

*Von einer lieben Bekannten erhielt ich nachfolgenden sehr schönen Erfahrungsbericht, den ich veröffentlichen darf und der allen Leserinnen und Lesern hoffentlich viel Freude macht. Danke, liebe H.*

### **Mein Erfahrungsbericht mit Spikenard**

Ich habe vom 15.02.04 bis 13.03.04, also wie von James Twyman vorgeschlagen 28 Tage, das Spikenard verwendet. Dafür habe ich mir dann auch extra ein Heft gekauft, um meine Erfahrungen mit dem Spikenard täglich aufzuschreiben – und hier ist die Zusammenfassung von dem, was ich täglich erlebt und niedergeschrieben habe.

Ich kann gar nicht sagen, dass ich viel mit Spikenard meditiert habe, nicht in dem Sinne, dass ich mich hingesezt und meditiert habe. Aber ich habe es täglich auf meinen Körper aufgetragen, bevor ich ins Bett gegangen bin und habe dann hingespürt und geschehen lassen, was geschehen sollte. Ich habe es immer wieder an verschiedenen Stellen aufgetragen.

Der Auslöser, dass ich damit angefangen habe, war meine Rückkehr von der manuellen Biofeedback-Therapie mit meiner behinderten Zwillingschwester. Ich hatte Magenschmerzen, mein Rücken tat mir weh und meine rechte Seite war durch einen Muskelstrang von der rechten Niere aufwärts bis zur rechten Schulter total verspannt. So dachte ich, dass es ja nichts schaden kann, wenn ich gleich damit anfangen, das Spikenard-Experiment zu machen. Ich habe es auf die Schläfen, vor die Nasenlöcher und auf meinen Magen aufgetragen. Das, was ich zuerst gespürt habe, war, dass es im Magen rumpelte und sich alles auflöste. Es tat mir total gut, das Spikenard auf den Schläfen zu spüren. Nachts entspannte sich dann meine ganze rechte Seite und es wurde ganz warm von der rechten Niere hoch, da wo der Muskelstrang immer noch verspannt war, Das tat total gut.

Die nächsten Tage machte ich es dann genauso. Es fühlte sich an, als wäre ein Pflaster auf dem Solarplexus und im rechten Bein arbeitete es, machte was locker, und wieder entspannte sich die rechte Seite und der Muskelstrang.

Ich habe in den letzten Jahren sehr viel kämpfen müssen, mich durchsetzen müssen. Das, was ich jetzt wieder in mein Bewusstsein holen musste, war, mit Menschen (vorwiegend Männern) auf eine weibliche Art und Weise zu diskutieren und Kompromisse zu schließen und mich mit Frauen auseinander zu setzen, die mich bisher nur auf männliche Art und Weise agierend kennen gelernt haben.

In meinen Träumen während dieser Zeit wurden oft Gebäude komplett abgerissen, in denen ich gewohnt habe. Auch da fand eine ziemlich tiefgehende Transformation statt. Ich habe meine ganzen Mangelgefühle mal richtig spüren können und sie in einem schönen Ritual verabschieden können.

Ganz am Anfang meiner spirituellen Suche bin ich mal auf ein Buch gestoßen über Dualseele. Neugierig wie ich bin, bin ich gleich mit der Ansage ins Bett, dass ich von meiner Dualseele träumen will – und ich habe tatsächlich von ihr geträumt, was ich damals wie heute kaum fassen kann. Ich habe dann noch einmal während einer spirituellen Reise in Ägypten 2001 von ihr geträumt. Ja, und mit dem Spikenard konnte ich mich dann wie damals vorausgesagt (bis auf 4 oder 5 Tage oder Nächte Unterschied) mit ihr verbinden, was ich auch total körperlich gespürt habe. Das war mein größtes Geschenk während des Spikenard-Experiments.

In dieser Zeit habe ich dann auch die Living-In-Heart-Meditation von Drunvalo ins Deutsche übersetzt, zuerst den male way. Dann habe ich auch damit meditiert, gemeinsam mit dem Spikenard. Demut war die Essenz, was ich dann im ganzen Körper gespürt habe. Demut zu erkennen, dass ich Dinge gehen lassen oder auch hoch kommen lassen und anschauen kann, die ich im Körper abgespeichert habe und mir für vermeintliche Fehler vergeben kann.

Beim Übersetzen des female way der Living-In-The-Heart Meditation und Spikenard konnte ich mich dann auch mal den Gefühlen hingeben, die dabei hoch kamen, vor allem dem Schmerz. Irgendwann auf meinem Weg habe ich mal beschlossen, dass ich diesen Schmerz nicht spüren will, weil er so tief geht, diese Verletzung, die Liebe nicht mehr zu spüren. War das dann wohl der Anfang einer Rückkehr zu mir selbst? Finde ich damit die Liebe ohne Bedingungen wieder, wenn ich all den Schmerz zulasse? Und diese Rückkehr zu dieser Liebe ohne Bedingungen ist für mich verknüpft mit der Heilung des Trennungsschmerzes, der Trennung von Gott. Und üben konnte ich das auch, indem ich genau in der Zeit meines Spikenard-Experiments noch einmal deutlich meine Mutterliebe gezeigt habe, als ich meinem jüngsten Sohn, der vom Krebs geheilt ist, zum Geburtstag Geschenke geschickt habe und meinen Besuch bei ihm während der Reha klar gemacht habe, gemeinsam mit seinem älteren Bruder, egal, ob mir die Mutterrolle streitig gemacht wird von seinem Vater, was mir schon schwer fiel.

Immer wieder spürte ich die Wärme, die mich durchflutet, wenn ich das Spikenard abends auftrug, die mich dazu verleitet loszulassen. Es fühlte sich dann so an, wie von Gott umarmt zu werden. Es ist wie ein Sonnenstrahl, der von oben direkt in mein Herz geht. Da kann dann Aussöhnung beginnen, mit dem Körper, mit den Menschen, mit der Erde, mit dem Leben an sich.

Immer wieder wurde ich auch mit meiner Zwillingsschwester konfrontiert. Auch hier war Hinspüren angesagt. Es ging darum, zu erkennen, dass ich doch nicht so mitfühlend war bisher wie ich immer gedacht hatte, da war noch ganz viel Groll auf mein Schicksal, auf ihr Schicksal, auch wieder eine Aussöhnung mit dem physischen Körper, weil sie alles körperlich trägt, was ich bewusstseinsmäßig trage.

Das Fazit des Spikenard-Experiments für mich ist ein großes Loslassen, hinter meine Fassade gegangen zu sein, der Beginn einer großen Aussöhnung mit meinem Körper und meinen Gefühlen, unterstützt von dem Wissen der Einheit mit meiner Dualseele.