, wer auf jenseitiger Seite anwesend ist und Kontakt aufnehmen will.

Möglicherweise könnte man so beginnen:

Liebe jenseitigen Freunde,

heute ist Donnerstag, der x. Mai 19xx

Hier meldet sich (Namen nennen) in (Ort der Einspielung angeben)

Ich begrüße Euch alle ganz herzlich zu einem Kontaktversuch.

Bitte, meldet Euch klar und gut verständlich.

Wer ist auf Eurer Seite anwesend und gewillt, mit mir in Kontakt zu treten?

Bitte, meldet Euch!

Normalerweise richtet man anschließend Fragen an die Transpartner und bittet sie um deren Beantwortung. Auch hierfür sollte man eine bestimmte „Taktik“ einhalten. In der Regel stellt man Fragen, auf die es als Antwort nur ein „Ja“ oder „Nein“ geben kann. Wenn man bedenkt, dass diese beiden Wörter ganz kurz und von den Jenseitspartnern oft auch noch schnell gesprochen werden, wird man diese Antworten sehr leicht überhören können. Viel besser ist es, die Fragen so zu formulieren, dass darauf *nicht* einfach nur mit „Ja“ oder „Nein“ zu antworten ist. Folgendes Beispiel könnte das verdeutlichen: die Frage „Soll ich den Orgonstrahler künftig bei Einspielungen verwenden?“ ist eigentlich nur mit „Ja“ oder „Nein“ zu beantworten. Für geeigneter hielte ich dagegen die Frage „Wie wirkt sich der Orgonstrahler auf den Kontaktaufbau aus?“, weil wir damit den jenseitigen Partnern etwas mehr an Informationen entlocken können.

Vermeiden Sie komplizierte Fragen, für deren Beantwortung selbst ein Professor eine Vorlesung benötigen würde. Unsere Jenseitsfreunde sind nämlich (leider) immer noch nicht in der Lage, im Normalfall gleich mehrere Antwortsätze „durchzubringen“.

Ein wichtiger Grundsatz, der ebenfalls gerne übersehen wird, ist der, dass man ruhig und bedächtig spricht, wobei man öfter kleine „Kunstpauzen“ einlegen sollte. Das hört sich zwar recht unnatürlich an, ist aber gerade deshalb von erheblicher Bedeutung, weil die paranormalen Durchgaben oft gerade in diesen Sprechpausen auftauchen. Lassen wir also den Jenseitspartnern genügend Freiraum (Zeit), sich zu artikulieren!

Wenn mehrere Personen gemeinsam einen Einspielversuch durchführen, sollte jeder zu erkennen geben, wenn er seinen „Beitrag“ beenden möchte. Dies kann geschehen, indem man nach einem Dankeswort an die jenseitigen Freunde einfach sagt: „Ich gebe das Wort jetzt weiter“. Damit ist auch einer Verunsicherung („Kommt da noch was?) der anderen Beteiligten vorgebeugt und eine klare Abgrenzung der einzelnen Beiträge erreicht. Außerdem zeigt man auf diese Weise allen im Kreis an, dass man jetzt nicht mehr weitersprechen wird und eine andere Person beginnen kann. Damit es hierbei nicht zu einem Durcheinander kommt, weil verschiedene Personen gleichzeitig zu sprechen beginnen, sollte man die Reihenfolge vorher absprechen.“. Damit ist auch einer Verunsicherung („Kommt da noch was?) der anderen Beteiligten vorgebeugt und eine klare Abgrenzung der einzelnen Beiträge erreicht. Außerdem zeigt man auf diese Weise allen im Kreis an, dass man jetzt nicht mehr weitersprechen wird und eine andere Person beginnen kann. Damit es hierbei nicht zu einem Durcheinander kommt, weil verschiedene Personen gleichzeitig zu sprechen beginnen, sollte man die Reihenfolge vorher absprechen.

Wie man sieht, sind doch einige Punkte zu beachten, wenn man eine günstige Basis für die Kontakte schaffen will. Doch gerade dem Anfänger fällt es oft schwer (wenn es nicht gar unmöglich ist), all die Dinge gleichzeitig zu beachten, die vorstehend beschrieben wurden. Ein ganz einfaches und zudem probates Mittel, sich in die Einspieltechnik hineinzufinden, besteht darin, sich den Text *vor* einem Kontaktversuch aufzuschreiben und dann nur noch abzulesen. Auch das freie Sprechen will schließlich gelernt sein!

#### **4. Kontaktende**

So wie es auch im täglichen Leben üblich ist, sich beim Auseinandergehen zu verabschieden, so sollte man sich auch am Ende eines Kontaktversuchs verhalten.

Es sollte selbstverständlich sein, sich von den Jenseitsfreunden mit einem Dank für deren Bemühungen um das Zustandekommen eines Kontakts zu verabschieden (auch wenn man noch nicht weiß, ob dies überhaupt gelungen ist). Es

dürfte nicht verkehrt sein, wenn man anmerkt, wann man voraussichtlich einen erneuten Kontaktversuch vornehmen will. Das könnte es den Transpartnern erleichtern, sich darauf einzustellen. Oft haben sie schon zu Beginn der nächsten Einspielung mit einem „Wir sind schon da“ zu erkennen gegeben, dass sie auf unsere Kontaktaufnahme bereits gewartet haben.

Den wahren Schlusspunkt sollte das Wort „Kontaktende“ bilden. Damit signalisieren Sie den Transpartnern, dass das Ende des Kontaktversuchs auf unserer Seite erreicht ist und Sie nichts weiteres mehr zu sagen haben. Es ist schon vorgekommen, dass dann von der jenseitigen Seite mit dem gleichen Wort das Ende der Verbindung angekündigt wurde.

Bevor Sie jedoch dieses Abschlusswort sprechen, sollten Sie eine angemessene Sprechpause einlegen, denn es könnte durchaus sein, dass die Jenseitigen noch schnell etwas mitteilen möchten, bevor das „Tor zugemacht“ wird.

Auch wenn Sie das „Kontaktende“ mitgeteilt haben, können Sie das Band ruhig noch eine kurze Zeit weiter aufnehmen lassen, denn es ist durchaus möglich, dass dann doch noch eine Jenseitsäußerung kommt, denn „auf der anderen Seite“ muss ja nicht zwangsläufig auch schon Feierabend sein.

Verabschieden Sie sich so, wie Sie das im täglichen Leben bei guten Freunden auch tun würden – höflich aber unverkrampft.

### **5. Das Abhören**

Es kann zwar vorkommen, dass man eine Tonbandstimme schon während der Aufnahme hören kann, doch ist dies in keinem Fall die Regel. Normalerweise sind paranormale Einblendungen erst beim Abhören des Bandes festzustellen. Dazu muss das Band zurückgespult werden. Um den Anfang der Aufnahme leichter wiederzufinden, sollte man sich angewöhnen, *vor* dem Aufnahmestart das Zählwerk des Recorders immer auf die 000-Position zurückzustellen. An jedem Recorder mit Zählwerk gibt es dazu eine kleine Rückstelltaste.

Dann kann man mit dem schwierigsten Teil eines Einspielversuchs beginnen, nämlich mit dem Abhören. Da die Jenseitsstimmen in den weitaus meisten Fällen nicht so klar zu hören sind, wie wir z.B. unsere Gesprächspartner am Telefon verstehen können, muss man schon scharf aufpassen, wenn man paranormale Stimmen feststellen will. Das wird gerade dem Anfänger große Mühen bereiten. Vielfach glaubt man, etwas Paranormales zu hören, verstehen kann man den Wortlaut jedoch nicht. Dieses Abhören muss man wegen der Eigenheiten in der Artikulation der Jenseitsfreunde üben – ein mitunter sehr schwieriger und langwieriger Lernprozess. Dazu ist vor allem viel Geduld erforderlich! Gerade an diesem Punkt geben viele recht bald auf, denn sie sagen sich, dass sie auf dem Band ja doch nichts hören, also kein Kontakt zustande gekommen ist. Eine gute und recht brauchbare Hilfe, dieses Hören zu lernen, stellt die Beispielkassette der TBSF Darmstadt (siehe S. 147) dar, mit der man sich mit den Eigenarten der Jenseitsstimmen vertraut machen kann.

Zunächst sollte man die Aufnahme abhören und sich mit Hilfe des Zählwerkes die Bandstellen merken, wo man paranormale Einblendungen zu hören glaubt. Empfehlenswert ist es, eine weitere Bandkontrolle erst am nächsten Tag vorzunehmen („ausgeruhte Ohren“ hören besser!).

All das, was man als Jenseitsstimme identifiziert hat, sollte man in einem Einspielprotokoll (siehe Kap. 3.5.3.) festhalten. Akzeptieren Sie nur das, was klar und deutlich verstehbar ist! Alles andere kann man unter der Rubrik „Wuenscheraschen“ beiseite legen, denn man sollte in keinem Falle etwas in die Aufnahme „hineingeheimnissen“.