



Christine Woydt

SPIRITUELLE HERAUSFORDERUNGEN MEISTERN

Aufwachen durch Aktivierung
von Kundalini & Lichtkörper




AMRA



Christine Woydt

**SPIRITUELLE
HERAUSFORDERUNGEN
MEISTERN**

**Aufwachen durch Aktivierung
von Hundalini & Lichtkörper**



Besuchen Sie unseren Shop:

www.AmraVerlag.de

Ihre 80-Minuten-Gratis-CD erwartet Sie.

Unser Geschenk an Sie ... einfach anfordern!

Eine Originalausgabe im AMRA Verlag

Auf der Reitbahn 8, D-63452 Hanau

Hotline: + 49 (0) 61 81 – 18 93 92

Service: Info@AmraVerlag.de

Herausgeber & Lektor	Michael Nagula
Einbandgestaltung	Guter Punkt
Layout & Satz	Birgit Letsch
Covermotiv	Josephine Wall
Druck	CPI books GmbH

Copyright © 2021 by AMRA Verlag

ISBN Printausgabe 978-3-95447-489-9

ISBN eBook 978-3-95447-490-5

Ebenfalls von Christine Woydt bei AMRA erhältlich:

Saint Germain. Die Meisterschaft des Seins (Buch)

Saint Germain. Dein Aufstieg in die Meisterschaft (Buch)

Transformation gemeinsam erleben (Channeling-Kongress-DVD)

Die hier vorgestellten Informationen, Ratschläge und Übungen sind rein subjektiv. Sie wurden zwar nach bestem Wissen und Gewissen geprüft, dennoch übernehmen Verfasser und Verlag keinerlei Haftung für Schäden gleich welcher Art, die sich direkt oder indirekt aus dem Gebrauch der Informationen, Tipps, Ratschläge oder Übungen ergeben. Im Zweifelsfall sollte ärztlicher Rat eingeholt werden.

Alle Rechte der Verbreitung vorbehalten, auch durch Funk, Fernsehen und sonstige Kommunikationsmittel, fotomechanische, digitale oder vertonte Wiedergabe sowie des auszugsweisen Nachdrucks.

Im Text enthaltene externe Links konnten vom Verlag nur bis zum Zeitpunkt der Buchveröffentlichung eingesehen werden.

Auf spätere Veränderungen hat der Verlag keinerlei Einfluss.

Eine Haftung des Verlags ist daher ausgeschlossen.



***Ich danke meinem Lehrer Saint Germain,
der mich jenseits von Zeit und Raum
in allen Höhen und Tiefen begleitet hat.***



INHALT

Einleitung

AUFWACHEN

1 IMPULSE ZUM AUFWACHEN

Spirituelle Depression • Erleuchtung

2 HERAUSFORDERUNG DES AUFWACHENS

Sinnsuche • Beziehungskonflikte • Perspektive

3 HEILSAME TRANCE

Kernschamanismus • Bewusstseinsweiterung •
Tranceheilung • Heilende Worte

4 MEDIALE HERAUSFORDERUNG

Der freie Wille • Ethische Regeln • Dunkle Energien •
Schlafparalyse • Energetische Angriffe • Perspektive

5 NAHTODERFAHRUNGEN

Dreamwalk • Sterbebegleitung • Frühere Leben •
Kommunikation mit Verstorbenen

6 HERAUSFORDERUNG DER TODESNÄHE

Sehnsucht nach Zuhause • Neue Prioritäten •
Glaubenskonflikte • Perspektive

7 MACHTSPIELE

Täter und Opfer • Schuld und Angst

8 HERAUSFORDERUNG DER MACHT

Sog der Machtspiele • Der Retter • Hybris •
Perspektive

9 SCHÖPFERBEWUSSTSEIN

10 HERAUSFORDERUNG DER MANIFESTATION

Kraft der Gefühle • Innere Konflikte • Blockierende
Seelenaspekte • Das Innere Kind •
Familiensystemische Verstrickungen • Frühere
Inkarnationen • Kollektive Aspekte • Perspektive

KUNDALINI

1 FLAMME DER TRANSFORMATION

Das Phänomen der Kundalini • Die Auslöser •
Herausforderung Kundalini

2 KÖRPERLICHE SYMPTOME

Körperliche Sensationen und Krämpfe • Symptome des
zentralen Nervensystems • Heilreaktionen • Künstliche
Krankheiten • Hypersensibilität • Sexuelle Symptome
• Erschöpfung • Schlafstörungen

3 PSYCHISCHE SYMPTOME

Stimmungsschwankungen • Langeweile • Die dunkle
Nacht der Seele • Künstliche Persönlichkeitsstörungen

4 MENTALE SYMPTOME

Konzentrationsstörungen • Umdenken

5 GEISTIGE SYMPTOME

Expandierte Wahrnehmung • Fehlende Erdung •
Einsamkeit

6 DIFFERENTIALDIAGNOSEN

Restless-Legs-Syndrom • Restless-Genital-Syndrom •
Multiple Sklerose • Parkinson-Syndrom •
Herzerkrankungen • Depression • Bipolare Störung •
Psychose • Perspektive

7 DIE ERWECKTE KUNDALINI

Heilung • Kreativität • Glückseligkeit • Mittler
zwischen den Welten

8 KUNDALINI-MEDITATIONEN

Raum des Unendlichen Lichts • Lichtkanal • Raum der
Allumfassenden Liebe

LICHTKÖRPER

1 KÖRPERWISSEN

2 KLARHEIT

3 TELEPATHIE

4 HERZÖFFNUNG

5 FREUDE

Schlusswort

Anhang: Homoöopathie bei spirituellen Herausforderungen

Anmerkungen & Hinweise

Verwendete Literatur

Über die Autorin



EINLEITUNG



AUFWACHEN

Wir leben in spannenden Zeiten. Viele Menschen wachen auf, suchen in mystischen Erfahrungen nach Quellen der Inspiration, Heilung und Erlösung. Sie erinnern sich, wer sie eigentlich sind, und begegnen ihrer Göttlichkeit. Manche Menschen starten ihren Prozess des inneren Erwachens mit einer eruptiven Erweckung der Kundalini.

Das ist kein einfacher Einstieg, vor allem wenn man noch nicht einmal einen spirituellen Weg angestrebt hat, jedenfalls nicht bewusst. Bei mir war es anders, denn bevor ich intensive Kundalini-Anzeichen erfahren habe, arbeitete ich schon einige Jahre als Medium und spirituelle Lehrerin. Ich erlebte schon als Kind im Rahmen meiner religiösen Erziehung mystische Einheits- und Glückserfahrungen, habe mich dann aber im Laufe meines Studiums von der Religion abgewandt, bis mich eine bewegende Vision erleuchtete. In der veränderungsreichen Lebensphase nach meinem inneren Aufwachen konnte ich vielfältige Bekanntschaft mit spirituellen Herausforderungen machen.

Wie ich aus meiner langjährigen Praxistätigkeit als Heilpraktikerin weiß, fühlen sich nach dem Aufwachen viele Menschen allein mit ihren nicht alltäglichen Erlebnissen, etwa mit hellsichtigen Eingebungen und der Wahrnehmung göttlicher Präsenz. Sie schrecken davor zurück, sich nahestehenden Menschen zu öffnen und von Träumen, Erleuchtungen, Visionen und wundersamen Synchronizitäten zu berichten. Sie fürchten, für verrückt erklärt zu werden. Wenn man den Mut aufbringt, sich zu öffnen, kann es passieren, dass die eigenen Erlebnisse solange analysiert, zerpfückt und zerredet werden, bis man selbst an ihnen zweifelt.

Mein Buch soll dazu beitragen, dass du dich mit deinen außergewöhnlichen Erfahrungen und Erlebnissen weniger allein fühlst und sie sogar als normale Begleiterscheinungen des spirituellen Weges einordnen und verstehen kannst.



KUNDALINI

Im Nachhinein betrachtet war die Kundalini-Erweckung die logische Folge meiner Hingabe an mystische Selbsterfahrung und spirituelle Praxis. Sie war eine bedeutsame Etappe in meinem Prozess des inneren Erwachens. Ich bin fest davon überzeugt, dass alle Menschen, die sich ernsthaft ihrem spirituellen Weg hingeben, eines Tages der Kundalini begegnen. Anhaltende spirituelle Praxis und Bewusstseinsweiterung erfassen irgendwann nicht nur den Geist und die Seele, sondern auch den Körper und dann kommt die Kundalini ins Spiel. Die Kundalini-Aktivität ist ein körperliches Phänomen, das physische Reinigung und ganzheitliche Heilung initiiert.

In dem Kapitel über die von der Kundalini ausgelösten typischen Begleiterscheinungen, Symptome und Herausforderungen habe ich den von der Kundalini initiierten Verwandlungsprozess aus der Perspektive ganzheitlicher Heilkunde und moderner Psychologie beschrieben. Um den Prozess des Aufwachens besser zu verstehen und in diesem Buch beschreiben zu können, habe ich außerordentlich von dem intensiven Studium der über die Kundalini erschienenen wissenschaftlichen Büchern profitiert, auf die ich mich im Text auch beziehe. Wenn gewünscht, kann der Leser mit meinen Literaturhinweisen seine Lektüre vertiefen. In erster Linie basiert das Buch auf meinen persönlichen Erfahrungen, die ich jedoch häufig in der einschlägigen Literatur bestätigt

fand. Ich konnte dadurch erkennen, dass ich mit meinen außergewöhnlichen Erlebnissen nicht allein dastehe.

Ich glaube, dass die Aktivierung der Kundalini zur Realisation gehört. Spirituelle Lehrer sprechen allerdings oft gar nicht über die Kundalini, weil sie sich damit nicht auskennen oder weil sie niemand ausgrenzen möchten. Die Kundalini scheidet die Geister, denn manche Menschen spitzen die Ohren, wenn davon die Rede ist, während andere sich abwenden.

Ich bin sicher, dass du als Leser dieses Buches dich aus gutem Grund zu dem Thema hingezogen fühltest, selbst wenn du bisher noch keine Kundalini-Erfahrungen hattest.

Die Kundalini verstärkt die Phänomene, mit denen sich viele Menschen in der Phase nach ihrem persönlichen Aufwachen auseinandersetzen. Der innere Prozess, die brennenden Fragen, die Schattenthemen, die vermeidbaren Fallen, die tiefen Einsichten und Erleuchtungen und die glückseligen Erlebnisse nach dem Aufwachen und nach der Kundalini-Erweckung unterscheiden sich nur graduell. Daher kannst du auch, wenn die Kundalini noch nicht in dein Leben getreten ist, von diesem Kapitel profitieren.



LICHTKÖRPER

Mein Buch unterstützt dich dabei, den tieferen Sinn besser zu verstehen, der hinter den Symptomen und Herausforderungen steckt, die mit dem Aufwachen automatisch einhergehen. Du kannst nach der Lektüre

deinen Prozess des inneren Aufstiegs bewusster erleben und gestalten.

Die Kundalini bringt seelische und geistige Begleiterscheinungen mit sich, aber vor allem wirkt sie im Körper. Sie bereitet den Lichtkörper vor, welcher der Verkörperung göttlichen Bewusstseins dient. Eine höhere Frequenz der körpereigenen Schwingung stellt sich ein und initiiert Veränderungsprozesse, Transformation und Heilung bei einem selbst und bei anderen Menschen, die einem Träger des Lichtkörpers begegnen. Mein Buch befasst sich auch mit den speziellen Herausforderungen des Lichtkörperprozesses. Es wird für dich leichter, dich den spirituellen Herausforderungen des Aufstiegsprozesses zu stellen und sie vertrauensvoll anzunehmen, wenn du das Ziel kennst. Der Lichtkörper ist ein Geschenk mit außerordentlichen Potenzialen, die dein Leben bereichern werden.

Ich biete dieses Buch als Handreichung für den inneren Aufstieg an und hoffe, dass es meine Leser motiviert, ihre spirituelle Entwicklung mit Hingabe und Begeisterung weiter zu verfolgen. Die im Buch präsentierten Fallgeschichten aus meiner Praxis sind aus Datenschutzgründen anonymisiert. Ich habe die Namen sowie Umstände und Einzelheiten verändert, die auf eine bestimmte Person hinweisen könnten. Manchmal habe ich auch aus einer Reihe ähnlicher Fälle eine beispielhafte Geschichte konstruiert. Es handelt sich also nicht um konkrete Personen, sondern um Episoden, die mir das Leben diktiert hat.

Viel Licht & Liebe!

Christine Woydt



AUFWACHEN



1 IMPULSE ZUM AUFWACHEN

Die ersten Impulse für meine spirituelle Entwicklung liegen wie bei vielen anderen Menschen in meiner Kindheit. Ich bin in einem evangelischen Pfarrhaus in einer Bischofsstadt aufgewachsen und dementsprechend christlich sozialisiert worden. Nicht nur zuhause wurde regelmäßig die Bibel gelesen, sondern auch in meinem Umfeld gehörten die

christlichen Rituale zum Alltag. In meiner Studienzeit habe ich mich allerdings mehr für Literatur, Geschichte und Psychologie interessiert als für Religion.

~ Spirituelle Depression

Meine eigene Reise begann, als äußerlich alles in meinem Leben perfekt erschien. Ich war in zweiter Ehe glücklich verheiratet und führte ein wohl situiertes Leben als berufstätige Mutter. Mein Leben schien in einem ruhigen Fahrwasser gelandet zu sein.

Aber bei genauerem Hinsehen sah doch nicht alles so rosig aus. Wegen der beruflichen Karriere meines Mannes waren wir aus der Großstadt in ein beschauliches Wohngebiet am Rande einer Kleinstadt gezogen. Ich hatte Schwierigkeiten, mich dort einzuleben. Meine Freundinnen fehlten mir und neue Bekanntschaften waren nicht so schnell in Sicht.

Ich hielt mich viel im Garten auf, der an ein Biotop angrenzte. Im Nachhinein hat die Natur wohl meine innere Schamanin wiederbelebt, denn eine unbestimmte Sehnsucht keimte in mir auf, die ich mir nicht zu erklären wusste.

Außerdem fühlte ich mich in einer Sackgasse, was meine Karriere anging. Als ausgebildete Lehrerin war ich zunächst in der außerschulischen Bildung tätig gewesen und hatte dort sehr selbstbestimmt arbeiten können. Wegen des Umzugs unterrichtete ich nun an einem Gymnasium und versuchte, mich dort einzugewöhnen. In der Schule fand ich einfach keine Einsatzmöglichkeiten für meine Kreativität.

Ich träumte in dieser Zeit immer wieder, dass ich suchend durch die Flure der Schule irrte und alle Türen

verschlossen waren. Nach drei Jahren wechselte ich meinen Beruf.

Schlimmer empfand ich noch, dass mein Mann sich gerade an seiner neuen Arbeitsstelle einarbeitete und wenig Zeit für unser Privatleben hatte. Nach der Trennung von meinem ersten Mann hatte ich lange allein gelebt. Ich war kein Kind von Traurigkeit und konnte mich nicht über einen Mangel an Männerbekanntschaften beklagen, aber ich hatte einfach nicht den Richtigen gefunden. Meinen Mann hatte ich durch einen Glücksfall kennen gelernt und die Beziehung war perfekt. Als mein Mann für seine neue Stelle so viel arbeitete, kamen bei mir alte Verletzungen an die Oberfläche. Ich reagierte in alten Mustern, fühlte mich vernachlässigt und nicht ausreichend gewürdigt. Instinktiv wusste ich aber, dass es nichts nützen würde, noch einmal wegzurennen und mein Glück woanders zu suchen. Mein Mann, nach dem ich so lange gesucht hatte, war der Richtige. Ich musste mich meinen persönlichen Traumata und einschränkenden Glaubenssätzen stellen.

Es gab noch eine Baustelle in meinem Leben, die ich auch lieber verdrängen wollte. Ich hatte eine sehr glückliche Kindheit in einem Pfarrhaus mit vielen Geschwistern erlebt. Seit ich nun selbst ein Kind hatte, konnte ich besonders schätzen, was meine Eltern und insbesondere meine Mutter für uns getan hatten. Ich fühlte mich wohl im Kreis meiner Verwandten und liebte meine Familie, die mich immer großzügig unterstützt hatte. Allerdings grassierte auf der mütterlichen Seite meiner Familie chronische Alkoholsucht mit allen typischen Begleiterscheinungen von Verzweiflung, Hilflosigkeit, Streit, Co-Alkoholismus und enttäuschten Hoffnungen. Ich quälte mich mit Sorgen um meine Verwandten, aber das Schlimmste war, dass ich, wenn ich mich unglücklich und

einsam fühlte, einen unwiderstehlichen Drang verspürte, zur Flasche zu greifen.

Dabei reagierte ich äußerst empfindlich auf Alkohol. Wir fuhren regelmäßig zum Familienurlaub in die Niederlande und freuten uns, dort andere Gäste, die wir schon kannten, wiederzusehen. Weil Ferien waren, war ich nicht besonders vorsichtig mit dem Rotwein. Ich brauchte höchstens zwei Gläser, damit ich mich am nächsten Morgen an nichts mehr erinnerte. Mein Mann erzählte mir dann, dass ich einen anderen Mann aus der Clique massiv angebaggert hätte, und mir war das furchtbar peinlich. Die anderen verloren kein Wort über diesen Zwischenfall. Aber ich hatte das Gefühl, mir selbst fremd zu werden, denn den Mann, den ich angemacht hatte, mochte ich nicht einmal. Mir war nur aufgefallen, dass er von seiner Frau permanent schlecht gemacht und untergebuttert wurde. Also hatte ich mir instinktiv doch den Richtigen ausgesucht, denn er schien anschließend das Kinn sichtlich höher zu tragen. Mein Mann war enttäuscht von mir und hatte nur klare Worte zu meinen Entgleisungen übrig. Er fand es ganz einfach unerträglich.

Einige Tage später passierte ein tragischer Unfall in der Nähe unseres Hotels. Die Kinder konnten dort unter Aufsicht im Wald reiten und ein Mädchen stürzte vom Pferd und wurde schwer verletzt. Der Unfall hing wie eine dunkle Wolke über uns. In dieser Nacht trank ich wieder ein Glas Rotwein zu viel und konnte mich am darauffolgenden Tag an nichts mehr erinnern. Weil ich nach Rechtfertigungen für mein Verhalten suchte, rückte allerdings das schreckliche Geschehen des Unfalls verstärkt in mein Bewusstsein. Als ich auch in der Gruppe über meine Gefühle sprach, brach das Eis und alle konnten ihrem Entsetzen, ihrer Trauer und ihrem Mitgefühl Ausdruck geben. Ich konnte selbst erkennen, dass meine

Rauschanfälle sogar einen tieferen Sinn zu haben schienen, aber ich litt trotzdem, vor allem unter meinem Kontrollverlust.

Eigentlich zeichneten sich damals schon die Themen ab, die mich über Jahre beschäftigen sollten: Trauma und familiensystemische Verstrickungen, toxische und segensreiche Beziehungen, Selbstwert, Kreativität und Heilung.

Zunächst einmal wusste ich aber einfach nicht weiter und begab mich auf die Suche nach Erlösung. Phasenweise hatte ich panische Angst, dem Alkohol zu verfallen. Außerdem bewegte mich sicherlich ein unbewusster Wunsch, anderen Menschen zu helfen. Ich fand auch sehr schnell eine Perspektive, indem ich anfang, an einer Heilpraktiker-Schule Homöopathie zu studieren. Die Homöopathie faszinierte mich von Anfang an und vermittelte mir eine ganzheitliche und energetische Sichtweise auf den Körper. Mir eröffnete sich die neue Welt der Energieheilung.

Trotzdem überfiel mich von Zeit zu Zeit eine tiefe Depression, aus der ich oft gar nicht so schnell einen Ausweg fand. Es äußerte sich so, dass ich abends, wenn mein Mann sich in sein Arbeitszimmer zurückgezogen hatte, oft allein im dunklen Zimmer saß und weinte. Wir hatten ein kleines »Fernsehzimmer«, in das ich mich dann verkroch. Selbst wenn der Fernseher lief, interessierte er mich nicht. Ich fühlte mich nur leer, ausgebrannt, unglücklich und verzweifelt. Ich konnte keinen Sinn mehr in meinem Leben entdecken. Schon damals fiel es mir schwer, jemandem meine »Not« zu erklären, denn ich wusste, dass mich niemand verstehen würde. Es gab in meinem Leben doch keine gravierenden Probleme und eigentlich hatte ich es doch gut. Manchmal am Wochenende goss ich mir im Fernsehzimmer auch noch die

zwei Gläser Wein hinter die Binde, die mich ausknockten. Das machte es aber nur noch schlimmer, denn ich war dann nicht nur traurig, sondern verachtete mich auch noch selbst.

Im Rückblick möchte ich diese Phase als spirituelle Depression bezeichnen, denn ich spürte schon damals deutlich, dass die innere Leere und Verzweiflung von mir forderten, in meinem Leben Bilanz zu ziehen und Veränderungen vorzunehmen. Ich spürte, dass die Depression mehr ein Weckruf meiner Seele als eine echte Krankheit war. Instinktiv wusste ich, dass ich Heilung für meine Depression nur in mir selbst finden konnte, dass also eine bewusste innere Einkehr nötig war. Deshalb kam ich auch gar nicht auf die Idee, einen Therapeuten aufzusuchen und mir Tabletten verschreiben zu lassen. Inzwischen ist Depression zu einer Volkskrankheit geworden. Durch meine eigene Erfahrung bin ich überzeugt, dass das Phänomen »spirituelle Depression« sehr oft auftritt und durch die Energieveränderungen, die gerade auf der Erde stattfinden, eher noch zunehmen wird.

Die dunkle Stimmung, in die ich zeitweise geriet, führte mich automatisch nach innen und zu mir selbst. Ich fühlte mich zu schlecht, um etwas zu unternehmen oder mich abzulenken. Dabei war ich immer noch in der Lage, alle meine Pflichten angemessen zu erfüllen. Dass man seinen Alltag noch bewältigen kann, auch wenn es einem schwerfällt, ist ein wesentliches Kriterium, um eine spirituelle Depression von einer depressiven Erkrankung abzugrenzen. Ich funktionierte also noch in meinem Beruf und meinem Alltag, aber wenn ich allein war und Zeit für mich hatte, zog ich mich sofort in eine äußerst düstere Stimmung zurück. Manchmal empfand ich es so, als sei die gedrückte Stimmung ein Schutzwall, den ich um mich

aufbauen konnte, um getrost allein zu sein und mich mit mir selbst zu beschäftigen.

Ich spürte immer deutlicher, wie wenig Sinn ich in meinem Beruf sah. Demgegenüber faszinierte mich die Welt der ganzheitlichen Heilkunde und die damit verbundene Selbsterfahrung immer mehr. Neben der Homöopathie-Ausbildung nahm ich daher auch noch ein Heilpraktiker-Studium auf. Meinen Fokus auf Heilung, inneres Wachstum und persönliche Veränderung zu richten empfand ich als sehr hilfreich, während es in meinem Beruf als Lehrerin immer nur um Bewertung, letztlich auch Abwertung zu gehen schien, wenn etwas nicht funktionierte. Ich begann tatsächlich immer mehr die Entwicklungspotenziale meiner Schüler zu sehen und spürte leider auch, dass für Heilungs- und Veränderungsprozesse in der Institution Schule praktisch kein Platz war. Wenn ich ehrlich zu mir selbst war, musste ich mir eingestehen, dass ich wohl nach Bestehen meiner Heilpraktiker-Prüfung den Beruf wechseln würde. Ich tat das dann auch, indem ich mein Beamtenverhältnis kündigte und eine Praxis eröffnete.

~ Erleuchtung

Als mich die Leidenschaftslosigkeit, Apathie und Leere meiner spirituellen Depression noch ziemlich beherrschte und ich eines Nachts im Bett lag, hatte ich zwischen Wachen und Traum plötzlich eine Erscheinung. Ein lichtvolles weibliches Wesen stand an meinem Bett und sprach mich an. Die Erscheinung war so lebensecht, dass ich furchtbar erschrak. Gleichzeitig war das Wesen, das sich da in der Nacht an mich wandte, in so strahlendes Licht gehüllt, dass es mich blendete. Ich wusste sofort, dass es sich nicht um eine menschliche Gestalt handelte.

Ich fragte: »Wer bist du?«

Sie sagte: »Ich bin Celestine.«

Mehr wurde nicht gesprochen. Sie blieb eine Weile da und Wellen der Liebe und Glückseligkeit durchströmten mich. Ich verlor jedes Gefühl für Raum und Zeit und mein Körper schien sich aufzulösen. Der wunderbare Zustand schien endlos anzudauern, aber schließlich muss ich wohl eingeschlafen sein.

Am nächsten Morgen erwachte ich tief zufrieden und erfrischt. Ich war von der Erscheinung wie geblendet und schwebte auf Wolken. Am Nachmittag schlenderte ich durch eine Buchhandlung. Auf einmal blieb ich wie angewurzelt stehen und traute meinen Augen kaum: Auf einem gesonderten Präsentationstisch wurde das Buch *Die Prophezeihungen von Celestine* von James Redfield ausgestellt.¹

Ich kaufte das Buch sofort und es bot mir Einsichten, die für mich damals von unschätzbarem Wert waren. Vor allem unterstützte es mich darin, die energetischen Aspekte der zwischenmenschlichen Kommunikation wahrzunehmen.

Meine Begegnung mit Celestine hatte verschiedene Ebenen, wie es wohl für jedes Erleuchtungserlebnis zutrifft. Einerseits eröffnete es mir den Zugang zu neuen Informationen, die ich zunächst einmal in dem Buch von James Redfield fand. Das Erlebnis zeigte mir auch, dass ich geführt wurde und das Universum auf meine Seelenbedürfnisse antwortete. Außerdem musste ich zu meinem Erstaunen feststellen, dass die Himmelsbotin Celestine, die mir erschienen war, mir wie eine lichtvolle Kopie meiner Selbst vorkam. Sie war genauso blond gelockt und trug eine ähnliche Langhaarfrisur wie ich. Mir war schon damals bewusst, dass ich auch meiner inneren Göttlichkeit begegnet war.

Meine Geschichte beinhaltet einige typische Elemente des Aufwachens. Ich meine mit Aufwachen eine Bewusstseinsweiterung, die die Perspektive auf sich selbst, die anderen Menschen und das Leben verändert. Das Wort Aufwachen vergleicht die durch eine spirituelle Öffnung initiierten Veränderungen mit dem Übergang vom Schlaf ins Wachsein. Tatsächlich begleitet ein Gefühl, dass nichts mehr wie vorher ist, viele Menschen, die vom Aufwachen sprechen.² Für mich gehört zum Aufwachen auch die Erfahrung der göttlichen Liebe. Bewusstseinsweiterung und Herzöffnung gehen Hand in Hand. In letzter Zeit wird der Begriff »Aufwachen« auch im politischen Rahmen verwendet und bezieht sich auf Ideologien und Verschwörungserzählungen, die man sich in sozialen Medien angeeignet hat. Der Begriff wird verbunden mit der Abwertung anderer Menschen, denen man sich überlegen fühlt. Davon möchte ich mich ausdrücklich abgrenzen. Spirituelles Aufwachen, wie ich es meine, lässt Toleranz, Respekt und Mitgefühl gegenüber anderen Menschen wachsen.

Mit dem Aufwachen beginnt oft eine einzigartige Reise zu sich selbst, die in der endgültigen Realisation des wahren Selbst mündet, wie sie Aufgestiegenen Meistern und Erleuchteten zugeschrieben wird.³ Ich sehe einen graduellen Unterschied zwischen dem Aufwachen als spirituelle Initiation und der ultimativen Realisation, dem Erkennen seiner selbst.

Persönliche Herausforderungen sind oft ein Auslöser für das Aufwachen. Man fragt nach »mehr« und möchte die geschlossene Box mentaler Beschränkungen verlassen.

Umbrüche im Leben wie bei Beziehungen, Trennungen, Umzügen, Krankheiten, aber auch Sorgen um nahestehende Menschen lösen das Aufwachen aus. Viele

Menschen wachen auf, weil ihre Kinder Probleme haben oder irgendwie aus der Spur geraten. Sie entsprechen nicht der Norm, vielleicht weil sie einfach nur besonders sensibel oder hellichtig sind.

Oft erwischt einen die Krise in der Mitte des Lebens, wenn man eigentlich erreicht hat, was man anstrebte, und eine gewisse Routine eingekehrt ist. **Sinnfragen** brennen auf den Nägeln, wenn alles gut läuft, aber auch, wenn die Karriere plötzlich stockt. Suchterfahrungen oder andere **Krankheiten** sind nicht selten Auslöser des Aufwachens. Man spürt, dass man nicht alles im Leben kontrollieren kann, nicht einmal sich selbst. Suchtmittel sind der Strohhalm, nach dem man auf der Suche nach Erlösung und Bewusstseinsweiterung greift.

Manchmal beginnt der spirituelle Weg mit einem dramatischen körperlichen, seelischen oder mentalen Zusammenbruch, zum Beispiel mit Panikattacken, Burnout, einem allergischen Schock oder einer psychotischen Krise.

Nicht nur ein persönliches Trauma kann das Aufwachen begünstigen, sondern auch indirekte **Traumata** wie verunsichernde Medienberichte über terroristische Anschläge und unberechenbare Gewalt. Während ich das Buch abschließe, dominiert gerade Corona das öffentliche Bewusstsein, eine globale Herausforderung. Ich sehe darin auch eine kollektive **Nahtoderfahrung**. Alle Menschen auf der Welt sind sogar gleichzeitig der Konfrontation mit schwerer Krankheit und Tod sowie mit gravierenden Veränderungen, Verlusten und Enttäuschungen ausgesetzt. Das hat ähnliche seelische Auswirkungen wie die persönliche Erfahrung der Todesgefahr oder des Sterbens eines geliebten Menschen. Man wird auf Fragen nach dem Lebenssinn zurückgeworfen.

Die persönliche **Bewusstseinsweiterung** zeigt sich oft mehr oder weniger spektakulär, indem auf einmal

übersinnliche Wahrnehmungen, Visionen oder vorhersehende Träume auftauchen. Manche Menschen werden von einer spirituellen Öffnung regelrecht überrannt und müssen sich dann zwangsläufig mit ihren hellsichtigen Eingebungen auseinandersetzen. Auch Bücher, Filme oder Serien mit mystischen oder spirituellen Inhalten können den persönlichen Entwicklungsprozess in Gang setzen. Nicht zuletzt kann einen die Begegnung mit jemand inspirieren, der bereits aufgewacht ist. Das Aufwachen des Einzelnen zieht automatisch Kreise in seinem Umfeld.

Wie im Alltag wacht man jeden Tag neu auf und kann auf einer neuen Ebene des Bewusstseins landen.



2 HERAUSFORDERUNG DES AUFWACHENS

Meine spirituelle Entwicklung begann mit einer Lebenskrise. Allerdings kann auch die spirituelle Initiation, wie immer sie sich vollzieht, die Betroffenen in tiefe Erfahrungen der Entfremdung stürzen und die Herausforderung in Gang setzen.

~ **Sinnsuche**

Jemand besucht vielleicht aus reiner Neugierde ein spirituelles Seminar und kehrt verändert nach Hause zurück. Die mystischen Erlebnisse stellen die eigenen Ansichten, Wertmaßstäbe und Glaubenssysteme auf den Kopf. Du fühlst dich von dir selbst entfremdet und definierst dich ganz neu. Die liebgewonnene menschliche Identität verwandelt sich von Grund auf, so dass du selbst irritiert bist.

Wenn du nach einer außergewöhnlichen mystischen Erfahrung in einem Traum, einer Meditation oder auf einem spirituellen Seminar wieder auf dem Boden der Tatsachen im eigenen Leben landest, kann es sogar sein, dass du die hochfliegenden Erlebnisse am liebsten verleugnen möchtest. Die Anforderungen des Alltags lassen sich mit den neugewonnenen inneren Werten nicht mehr vereinbaren. Daran kann man verzweifeln, wenn man

spürt, dass es kein Zurück mehr gibt. Das neue Bewusstsein lässt sich nicht mehr verdrängen.

Manchmal stehen drastische Veränderungen der eigenen Lebenssituation an, vor denen du am liebsten davonlaufen möchtest. Selbst wenn du an deinem alten Selbst festhalten möchtest, ist dir der Rückweg versperrt. Während die Seele sich vor allem nach bewusstseinserweiternden Erfahrungen sehnt, strebt das menschliche Ich nach beruflichem Erfolg und materiellem Wohlstand. Aber die gewohnten Anpassungsprozesse und Kompromisse funktionieren einfach nicht mehr. Die sich daraus ergebene Identitätskrise mündet in einem oft anstrengenden und kräftezehrenden Integrationsprozess, der die ganze Persönlichkeit in Beschlag nimmt.⁴

Wenn die Frage nach dem Sinn des eigenen Lebens immer drängender nach Antworten verlangt, geben viele Menschen nach dem Aufwachen auch ihren Beruf auf, was nicht gerade einen stabilisierenden Effekt hat. Die menschliche Persönlichkeit muss sich neu orientieren und an neue Gegebenheiten anpassen. Die Umbruchphase fordert ihren Preis.

Wenn du die Veränderungen nicht scheust, kannst du aber ein neues Leben gewinnen, dass es dir erlaubt, deine Talente und Fähigkeiten noch gewinnbringender für dich selbst, für andere Menschen und die Welt einzusetzen. Wenn du dein Herz nicht wieder verschließt und deiner inneren Führung folgst, findest du Wege, um deine **Seelenbedürfnisse** zu erfüllen.

~ Beziehungskonflikte

Wenn du der grenzenlosen göttlichen Liebe begegnet bist, fällt es immer schwerer, sinnlose Machtspiele und faule Kompromisse in Beziehungen mitzumachen. Daher kann

das Aufwachen auch Trennungen begünstigen. Mit dem Aufwachen öffnest du dein Herz für dich selbst und für andere, Selbstliebe und Empathie expandieren. Daher können sich die bisherigen Lebensgewohnheiten grundlegend verändern. Viele Menschen verzichten plötzlich auf selbstschädigende Verhaltensweisen und gehen achtsamer mit anderen Menschen und Lebewesen um. Freundschaften zerbrechen, wenn man keinen Spaß mehr an Saufgelagen und Grillpartys hat, weil man lieber auf Alkohol verzichtet und sich vegan ernährt. Wenn man, statt die aktuellen Serien zu gucken, lieber spirituelle Bücher liest, kann man auch nicht mehr mitreden. Viele erwachte Menschen haben mir erzählt, dass sie plötzlich kein Interesse mehr an den materialistischen und oberflächlichen Gesprächen mit ihren bisherigen Freunden hatten. Sie haben sich im Zusammensein mit ihren Freunden und Verwandten abgrundtief gelangweilt und auf einmal fremd und einsam gefühlt. Es scheint tatsächlich schwer zu sein, die persönlichen bewusstseinsweiternden Erfahrungen mit anderen zu teilen. Schon Carl Gustav Jung hat festgestellt: »Die Neigung, Dinge geheimzuhalten, ist eine natürliche Folge, wenn eine Erfahrung so speziell ist, daß Sie lieber nicht darüber reden, weil Sie sich dann den größten Mißverständnissen und Mißdeutungen aussetzen würden.«⁵

Auf der anderen Seite fühlen sich ahnungslose Mitmenschen vor den Kopf gestoßen, wenn man sie plötzlich links liegen lässt. Dass extrovertierte Menschen ständig von ihren hochfliegenden spirituellen Erlebnissen und esoterischen Einsichten sprechen, kann auch bewirken, dass Verwandte und Bekannte auf Abstand gehen, weil sie damit nicht behelligt werden möchten.

Manchmal hat man Glück und trifft Freunde, die ähnliche Veränderungen durchleben. Oft stürzt einen das