



Foto: © p.voggenhuber

Den sechsten Sinn entwickeln

Ein Gespräch mit Pascal Voggenhuber

Die meisten Menschen haben hin und wieder Eingebungen, Vorahnungen oder außergewöhnliche Wahrnehmungen. Doch nur wenige wissen, dass es möglich ist, diese Sensitivität bewusst zu nutzen und zu schulen. Das bekannte Medium **Pascal Voggenhuber** beschreibt in seinem neuen Buch „Entdecke deine Sensitivität“, das in der Schweiz schon kurz nach Erscheinen auf Platz 4 der Bestsellerlisten landete, wie jeder seine sensitiven und übersinnlichen Wahrnehmungen gezielt trainieren kann.

newsage: Pascal, kannst du uns kurz erklären, was Sensitivität ist? Und worin sie sich von der Medialität unterscheidet?

Pascal Voggenhuber: Bei der Sensitivität geht es vor allem um das Erkennen von Energien von Menschen, Gegenständen oder Räumen. Der wichtigste Unterschied zur Medialität ist: Sie hat nichts mit der geistigen Welt, also nichts mit Verstorbenen, Geistführern oder Engeln zu tun, sondern damit, dass man die Energie, das heißt z.B. die Aura eines Menschen oder die Energie eines Ortes liest.

newsage: Wenn ich dich richtig verstanden habe, gehst du davon aus, dass jeder Mensch sensitive Fähigkeiten hat?

Pascal: Genau das ist es, was ich auf meinen Seminaren oder in meinem Buch zu erklären versuche. Wenn wir jemanden das erste Mal treffen, spüren wir z.B. meist sofort, ob das ein guter Mensch ist oder ob da irgendetwas nicht stimmt.

Wir wissen dann zwar oft nicht, was nicht stimmt, und reden uns vielleicht ein, dass die Person doch gut sei, aber dann werden wir nach zwei oder drei Monaten von genau diesem Menschen hintergangen. Das ist das sogenannte „Bauchgefühl“. Noch ein Beispiel: Wenn wir im Einkaufszentrum an der Kasse stehen, gibt es ja oft Leute, die einem von hinten ziemlich nahe kommen. Ohne dass man diese hört oder sieht, spürt man sie plötzlich im Rücken. Das kann unangenehm sein oder einfach nur eine Feststellung – aber es ist genau das, was ich als „Hellfühlen“ bezeichne. Es ist die Aura dieses Menschen, die in mein Energiefeld kommt – und deshalb kann ich ihn wahrnehmen, auch wenn ich ihn nicht sehe oder höre.

newsage: Das werden viele Leser aus ihrer alltäglichen Erfahrung kennen. Aber es funktioniert ja auch oft über eine Distanz hinweg, so dass man z.B. beim Klingeln des Telefons schon genau weiß, wer am anderen Ende ist ...

Pascal: Ganz genau. Oder man denkt an jemanden und im nächsten Moment trifft man diese Person oder sie ruft an. Das ist es, was ich als Sensitivität bezeichne. Ein professioneller sensibler Berater kann das bewusst einschalten, d.h. es ist nicht dem Zufall überlassen, sondern er kann es nach Belieben ein- oder ausschalten.

newsage: In deinem Buch versuchst du nun, die Sensitivität einem breiten Publikum nahezubringen und deinen Lesern zu zeigen, wie sie diese Fähigkeiten bewusst nutzen und entwickeln können.

Pascal: Ursprünglich war das Buch als



Handbuch für Schüler gedacht, die sich in der medialen Ausbildung befinden. Für viele Schüler und auch Leser, die meine Seminare besuchen wollen, wohne ich einfach zu weit weg – und daher sollte das Buch ihnen die Möglichkeit eröffnen, diese Fähigkeiten selbst zu trainieren. Und am besten geschieht dies im Alltag. Wenn man z.B. ein Hotel bucht, sollte man sich das betreffende Hotel mit der eigenen „Hellsicht“ erst einmal anschauen: Ist das Zimmer sauber? Fühlt man sich dort wohl? Ist das Essen gut? Wenn man das täglich spielerisch trainiert, kann es mit ein bisschen Übung kaum mehr passieren, dass man eine schlechtes Hotelzimmer bucht oder in einem Restaurant landet, in dem es einem nicht schmeckt.

newsage: Man lernt sozusagen auf sein Bauchgefühl zu hören und seiner Intuition zu vertrauen?

Pascal: Richtig. Und man lernt die Menschen richtig wahrzunehmen. So dass man nicht plötzlich vom Chef enttäuscht wird oder den falschen Mitarbeiter einstellt. Es geht also wirklich darum, diese Fähigkeiten in den Alltag zu integrieren.

newsage: Du empfehlst aber auch weniger alltägliche Grundübungen wie z.B. die Meditation ...

Pascal: Ja. Und das vor allem, weil unsere Wahrnehmung hier im Westen ständig von Tausenden Reizen überflutet wird. Mir ist aufgefallen, dass die Menschen, wenn sie meditieren oder innerlich zur Ruhe kommen, das Bauchgefühl, ihre

Intuition oder Sensitivität besser wahrnehmen können. Wenn man innerlich nicht ruhig ist, kommen die Impulse zwar genauso, aber man bemerkt sie nicht. Zudem hilft die Meditation, eine gewisse Konzentration zu schulen, und für die schwierigeren Übungen muss man sich enorm konzentrieren.

newsage: Aber diese Konzentration hat vermutlich nichts mit Anspannung zu tun, richtig?

Pascal: Nein, es geht vielmehr darum, dass man den Fokus halten kann, mit den Gedanken nicht abschweift und sozusagen bei der Sache bleibt.

newsage: Ich spiele darauf an, weil ich selbst – ähnlich wie du es in deinem Buch beschreibst – die Aura eines Menschen oder einer Pflanze besser sehen kann, wenn man mit einem „verschwommenen Blick“ schaut und die Augen eben nicht auf das Objekt fixiert wie wir das gewöhnlich im Alltag tun.

Pascal: Das hat aber auch mit dem Mechanismus zu tun, der dahinter steckt. Wenn ich das Auge entspanne, wird automatisch die Pupille größer. Dadurch kommt mehr Licht ins Auge, was uns erlaubt Dinge zu sehen, die dem „normalen Blick“ verborgen bleiben. Das Aura-Sehen ist letztlich nichts Übersinnliches, sondern etwas ganz Natürliches, das uns im Alltag oft entgeht. Mit dem entspannten Blick trainiert man das Auge lediglich, mehr Licht hineinzulassen.

newsage: Interessant – das war mir nicht wirklich klar. Dann zählt das Aura-Sehen im engeren Sinne gar nicht zu den sensitiven Fähigkeiten?

Pascal: Ja und nein. Denn du brauchst ja deine Intuition, deine Sensitivität, um das zu interpretieren, was du siehst. Die Aura allein zu sehen, bringt nichts. Und genauso wenig bringt es etwas, verschiedene Schubladen aufzumachen, nur weil das Aura-Sehen eine natürliche Fähigkeit,

ANZEIGE

also nichts Übersinnliches ist. Würde ich das schreiben, würde ich die Leute nur verwirren.

newsage: Also zurück zur Sensitivität. In deinem Buch unterscheidest du zwischen „Hellsehen“, „Hellhören“, „Hellfühlen“ und „Hellwissen“ – sind die Dinge in diesem Bereich denn wirklich immer so klar voneinander getrennt?

Pascal: Die Frage muss ich wieder mit „ja und nein“ beantworten (lacht). Am Anfang, wenn man beginnt, ist man ja froh, wenn überhaupt etwas kommt. Aber an sich ist es schon klar getrennt und außerdem hat da jeder so seine Stärken. Die meisten Leute, die ich kenne, haben die Hellfühligkeit für sich entwickelt. Das Hellsehen stellt sich meist erst später ein.

newsage: Ich frage, weil viele Leute bestimmt ganz scharf darauf sind, tatsächlich etwas zu sehen – eben genauso, wie wir es im Alltag gewohnt sind ...

Pascal: Ja, viele warten auf das große Erlebnis, das Hellsehen oder Aura-Sehen, und dann sag ich den Leuten: Hey, es ist viel einfacher, die Aura zu fühlen.

newsage: Kannst du dazu eine bestimmte Übung empfehlen? Was können unsere Leser tun, um sich selbst einen Eindruck zu verschaffen oder erste Erfahrungen mit ihrer Sensitivität zu sammeln?

Pascal: Das Einfachste ist es, die Energie an den Händen zu spüren. Wenn man die Hände einander gegenüber hält – das kann man übrigens auch allein, d.h. ohne Partner machen – und dann mit den Handflächen leicht hin und her fährt, spürt man bei ca. 15 bis 20 Zentimeter Abstand zwischen den Handflächen meist sehr schnell etwas, so etwas wie einen Widerstand. Als ob man zwei gleichpolige Magnete gegenüber hält, stoßen sich die Handflächen leicht ab. Da spürt man dann die Aura. Und wenn man einen Partner hat und genauso mit der Hand mit etwa 12 bis 20 Zentimeter Abstand um den Körper herumfährt, kann man auf diese Weise auch probieren, dessen Aura zu fühlen.

Was die Menschen aber am meisten fasziniert, ist es, wie schon gesagt, mit diesem „weichen Blick“ zu lernen, die Aura zu sehen. Das ist für die meisten Leute einfach beeindruckender, weil sie beim Fühlen mit den Händen oft noch zweifeln und etwa denken, dass sie ja vielleicht nur die Körperwärme des Partners gespürt hätten. Doch wenn sie dann

lernen, die Aura zu sehen, das heißt, wenn man einmal weiß, wie das geht, und der Blick stimmt, dann kann man die Energie seines Gegenübers auch als Anfänger schnell ein paar Minuten lang beobachten.

newsage: Ich könnte mir vorstellen, dass einige Menschen solche Erfahrungen erst mal unheimlich finden – Energie sieht man ja im normalen Alltag nicht. Gibt es da einen Grund, besorgt zu sein, oder Dinge, bei denen man vorsichtig sein sollte?

Pascal: Nein, bei den Übungen, die ich in meinem Buch beschreibe, kann man eigentlich nichts falsch machen und es gibt keinen Grund zur Sorge. Es sind ja eher spielerische Übungen wie z.B. die mit dem Hotelzimmer. Das Schlimmste, was dir passieren kann, ist, dass du falsch lagst und am Ende doch ein schlechtes Zimmer bekommst (lacht). Allerdings, und das haben wir auch ganz klar im Buch notiert, sollten Leute, die Drogen konsumieren oder psychisch krank oder instabil sind, diese Übungen aus verständlichen Gründen nicht machen.

newsage: Hast du noch einen abschließenden Tipp für unsere Leser in Bezug auf die Entdeckung und Entwicklung ihrer Sensitivität?

Pascal: Ja, ich finde es wichtig, dass man spielerisch an die Sensitivität herangeht. Deshalb habe ich auch vor allem spielerische Übungen in mein Buch aufgenommen, denn wenn man sich beim Üben verkrampft, dann geht's nicht. Solange das Üben Freude und Spaß macht, wird sich die Sensitivität enorm schnell entwickeln. Wenn man es aber unbedingt möchte, das heißt, erzwingen will, oder wenn zweifelhafte Motivationen dahinterstecken, wie etwa „ich möchte die Aura sehen lernen, damit ich weiß, ob mich mein Partner anlügt oder betrügt“, dann wird es nicht funktionieren.

Interview: NORBERT CLASSEN

Buchtipp:



Pascal Voggenhuber
Entdecke deine Sensitivität

221 Seiten, € 19,90
ISBN 978-3-9523532-8-8

Giger Verlag

www.pascal-voggenhuber.com