



W

as ist eigentlich Medialität? Sind das hauptsächlich Jenseitskontakte oder ist das ein viel breiteres Feld?

Medialität bedeutet für mich, dass wir mit der Geistigen Welt in Kontakt stehen. Das umfasst viel mehr als nur Jenseitskontakte. Medialität kann zum Beispiel in einer beratenden Form stattfinden, bei der wir Impulse, Hinweise oder Antworten aus der Geistigen Welt erhalten.

Dazu gehören aber auch andere Bereiche, wie die spirituelle Heilung oder die Zusammenarbeit mit geistigen Helfern und Führern, die uns im Leben unterstützen können.

Zur Geistigen Welt zähle ich Engel, Geistführer, Verstorbene und viele weitere liebevolle Begleiter, die uns auf unserem Weg zur Seite stehen.

Was war dein erster Kontakt zu Medialität? Hast du direkt gespürt, dass du hier eine Begabung hast?

Ich habe schon als Kind gespürt, dass wir nicht alleine sind. Es war weniger ein konkreter Kontakt, wie ich ihn heute in meiner Arbeit mit Jenseitskontakten erlebe, sondern vielmehr ein inneres Wissen, begleitet und geführt zu sein. Für mich war es völlig selbstverständlich, dass es mehr gibt als das, was wir mit unseren Augen sehen können.

Lange Zeit dachte ich, dass jeder Mensch diese Wahrnehmung hat. Erst später wurde mir bewusst, dass dieses Empfinden nicht für alle so deutlich spürbar ist. Gleichzeitig bin ich überzeugt davon, dass jeder Mensch eine mediale Begabung in sich trägt – sie zeigt sich nur bei jedem auf eine andere Weise und in einem eigenen Tempo.

Du hast deine Ausbildung am renommierten Arthur Findlay College in England vertieft. Was war dort der größte Unterschied im Umgang mit Medialität im Vergleich zu deiner anfänglichen Arbeit in Deutschland?

Am Arthur Findlay College habe ich erlebt, dass der Umgang mit der Geistigen Welt – und speziell mit Jenseitskontakten – viel natürlicher und selbstverständlicher war als in Deutschland. Dort wurde Medialität nicht zu etwas „Besonderem“ oder Mystischem gemacht, sondern als eine ganz normale Fähigkeit betrachtet, die man entwickeln und trainieren kann.

In Deutschland hatte ich zuvor oft den Eindruck, dass Medialität stark mit der spirituellen Szene verbunden war. Es wurde mehr hineininterpretiert, es wurden teilweise Ängste geschürt, und manche Medien oder spirituelle Lehrer stellten sich als Menschen mit einer außergewöhnlichen Gabe dar.

In England bin ich dagegen auf vollkommen bodenständige Menschen gestoßen. Die Lehrer dort gingen sehr natürlich, klar und unaufgeregt mit medialen und spirituellen Themen um. Dieser einfache und gleichzeitig respektvolle Zugang hat mich tief beeindruckt und meine eigene Arbeit nachhaltig geprägt.

Wie konkret muss man sich die Kommunikation mit dem Jenseits vorstellen?

Die Kommunikation mit der Geistigen Welt passiert über unsere Hellsinne. Das bedeutet, dass ein Medium Informationen nicht mit den normalen, äußeren Sinnen wahrnimmt, sondern auf einer inneren Ebene. Dazu gehören Hellfühlen, Hellsehen, Hellwissen, Hellhören

und in seltenen Fällen auch Hellriechen oder Hellschmecken.

Man kann sich das so vorstellen: Beim Hellsehen erscheint ein Bild im inneren Auge – also wie eine Vorstellung oder Erinnerung, nur dass sie nicht aus einem selbst kommt. Beim Hellhören ist es ähnlich: Es ist kein Ton im Außen, sondern eher ein inneres Hören, wie ein Gedanke, der ganz klar „gesendet“ wirkt. Oft ist auch das Hellfühlen stark beteiligt, zum Beispiel wenn Emotionen oder körperliche Eindrücke wahrgenommen werden.

Meistens ist es eine Mischung aus all diesen Sinnen. Die Geistige Welt nutzt die Kanäle, die bei jedem Medium am stärksten ausgeprägt sind, und darüber entsteht eine Art innerer Dialog.

Wie kann ich mir eine Sitzung bei dir vorstellen? Wie läuft so etwas ab?

Zu Beginn ist es mir wichtig, dass der Klient ohne Erwartungen in die Sitzung kommt und mir keine Vorinformationen gibt. Je weniger ich im Voraus weiß, desto klarer kann ich mit der Geistigen Welt kommunizieren, da mein Verstand mich nicht blockiert.

Zu Beginn erkläre ich, wie eine Verbindung zur Geistigen Welt funktioniert und was während der Sitzung passieren kann.

Anschließend beginne ich, mich mit der Geistigen Welt zu verbinden. Dabei nehme ich meist recht schnell verschiedene Verstorbene wahr, die für die Sitzung anwesend sind. Die Geistige Welt zeigt sehr deutlich, mit wem sie beginnen möchte, und ich folge diesen Impulsen. Eine Sitzung dauert insgesamt etwa eine Stunde. In dieser Zeit entstehen in der Regel ein bis drei Kontakte – je nachdem, wer sich zeigt und wie viel Informationen übermittelt werden möchten.

Wie ist das für dich, wenn die Botschaft nicht das ist, was der oder die Angehörige sich erhofft hat?

Ich gehe grundsätzlich sehr erwartungsfrei und bewertungsfrei in jede Sitzung. Aus meiner Erfahrung weiß ich, dass die Botschaften aus der Geistigen Welt immer genau das widerspiegeln, was der Klient in diesem Moment braucht – auch wenn es nicht immer das ist, was er sich erhofft hat.

Gerade wenn es zu Lebzeiten Konflikte, ungeklärte Themen oder Differenzen gab, kann es vorkommen, dass die übermittelten Botschaften zunächst Enttäuschung auslösen. Das ist menschlich und absolut verständlich. Wenn man jedoch etwas weiter und größer denkt, zeigt sich oft, dass gerade diese Botschaften wichtig sind – zum Beispiel, um einen Abschluss zu finden, etwas anzunehmen oder Frieden zu schließen.

Dabei ist mir wichtig zu betonen, dass wir mit einem lebendigen Bewusstsein kommunizieren. Auch die Verstorbenen in der Geistigen Welt haben weiterhin ihre eigenen Sichtweisen, Meinungen und Gefühle. Diese

stimmen nicht immer mit unseren Erwartungen überein, sind aber Teil eines ehrlichen und authentischen Kontakts. Genau darin liegt oft die größte Heilung.

Wie ist das Gefühl nach den Sitzungen? Sind die Menschen gelöster?

Nach den Sitzungen erlebe ich die Menschen in der Regel deutlich gelöster und innerlich ruhiger. Viele kommen mit einer großen Anzahl an Fragen, Unsicherheiten oder offenen Themen. Durch die Kommunikation mit der Geistigen Welt und den Verstorbenen klären sich diese Fragen jedoch häufig ganz von selbst. Nicht selten sagen mir meine Klienten am Ende der Sitzung, dass bereits alles angesprochen wurde, was sie beschäftigt hat, und dass keine Fragen mehr offen sind.

Natürlich ist das nicht immer der Fall. Manchmal bleiben einzelne Themen, die noch Zeit brauchen oder die ein weiterer innerer Prozess begleiten darf. Doch auch dann entsteht meist ein tiefes Verständnis für die Situation.

Gibt es eine Sitzung, die dir besonders in Erinnerung geblieben ist?

Es gibt sehr viele Sitzungen, die mich tief berührt haben und die mir selbst immer wieder Sinnfragen über das Leben beantworten. In der Geistigen Welt haben unsere Verstorbenen oft eine ganz andere Perspektive auf Ereignisse und Entwicklungen, als wir sie zu Lebzeiten haben. Das allein ist für mich immer wieder sehr bewegend.

Eine Begegnung ist mir jedoch besonders in Erinnerung geblieben. Eine Mutter kam zu mir, die ihren Sohn verloren hatte und davon ausging, dass es Suizid gewesen sei. Ich hatte keinerlei Vorinformationen über ihn. In der Sitzung zeigte sich jedoch sehr klar, was in den Momenten vor seinem Tod tatsächlich geschehen war. Es wurde deutlich, dass er sich nicht vorsätzlich das Leben genommen hatte, sondern dass es sich um einen tragischen Unfall handelte.

Diese Erkenntnis hat für die Mutter alles verändert. Als sie zu mir kam, saß mir eine zutiefst erschöpfte, traurige Frau gegenüber, fast nur noch ein Schatten ihrer selbst. Etwa ein halbes Jahr später sah ich sie wieder – und vor mir stand eine Frau in ihrer Kraft, lebendig und aufgerichtet. Die Gewissheit, dass sie nichts übersehen oder versäumt hatte und dass ihr Sohn nicht aus innerer Verzweiflung gegangen war, hat sie innerlich befreit und Heilung ermöglicht.

Du sagst, dass wir alle die Fähigkeit haben, mit dem Jenseits zu kommunizieren, wir haben sie nur verlernt. Woher kommt das deiner Meinung nach? Was hat uns diese angeborene Fähigkeit verlieren lassen?

Ja, das ist tatsächlich eine tiefe Überzeugung von mir, die ich auch aus meiner praktischen Erfahrung immer wieder bestätigt sehe. In meinen Ausbildungen kommen

regelmäßig Menschen, die sagen, sie hätten keinerlei feinstoffliche Wahrnehmung und noch nie bewusst etwas aus der Geistigen Welt wahrgenommen. Und dennoch lernen auch genau diese Menschen im Laufe der Ausbildung, Kontakt zur Geistigen Welt und zu Verstorbenen aufzunehmen. Es klappt nicht bei jedem gleich schnell, aber mit den richtigen Methoden, Techniken und einer passenden Herangehensweise hat es bisher bei jedem funktioniert. Manchmal braucht es einfach eine kleine Feinjustierung oder einen anderen Zugang – und plötzlich öffnet sich etwas, von dem man vorher dachte, es sei nicht möglich.

Ich bin überzeugt, dass wir Menschen diese Fähigkeit nicht verloren haben, sondern verlernt. Wir kommen alle mit einer feinstofflichen Wahrnehmung auf die Welt. Gerade Kinder haben oft noch einen sehr offenen Zugang dazu. Sie hören Geräusche, sehen Farben, Gestalten oder nehmen etwas wahr, das sie selbst noch nicht einordnen können. Häufig reagieren Erwachsene darauf mit Sätzen wie: „Da ist nichts“ oder „Das bildest du dir nur ein“.

In diesem Moment beginnt das Kind, an seiner eigenen Wahrnehmung zu zweifeln. Es lernt, ihr nicht mehr zu vertrauen – und schließt diesen Kanal nach und nach. Das betrifft nicht nur das Hören oder Sehen, sondern ganz allgemein das feine Spüren und Wahrnehmen.

Ich habe immer wieder beobachtet, dass Menschen, die in einem offenen Umfeld aufgewachsen sind – mit Eltern, die solche Wahrnehmungen ernst genommen und unterstützt haben –, diesen Zugang oft ganz selbstverständlich behalten. Sie gehen natürlich und ungezwungen damit um.

Gibt es einen ersten einfachen Impuls/ eine Übung, wenn ich mir meiner eigenen Medialität bewusst werden möchte?

Ja, definitiv. Der erste Schritt ist oft viel einfacher, als viele Menschen denken. Aus meiner Erfahrung stehen die meisten Menschen bereits mit der Geistigen Welt in Kontakt, ohne es bewusst als Medialität wahrzunehmen. Viele haben verstorbene Angehörige, die ihnen sehr nahestanden, und spüren ihre Präsenz manchmal ganz selbstverständlich. Dieses Gefühl von „Jetzt ist meine Oma da“ oder „Ich habe gerade an meinen Vater gedacht und er fühlt sich mir nah“ kennen viel mehr Menschen, als man vermuten würde.

Wir sprechen innerlich mit unseren Verstorbenen, erzählen ihnen von unserem Tag, stellen ein Foto auf oder führen am Grab einen inneren Dialog. Wenn man es genau betrachtet, ist all das bereits eine Form von Jenseitskontakt – nur ganz natürlich und ungezwungen.

Ein erster einfacher Impuls kann sein, sich bewusst einen Moment Zeit zu nehmen und sich innerlich zu fragen:

Wie geht es meiner lieben verstorbenen Person in der Geistigen Welt gerade?

Dann geht es darum, kurz innezuhalten und zu spüren, welcher Gedanke, welches Gefühl oder welches innere Bild auftaucht. Oft kommt ein ganz leiser Impuls zurück. Der Verstand meldet sich dann schnell mit Zweifeln, doch tief im Inneren spüren viele Menschen, dass hier tatsächlich eine Verbindung besteht. Sich zu erlauben, dass dieser Kontakt real sein darf, ist oft der wichtigste erste Schritt.

Als Sterbeamme und Trauerbegleiterin bist du oft mit dem Schmerz und der Endgültigkeit des Todes konfrontiert. Wie vereinbarst du die realistische Trauerarbeit und die Akzeptanz des Verlusts mit der Botschaft der Jenseitskontakte?

Durch meine Arbeit mit Jenseitskontakten ist mir immer deutlicher geworden, dass diese Form der Begleitung eine sehr tiefe und besondere Art der Trauerarbeit darstellt. Dabei geht es nicht darum, etwas „zu beweisen“, sondern vielmehr darum, offene Fragen zu klären, ungeklärte Themen anzusprechen und inneren Frieden zu ermöglichen. In der Trauer tragen viele Menschen Fragen in sich, die sie nachts wachhalten: Wie ging es meiner verstorbenen Person im Sterbeprozess? Hatte sie Schmerzen? War sie allein? Habe ich etwas versäumt oder falsch gemacht? In der klassischen Trauerarbeit können diese Fragen durch Gespräche, Reflexion und Aufarbeitung langsam bearbeitet werden. Schuldgefühle oder belastende Vorstellungen können sehr viel Raum einnehmen.

In einem Jenseitskontakt können diese Fragen direkt gestellt werden. Die Verstorbenen schildern oft sehr klar, wie sie ihren Sterbeprozess erlebt haben, wie sich der Übergang für sie angefühlt hat und was wirklich wichtig war. Für die Hinterbliebenen ist das meist eine enorme Erleichterung.

Viele merken, dass die belastenden Bilder und Horrorszenarien, die sie im Kopf hatten, so gar nicht der Wahrnehmung der Verstorbenen entsprechen. In den meisten Fällen wird deutlich, dass der Übergang friedlicher war, als befürchtet. Dadurch kann sich ein großer innerer Druck lösen.

Gleichzeitig ist mir wichtig zu betonen, dass es auch Situationen gibt, in denen zusätzliche klassische Trauerarbeit notwendig ist. Als Sterbeamme und Trauerbegleiterin kann ich hier individuell schauen, was ein Mensch gerade braucht. Für mich ist die Verbindung aus bodenständiger Trauerarbeit und medialer Arbeit mit Jenseitskontakten ein großes Potenzial – eine sehr wertvolle Ergänzung, die Menschen auf unterschiedlichen Ebenen auffängt und unterstützt.

Wieso hast du dich dazu entschieden, ein Buch zu verfassen?

Ich habe mich dazu entschieden, dieses Buch zu schreiben, weil ich seit vielen Jahren immer wieder klare Impulse aus

der Geistigen Welt erhalten habe, dass es wichtig ist, diese Erfahrungen weiterzugeben. Gleichzeitig habe ich in meiner Arbeit gesehen, wie viele Ängste und Missverständnisse es rund um Medialität gibt.

Mit dem Buch möchte ich zeigen, dass Medialität nichts Abgehobenes oder Mystisches ist und dass es nichts Böses in der Geistigen Welt gibt. Sie ist liebevoll, unterstützend und für uns da. Medialität ist kein Sondertalent, sondern ein Potenzial, das wir alle in uns tragen.

Ich wünsche mir, dass das Buch Menschen ermutigt, ihrer eigenen Wahrnehmung zu vertrauen, offener zu werden und dieses Potenzial für sich zu nutzen.

Zum Weiterlesen:

Vanessa Spaleck: *Ganz normal medial* - Wie du deine mediale Veranlagung stärkst und mit der geistigen Welt kommunizieren kannst

Knauer Balance | 978-3-426-56704-3
21,00 EUR [DE] / 21,60 EUR [AT]

