

OTMAR JENNER

# *Das Buch des Übergangs*

Was wirklich geschieht,  
wenn wir sterben

## Inhalt

### ERSTES BUCH: GESPRÄCHE ÜBER DEN TOD

Leonie	17
Das größte Thema des Lebens	20
Tödliche Illusion	21
Das Sterben der Leichtigkeit	22
Von der Nähe des Todes	25
Ein echtes Rätsel	26
Dem Himmel so nah	28
Aus Mangel an Objektivem	29
C. G. Jung - und was am seidenen Faden hängt	31
Das Leuchten dieser Welt	32
Erschreckende Berichte	34
Von oben gesehen	35
Schweigen aus Angst	38
Die letzte Leichtigkeit	40
Leonies Eltern	42
Ein Blick an der Pforte und was mit dem Tod erlischt	45
Platonisch gesprochen	47
Wonach wir suchen - und was wir womöglich finden	48
Alles Werden dieser Welt	51
Dejà-vu und Champagner, Ähnliches und Unähnliches	54
Perlendes Denken im Tempel der Seele	57
Reinkarnation und der Blick zurück	59
Jenseits aller Beweise	62
Der Kontinent des Todes	64
Gute Reise	64

<b>Eine tödliche Geschichte</b>	68
Gegen das Sterben im Gerätepark	70
Von der Ruhe der Toten	71
Der hässliche Tod	73
Der verlassene Geliebte	75
Der willkommene Tod	76
<b>Tod durch Unsterblichkeit</b>	79
Das innere Licht	80
Was für eine Frage	83
Krankhafte Ursachen	84
Der Auftritt der wilden Horde	87
Das Drama und der Zweifel	89
<b>Das Doppelhaus und der Exitus im Oberstübchen</b>	94
Eine Sache mit Herz	94
Das Hirn und sein Tod	98
Der Zeitpunkt des Todes	99
Transplantation und Ethik	100
Unsicherer Tod, sichere Qual	102
Der Lazarus-Effekt	103
Alarmglocken	105
Eine andere Sicht auf den biologischen Tod	106
<b>Ein geheimer Wunsch zu sterben</b>	108
Wieder das Träumen	109
Über die Macht des Geistes	111
Fatum und die Rolle des Individuums	112
Vom stillen Sterben einer verwundeten Seele	115
Das Beispiel der vom Vater verlassenen Tochter	117
Geistiges Heilen und Krebs	118
Warum was zur Sprache kommt	122
Vom Erwachen in dieser Welt	123
<b>Der Anfang vom Ende</b>	126
Transformation, mon amour	129
Die Geburt des Todes	130
Stanislav Grof und transpersonale Psychologie	132
Vom Finden des Herzens	137

<b>Eine märchenhafte Geburt</b>	140
Die Melodie des Todes	143
Inkarnation und ozeanische Phase	145
Eine Art Belohnung	146
Plötzliche Unlust am Leben	147
Auf Leben und Tod	149
Die Frage nach dem Seelennamen	152
<b>Rituale der Ruhe</b>	157
Traumhafte Hände	161
Traum und Traumkörper	162
Ein traumhafter Tod	164
In alle Winde oder unter die Erde	166
Was nach dem Ableben mit dem Leichnam geschieht	168
Zum Abschied ein Toten-Diamant	169
Zur letzten Ruhe in den Friedwald	172
<b>Särge, Urnen und komische Gefühle</b>	174
Wie Brahmanen auf die letzte Reise gehen	178
Die Bedeutung der Bestattung für die reisende Seele	182
Eine Vision des Todes	185
<b>Heimweh nach der Quelle</b>	189
Vom Wesen Gottes	190
Heimweh und die Erfahrung Gottes	192
Ich erfahre, also bin ich	194
Leonies Garten	197
<b>Der Tod und die Totenbücher</b>	203
Die Einladung	204
Trauer und die Gemeinschaft der Trauernden	208
Das Islamische und andere Totenbücher	209
Das Ägyptische Totenbuch	212
Vom Hinausgang der Seele in die Unterwelt des Ägyptischen Totenbuches	214
<b>Der Wind der Evolution</b>	218
Bewegende Träume	219
Schöne Erklärungen	222

Das Tibetische Totenbuch	224
Das Klare Licht, der Tod des Individuums im Tibetischen Totenbuch	226
Die Evolution des Bewusstseins	229
Der Junge mit dem Gummiball	230
Macht und Ohnmacht des Todes	231
Das zweite Bardo, ein Traum	232
Subjektives und transsubjektives Bewusstsein	234
C. G. Jung und der Schrecken des zweiten Bardos	235
Das dritte Bardo und das Totengericht	238
Schizophrenie im Reich des Todes	240
Über ein tierisches Dasein	243
Die Evolution des bewussten Seins	245
Mein Reiseführer	246

## ZWEITES BUCH: DER REISEFÜHRER

<b>Das Labyrinth des Lebens und des Todes</b>	249
Der kosmische Irrgarten	252
Regeln im kosmischen Irrgarten	253
Der Fahrstuhl in die hochfeine Sphäre	256
Die sechs Welten	258
Wenn sich der Knoten löst	261
Anzeichen für den Beginn des Sterbeprozesses	262
Die acht Stadien der Auflösung	263
Einweihung für den Übertritt in die andere Sphäre	268
<b>Zur Handhabung des Reiseführers</b>	272
Wie der Reiseführer zu lesen ist	274
Was während der Lesung beachtet werden muss	275
Parallele Welten, Bewusstsein auf mehreren Ebenen	277
<b>Todesmoment und transsubjektive Sphäre</b>	280
(I. Gesang - Anrufung der Heiligen, Engel und Meister)	280
(II. Gesang - Phänomene beim Übergang)	283

Krankenhaus oder Sterbezimmer vor Eintritt des Todes	285
Sterbehaltung, Rosen, Marmorkuchen	287
Der Übergang	290
Leonies Traumkörper	292
(III. Gesang - Die Pforte)	297
(IV. Gesang - Die Realität des Lichtes der einen Quelle)	298
(V. Gesang - Die Erfahrung des Lichtes der einen Quelle)	300
(VI. Gesang - Der himmlische Führer als Quelle)	303
Die Traumphase des Todes und der Auftritt der gütigen Geister	307
Einleitende Anmerkungen zur Traumphase des Todes	310
(VII. Gesang - Das Auftauchen des himmlischen Führers und die Visionen der geistigen Welt)	313
(VIII. Gesang - Das strahlend blaue Licht der Weisheit der endgültigen Wirklichkeit, der himmlische Führer als kosmischer Geliebter, die Möglichkeit einer verblendeten göttlichen Wiedergeburt)	318
(IX. Gesang - Das blendend weiße Licht der spiegelgleichen Weisheit und der trübe Schein der höllischen Sphären)	325
(X. Gesang - Das leuchtend gelbe Licht der ausgleichenden Weisheit und das sanfte blaue Licht der Menschenwelt)	328
(XI. Gesang - Das klare rote Licht der unterscheidenden Weisheit und das schmutzige gelbe Licht der Sphäre der Hungerwelt)	330
(XII. Gesang - Das grüne Licht der allesvollendenden Weisheit und das trübe rote Licht der Sphäre der Titanen)	333
(XIII. Gesang - Die Strahlen der fünf Weisheiten als siegreiche Eroberer und die trüben Lichter aus fünf Bereichen des Daseins)	335
<sup>1</sup> (XIV. Gesang - Die Strahlen der fünf Weisheiten als Hüter des Wissens und das trübe grüne Licht der Tierwelt)	342

**Die Traumphase des Todes und der Auftritt der grimmigen Geister 347**

- (XV. Gesang - Die Erscheinung des Hochmuts) 349  
(XVI. Gesang - Die Erscheinungen des Hasses) 353  
(XVII. Gesang - Die Erscheinung des Stolzes) 356  
(XVIII. Gesang - Die Erscheinung der Gier) 358  
(XIX. Gesang - Die Erscheinung des Neides) 359  
(XX. Gesang - Auftritt der acht Teufel) 361  
(XXI. Gesang - Auftritt der Wächterinnen und Schlüsselträger) 363

**Die Phase des Erwachens und Werdens 370**

- Das Lächeln Seiner Heiligkeit 371  
(XXII. Gesang - Grundsätzliche Belehrungen zur Vorbereitung der Wiederverkörperung) 376  
(XXIII. Gesang - Meine magischen Fähigkeiten) 383  
(XXIV. Gesang - Das Gesetz von der Anziehung der Negativität) 385  
(XXV. Gesang - Guter Rat und die Tränen der anderen) 387  
(XXVI. Gesang - Im Wind der Evolution) 389  
(XXVII. Gesang - Die Fallen der falschen Gebärmütter) 390  
(XXVIII. Gesang - In der Flut der Gedanken) 392  
(XXIX. Gesang - Der Herr des Todes erscheint) 393  
(XXX. Gesang - Der Moment der Entscheidung) 396  
(XXXI. Gesang - Der Weg der Besitzlosigkeit) 397  
(XXXII. Gesang - Auftritt der trügerischen Erscheinungen) 398  
(XXXIII. Gesang - Die Lichter der sechs Dimensionen des Daseins) 399  
(XXXIV. Gesang - Auftritt der möglichen Eltern) 400  
(XXXV. Gesang - Sehnsucht, Anziehung, Täuschung und die erste Möglichkeit, eine Geburt zu verhindern) 402  
(XXXVI. Gesang - Die zweite Möglichkeit, eine Geburt zu verhindern) 404  
(XXXVII. Gesang - Die Wahl des Geschlechtes und die dritte Möglichkeit, eine Geburt zu verhindern) 405

(XXXVIII. Gesang - Die vier Arten der Geburt und die vierte Möglichkeit, sie noch zu verhindern)	407
(XXXIX. Gesang - Die fünfte Möglichkeit, eine Geburt noch zu verhindern)	408
Die Wachphase der Wiedergeburt	412
Leonies Brief	414
(XL. Gesang - Grundsätzliche Belehrung vor der Wiedergeburt)	418
(XLI. Gesang - Visionen zur Wiedergeburt)	420
(XLII. Gesang - Der letzte Ansturm der Evolution)	422
(XLIII. Gesang - Wiedergeburt im Reinen Land des Wissens)	423
(XLIV. Gesang - Der kosmische Geliebte siegt über die Dämonen)	425
(XLV. Gesang - Der Eintritt in den Mutterleib)	425
Die Bestattung	428

#### ANHANG: DER PRAKTISCHE TEIL

Meditationen und Übungen für das Labyrinth des Lebens und des Todes	439
Ein guter Platz und die Technik des Loslassens	441
Einen Ort der Kraft finden	442
Loslassen am Kraftplatz	443
Das Rosenkranz-Prinzip	445
Der Kurzfilm vorm Einschlafen	445
Das höhere Selbst	448
Der Tempel des höheren Selbst	449
Die sieben Siegel und eine Übung zum Spüren des ersten und siebten	452
In die Wurzel und in die Krone	454
Das erste Siegel und frühere Inkarnationen	457
Die Wahrnehmung der Wurzel	457
Rückführung durch die Wurzel	460

<b>Das zweite Siegel und die darin gespeicherten Inkarnationen</b>	462
Von der Wurzel zum Sakral-Zentrum	462
Rückführung durch das Sakral-Zentrum	464
<b>Das dritte, vierte, fünfte, sechste Siegel und entsprechende Inkarnationen</b>	465
Von der Wurzel zum zweiten und dritten Energie-Zentrum	465
Rückführung durch das Sonnen-Zentrum	466
Das vierte, fünfte und sechste Energie-Zentrum	467
<b>Das siebte Siegel (oder der Ausgang aus dem Körper) und die Aura</b>	469
Babuschka	470
Die Perle aus dem Ozean	471
An der langen Leine	473
Fragen im heiligen Raum	477
<b>Den Körper verlassen - die Meister-Methode</b>	479
Ganz aus sich herausgehen	480
<b>Über das Träumen - wie man sich im Traum bewegt</b>	484
<b>Nachwort</b>	487
<b>Über den Autor dieses Buches</b>	488
<b>Quellen</b>	489
<b>Begleitende Bücher</b>	491
<b>Danksagung</b>	493