

Doreen Virtue

Das Praxisbuch für
Indigo-Eltern

KOHA

Titel der Originalausgabe:
»The Care and Feeding of Indigo Children«,
first printing 2001, Hay House, Carlsbad CA
Aus dem Englischen von Silvia Autenrieth

Deutsche Ausgabe: © KOHA-Verlag GmbH Burgrain, 2002

Alle Rechte vorbehalten

1. Auflage September 2010

Lektorat: Birgit-Inga Weber

Gesamtherstellung: Karin Schnellbach

Druck: CPI Moravia Books

ISBN 978-3-86728-141-6

Inhalt

Vorwort von Jan Tober	7
Einleitung: Kleine Lichtarbeiter	13
1. Bin ich oder ist mein Kind ein Indigo?	35
2. ADS, ADHS und Ritalin	38
3. Die Aufgabe der Indigo-Kinder	50
4. Engeltherapie für Indigos	92
5. Indigo-Kinder und Intuition	125
6. Abhilfe bei Schlaflosigkeit und beängstigenden Visionen	140
7. Körperliches Training als natürlicher Weg zur Veränderung von Gehirnchemie und Verhalten	163
8. Natürliche Kinder in einer unnatürlichen Welt	172
9. Wie sich Nahrungsmittel auf die Stimmung von Indigo-Kindern auswirken	186
10. Ventile für die Kreativität von Indigos	222
11. Was Indigo-Kinder sich von uns wünschen	234
12. Indigo-Kinder und Astrologie	254
13. Bedingungslose Eigenliebe	286
Nachwort: Eine Botschaft an die Indigo-Kinder	297
Endnoten	301
Literaturnachweis	308
Zusätzliche Quellen	316
Danksagung	318
Über die Autorin	319

*Meinen Indigo-Kindern Chuck, Grant,
Nicole und Catherine gewidmet.
Danke für eure himmlische Liebe und euer Licht!*

Vorwort

von Jan Tober (2001)

Im Frühjahr 1999 gaben mein Koautor Lee Carroll und ich ein Buch mit dem Titel *The Indigo Children** heraus. Es befasste sich mit der Annahme, dass derzeit offenbar ein neuer Typ von Kindern auf dem Planeten geboren wird – wir nannten sie »Indigo-Kinder«. Im Lauf der letzten zehn Jahre sind Lee und ich als Autoren und Vortragsredner rund um die Welt gereist, um über die Entwicklung der eigenen inneren Kraft und die Macht der Liebe zu sprechen. In den letzten Jahren richtete sich der Fokus unseres Publikums – vor allem bei den Eltern und Bezugspersonen, bei den Betreuenden, den Lehrerinnen und Lehrern**, Großeltern und allen, die unmittelbar mit Kindern in Berührung kommen – immer wieder auf dieselbe Frage. Nämlich: »Wie können wir den Kindern helfen?« Die Fragesteller äußerten sich besorgt über die allorts exponentiell zunehmende Verschreibung von Ritalin und ähnlichen Medikamenten für Kinder und Jugendliche. In einigen US-Bundesstaaten begann man sogar, Vorschulkinder und Sprösslinge im Kleinkindalter mit Ritalin zu behandeln. Der drastisch ansteigende Einsatz solcher Mittel schockiert viele und weckt zunehmend Bedenken. Das Fazit unse-

* Deutsche Ausgabe: *Die Indigo-Kinder. Eltern aufgepasst ... Die Kinder von morgen sind da!*

** In der deutschen Ausgabe dieses Buches wird wegen der leichteren Lesbarkeit meist auf die – im Englischen ohnehin nicht übliche – Doppelnennung weiblicher und männlicher Formen verzichtet (Anm. d. Red.).

res Buches lautete damals, dass die Kinder von heute *anders* sind – anders als jede Generation, die wir bislang zu Gesicht bekommen haben –, uns mehr fordern, eher auf Konfrontation gehen, intelligenter, intuitiver, spiritueller und in einigen Fällen sogar gewaltbereiter sind (wie im Fall der Schulfeldschießereien der jüngeren Zeit, bei denen Jugendliche andere Jugendliche getötet haben). Und das erfordert eine neue und andere Art der elterlichen und schulischen Betreuung, einen Abschied von ehemals beschrittenen Wegen.

Dr. Doreen Virtue gehört zu den bedeutenden Persönlichkeiten, die Beiträge zu unserem 1999 erschienenen Buch verfassten, in dem wir den Begriff »Indigo-Kinder« erstmals einer weltweiten Leserschaft vorstellten. Als Psychologin mit spirituellem Hintergrund und dank ihrer Vorträge hat sie in nicht unerheblichem Maß Anteil an jenem notwendigen Paradigmenwechsel, den die Gesellschaft anerkennen und praktisch umsetzen muss.

Mit dem Etikett »ADS« (Aufmerksamkeits-Defizit-Störung) und »ADHS« (Aufmerksamkeits-Defizit-Störung in Verbindung mit Hyperaktivität) geht man heutzutage sehr freigebig um; mittlerweile dürften diese Begriffe allseits bekannt sein. Dazu kommt, dass die althergebrachten Erziehungsmethoden und Unterrichtsformen inzwischen altmodisch oder antiquiert, in manchen Fällen sogar archaisch anmuten.

Unter all den Lösungen, die in den zahlreich erschienenen Büchern zum Thema ADS, ADHS sowie deren medikamentöser Behandlung vorgestellt werden, finden Eltern noch keine abschließende Antwort, schon gar nicht auf ganzheitlicher Ebene. Genau dieses Thema greift Doreen Vir-

tues Buch auf. Es gibt positive Anregungen und präsentiert Alternativen. Der neuartige Ansatz der engagierten Psychologin bringt frischen Wind in die Sache, indem er versucht, aus dem Gleichgewicht Geratenes wieder in die Balance zu bringen, und zwar im Licht der neuen Merkmale, welche bei unseren Kindern und Jugendlichen, die wir als »Indigo-Kinder« bezeichnen, anzutreffen sind.

Wer sind diese Indigo-Kinder, die nun weltweit geboren werden? Und wie haben wir von diesem Phänomen erfahren? Mitte der 1970er-Jahre lernte ich eine Lehrerin und Beraterin namens Nancy Ann Tappe kennen, eine Frau mit tiefen Einsichten. Im Rahmen ihrer therapeutischen Arbeit befasste sie sich mit den Farben der menschlichen Aura und mit deren Bedeutung. 1982 schrieb sie ein Buch darüber: *Understanding Your Life Through Color*. Nancy Ann Tappe unterschied zwischen verschiedenen Menschentypen, kategorisiert nach charakteristischen Eigenschaften und Verhaltensmustern, die mit den Farben der elektromagnetischen Felder um alles Lebendige – beim Menschen »Aura« genannt – zu korrelieren scheinen. Mithilfe dieser neuartigen Aurafarbenmethode und auf der Basis ausgedehnter Untersuchungen erstellte die Psychologin scheinbar verblüffend genaue und aufschlussreiche psychologische Profile – ein vollkommen neuer Ausgangspunkt für die Kategorisierung menschlichen Verhaltens. Eines der ihr aufgefallenen Merkmale war ein intensives Blau, das sie bei rund 80 Prozent der nach 1980 geborenen Kinder beobachtete. Sie bezeichnete die neue Aurafarbe als »Indigo« – von daher also der Titel unseres Buches und der Name dieser »neuen Kinder«, mit denen wir uns seitdem befassen.

Nicht alle Indigos weisen ADS/ADHS auf, und nicht alle Kinder, bei denen Symptome dieser Art diagnostiziert werden, sind automatisch Indigos. Das charakteristische Verhalten der Indigos jedoch scheint sich oft mit jenem von Kindern zu decken, die sich tatsächlich mit diesen Störungen auseinandersetzen müssen.

In unserem Buch definieren Lee und ich die Indigo-Kinder wie folgt:

Ein Indigo-Kind ist ein Kind, das neue und ungewöhnliche psychologische Merkmale an den Tag legt und das ein Verhaltensmuster aufweist, welches im Allgemeinen nicht von früheren Zeitpunkten belegt ist. Diese Muster sind von gemeinsamen einzigartigen Faktoren gekennzeichnet und lassen es für jene, die mit den Kindern zu tun haben (insbesondere die Eltern), angeraten scheinen, ihren Umgang mit den Kindern und deren Erziehung zu ändern, um ein Gleichgewicht herzustellen. Diese neuen Muster zu ignorieren, bedeutet nämlich möglicherweise, dass im Geist dieses kostbaren neuen Lebens Ungleichgewicht und Frustration entstehen.

Ferner listen wir dort einige der geläufigsten Verhaltensmuster von Indigos auf^{*}:

- Sie kommen mit dem Gefühl auf die Welt, königliche Hoheiten zu sein (und verhalten sich oft dementsprechend).
- Sie haben das Gefühl, dass sie es »verdienen, auf der Welt zu sein«, und sind überrascht, wenn andere diese Ansicht nicht teilen.
- Selbstwertgefühl ist für sie kein großes Thema. Sie

^{*} Lee Carroll und Jan Tober, *Die Indigo-Kinder*.

sagen ihren Eltern oft schon sehr deutlich, »wer sie sind«.

- Sie haben Probleme mit absoluter Autorität (Autorität ohne Erklärung oder Wahlmöglichkeit).
- Sie tun bestimmte Dinge partout nicht; zum Beispiel fällt es ihnen schwer, Schlange zu stehen.
- Sie werden frustriert, wenn Systeme ritualorientiert sind und kein kreatives Denken erfordern.
- Sie nehmen oft bessere Möglichkeiten wahr, wie man etwas angehen könnte – ob zu Hause oder in der Schule –, und werden oft als Kinder gesehen, die gegen bestehende Systeme rebellieren (mit keinem System konform gehen).
- Sie wirken unsozial, es sei denn, sie bewegen sich unter ihresgleichen. Sind keine anderen in ihrem Umfeld, deren Bewusstsein ähnlich strukturiert ist, so verkriechen sie sich oft in sich selbst und haben das Gefühl, von niemandem verstanden zu werden. Schule ist für sie sozial gesehen oft außerordentlich schwierig.
- Sie sprechen nicht auf »Disziplin aus Schuldgefühlen« an (»Na warte, bis dein Vater nach Hause kommt und herausbekommt, was du angestellt hast!«).
- Sie sind nicht zurückhaltend, wenn es darum geht, deutlich zu machen, was sie brauchen.

Öffnen Sie Ihr Herz und Ihren Verstand für neue Möglichkeiten im Umgang mit unseren Kindern, wenn Sie das Buch dieser liebevollen und engagierten Frau lesen. Mit Dr. Virtues Buch schließt sich eine Lücke zwischen linearem Denken einerseits und kursierenden kreativen Ansätzen andererseits.

Ihre Belege sind beeindruckend, ihre Intuition zeigt so manches in einem neuen Licht. Ich jedenfalls finde ihren Beitrag zur aktuellen Diskussion spannend und bin hocheifrig über ihn.

Die Kinder sind unsere Zukunft. Wie wäre es, die derzeitige Wirklichkeit ganz neu einzuordnen, und zwar diesmal ausgehend vom Raum unseres Herzens, um so die potenzielle Zukunft zu verändern und ein Dasein führen zu können, in dem alles mehr im Gleichgewicht ist? Werden wir zur Regenbogenbrücke, welche die ausgetretenen Pfade mit den völlig neuen verbindet – für unsere Kinder, uns selbst und unseren Planeten.

Danke, Doreen, für dieses Buch!

Einleitung

Kleine Lichtarbeiter

Es ist schon ein ganz besonderer Menschenschlag, der da auf unseren Planeten gekommen ist, um uns mit seinen Gaben zu beschenken: Die Indigo-Kinder sind hier, um unsere politische Landschaft und unsere Bildungssysteme, unsere Ernährung, familiären Strukturen und so manches mehr zu verändern. Und sie sind auch hier, um uns allen zu helfen, das in uns steckende Potenzial zu realisieren, indem wir natürlicher werden und unsere Intuition stärken.

Wie die frühen Siedler, die nach Nordamerika oder Australien kamen, sind die Indigos eigenständig, dickköpfig und erfinderisch. Sie haben eine Aufgabe vor sich, und dabei lassen sie nicht zu, dass sich ihnen jemand in den Weg stellt. Frühere Generationen erhielten auf der intuitiven Ebene die Botschaft: »Ändere etwas an der Regierung; die Welt braucht Heilung.« Anfangs unternahmen sie Schritte in diese Richtung, ließen sich jedoch später von Apathie und familiären Verpflichtungen entmutigen und ablenken. Die Indigo-Kinder werden das nicht noch einmal zulassen – es sei denn, wir machen sie mit Medikamenten gefügig. Und dennoch gibt es Menschen, die etwas gegen die Veränderung haben, die diese Kinder repräsentieren. Wenn es nach ihnen ginge, dürfte das Schulsystem gerne so bleiben, wie es derzeit ist, und sie

würden es gerne sehen, wenn sich die Indigo-Kinder einfach anpassen.

Da man Indigo-Kinder zu nichts zwingen kann und da sie Zwang als eine Form von unehrlicher Manipulation betrachten, greift man zu der heimtückischen Methode, die Indigo-Kinder unter Medikamente zu setzen, damit sie »sich eingliedern«. Indigo-Kindern wird oft das Etikett »ADS« oder »ADHS« angeheftet, das heißt, man unterstellt ihnen eine Aufmerksamkeits-Defizit-Störung, gegebenenfalls in Verbindung mit Hyperaktivität. Doch diese Kinder sind nicht gestört – gestört ist vielmehr die Welt, in die sie hineinzu passen versuchen! Sie ist voll von Unnatürlichem und Unehrlichkeit. Und um mit Dawn zu sprechen, einer Indigo-Jugendlichen, die wir in diesem Buch immer wieder zitieren werden: »Oh ja, wir haben eine Aufmerksamkeits-Defizit-Störung, das ist richtig. Wir leiden unter einem Mangel an Aufmerksamkeit vonseiten unserer Eltern sowie von anderen Erwachsenen, deren Hilfe und Anleitung wir brauchen.«

In unserer modernen Welt, wo man sein Dasein mit aufbereiteten Nahrungsmitteln und verschmutzter Luft fristet, lügt man allseits sich selbst und anderen etwas vor. Jeden Tag gehen die Menschen Jobs nach, die sie hassen, und spalten ihre in tieferen Schichten anzutreffende Unzufriedenheit von sich ab. Die Indigo-Kinder sind jedoch nicht mit der Fähigkeit ausgestattet, sich von derartigen Dingen abzutrennen und sich selbst etwas vorzumachen. Sie verfügen über unglaubliche telepathische Fähigkeiten und sind moralisch zu integer, um sich selbst zu betrügen. In gewisser Hinsicht sind die Indigo-Kinder ein gesundes Rollenvorbild für uns alle.

Vielleicht steht ADHD (engl. für ADHS) ja in Wirklichkeit für:

Aufmerksamkeits-
Draht zu einer
Höheren
Dimension

Liest man den Begriff »ADD« (engl. für ADS) als das englische Wort »add^{*}«, so wird einem deutlich, dass wir es mit einem Synonym für »plus« und »positiv« zu tun haben. In der Tat weisen Indigo-Kinder eine Menge positiver Merkmale auf; sie können ein großer Gewinn für ihre Familie und Umgebung sein.

Indigo-Kinder haben eine schwere Mission zu erfüllen, zu der unter anderem eine Umstrukturierung unserer Regierungs-, Bildungs- und Sozialsysteme gehören wird. Es ist beinahe so, als befänden sie sich in einem Trainingslager, um dort für die schweren Wettkämpfe ausgebildet zu werden. Indigo-Kinder scheinen ein hohes Maß an Stimulation und Spannung in ihrem Leben zu brauchen. Man bekommt den Eindruck, ihr Gehirn sei so »geschaltet«, dass es hohen Belastungen standhält, und wenn ihr Umfeld nicht genug Reize bietet, machen sich Indigo-Kinder eben selbst auf die Suche nach Stimulation oder sorgen selbst dafür.

Hochbegabte und ADHS-Kinder haben vieles gemeinsam: etwa einen hohen IQ, Kreativität und einen Hang zum Risiko. Experten gehen sogar so weit, zu sagen, der einzige Unterschied zwischen einem hochbegabten Kind und einem ADHS-Kind liege darin, dass Hochbegabte die Projekte zu Ende bringen, die sie angefangen haben, während ADHS-

* Dt. *addieren*, etwas *hinzufügen* (Anm. d. Übers.).

Kinder Projekte vorzeitig abbrechen. Vielleicht brauchen ADHS-Kinder insofern eher eine Hand, die ihnen hilft, ihr Organisationstalent besser auszubilden ..., und nicht Ritalin. Indigo-Kinder sind junge Exzentriker, die ihre eigenen Regeln aufstellen und so leben, wie es ihrem Herzen und Verstand passt. Selbst diese Eigenschaft jedoch hat durchaus auch positive Auswirkungen. Dr. David Weeks vom Royal Edinburgh Hospital in Schottland führte Befragungen mit 1100 »Exzentrikern« durch und fand dabei heraus, dass sich diese Männer und Frauen in drei primären Charaktereigenschaften glichen. Sie alle hatten: (1) Willenskraft; (2) eine tüchtige Portion Humor; (3) kreative Fantasie. Darüber hinaus scheinen sie seltener gesundheitliche Probleme als die sonstige Bevölkerung zu haben und länger zu leben. Außerdem fand Dr. Weeks heraus: »Exzentriker sind tendenziell eher fröhliche, idealistische Naturen und haben zahllose Projekte im Kopf, mit denen sie die Welt verbessern oder retten wollen.«

Es ist also in vieler Hinsicht ein Plus, exzentrisch zu sein. Dr. Weeks kam zu dem Schluss, dass »der Hauptmotor der Exzentriker die Neugier ist – was oft dazu führt, dass sie die kleinen Irritationen und Stressfaktoren des Alltags, die den Rest der Bevölkerung plagen, gar nicht wahrnehmen.« Indigo-Kinder und Exzentriker sind viel zu sehr damit beschäftigt, sich aktiv zu erträumen, wie sie die Welt retten können, als dass sie sich damit abgeben würden, ihr Bett zu machen.

Es gibt da die Geschichte von dem Mädchen, das eines Tages vor einem riesigen Haufen Pferdeäpfel stand. Die Kleine nahm eine Schaufel und begann mit Inbrunst, den Dung abzutragen. Ihre Mutter beobachtete sie dabei und fragte:

»Du meine Güte, was machst du denn da?«

»Wo so viele Pferdeäpfel sind, muss irgendwo ein Pony sein!«, antwortete das kleine Mädchen. »Ich weiß, irgendwo da drinnen ist es.«

Ein ähnliches Interesse legt uns der Umgang mit den Indigo-Kindern nahe: Wir müssen genauso vorgehen und ihr Verhalten neu einordnen, um wie in der Geschichte nach dem Pony zu graben.

So oft hat man diese Kinder bestraft, ausgeschimpft und sich über sie lustig gemacht – wenn nicht zu Hause, dann waren da Lehrer und Gleichaltrige, die dies taten. Nach und nach beginnen sich die Indigo-Kinder dafür zu schämen, dass sie sind, wie sie sind. Diese Scham trübt den Glanz, der über ihren goldenen Gaben liegt. Wie ein Hund, der schon zu oft Prügel bezogen hat, lassen auch Indigo-Kinder oft den Kopf hängen und »ziehen den Schwanz ein«. Vieles an ihrem auffälligen Verhalten rührt nicht von ihrer ADS, sondern vom Trauma der Scham und daher, dass man ihnen emotional übel mitgespielt hat. Indigo-Kinder wissen, dass sie anders sind als die breite Masse. Viele von ihnen haben mir schon gesagt: »Ich fühle mich, als hätte mich ein Bus auf diesem Planeten abgesetzt, und ich frage mich, ob er mich wohl bald wieder aufsammelt und nach Hause zurückbringt.«

Zum Glück leben heute genug Indigos, sodass sie sich in der Schule zusammentun können. Vergleichbar mit den Cliques, an die sich viele von uns noch erinnern (»Die wilde Dreizehn«, »Die Zorros« und so weiter), hat sich eine neue Gruppe gebildet: jene der Indigo-Kinder. Diese soziale Bezugsgruppe kann als Puffer fungieren und es den Kindern erleichtern, den Schmerz zu ertragen, wegen ihrer Andersar-

tigkeit geneckt oder mit Vorwürfen bombardiert zu werden. Ohne diese soziale Unterstützung aus dem Freundes- oder Familienkreis können sensible Indigo-Kinder zu der Auffassung gelangen, irgendetwas würde mit ihnen nicht stimmen. Es kann dazu führen, dass sie sich entsprechend abreagieren oder dass sie hochgradig introvertiert werden.

»Ich glaube nicht, dass ADS aufsässig macht«, sagt Jeffrey Freed, M.A.T., Verfasser von *Zappelphilipp und Störenfriede lernen anders*. »Ich glaube vielmehr, die Faktoren, die hierzu beitragen, sind die angehefteten falschen Etiketten und die Bloßstellung, die mit so etwas einhergeht. Die Mehrheit dieser rebellischen Außenseiter hätte ein glückliches, produktives Leben führen können, wäre da nicht ihr ›Verbrechen‹ gewesen, einen anderen Lernstil zu haben.«

Indigos fühlen sich schon alt, wenn sie auf die Welt kommen. In einiger Hinsicht wissen sie viel mehr als die Erwachsenen, doch weil Zeit und Geld im Bildungswesen knapp sind, haben sie nur begrenzt die Chance, ihre Begabungen zum Ausdruck zu bringen. Den ganzen Tag sind sie mit Schule und Hausaufgaben beschäftigt – und der Gipfel ist: Sie bekommen dafür keinen Cent!

Wie wäre Ihnen zumute, wenn Sie den ganzen Tag irgendwo ausharren und mit Leuten zusammen sein müssten, die Sie hänseln oder schneiden; wo man Ihnen permanent sagt, dass mit Ihnen etwas nicht stimme – und Sie bekämen nicht einmal Geld dafür? Sicher, man würde Ihnen sagen, dass diese Arbeit »irgendwann« in eine bezahlte Tätigkeit münden werde. Aber Sie könnten nie so ganz sicher sein, ob es letztlich wahr ist. Ein 19-jähriges Indigomädchen schilderte mir seine Erfahrungen in der Schule und im Leben:

Ich heiße Alicia, und das bedeutet »aufrichtig«. Ich tue meinem Namen alle Ehre. Lügen und Unaufrichtigkeit kann ich nicht ausstehen. Wenn ich in der Schule bin, kann ich nicht zuhören. Ich weiß, dass es keinen Sinn hat, wenn ich das lerne, was man mir da beizubringen versucht, weil ich es in der Zukunft nie brauchen werde. Ich weiß, dass ich aus einem bestimmten Grund auf der Erde bin. Ich weiß es ganz sicher, aber ich weiß nicht, aus welchem. Ich weiß, dass ich dazu da bin, anderen zu helfen, aber ich weiß nicht, wem oder wie. Ich weiß, dass es noch etwas Größeres gibt, und das hat mit meiner Seele zu tun, nicht damit, was ich in der Schule lerne. Mir passiert es so leicht, dass ich mich in der Welt verliere, aber da ist immer etwas, das mich sofort zurückbringt, und ich weiß, es sind die Engel. Ich weiß, dass sie auf mich aufpassen, denn sie zeigen es mir tausendmal am Tag. Ich habe Engel gesehen und gespürt, und ich weiß es, wenn sie da sind. Ich will meinen Freundinnen und Freunden und meiner Familie von solchen Sachen erzählen, aber sie verstehen es nicht.

Indigos sind hochgradig kreative Kinder, und ihr Denken passt nicht in die gängigen Schubladen. Diese Denkweise hat auf der Welt schon viele große Erfindungen hervorgebracht, wahre Durchbrüche. Und doch kann es passieren, dass der brillante Geist der Indigos, sofern er nicht verstanden und in angemessene Bahnen gelenkt wird, mit der Diagnose »ADS« oder »ADHS« bedacht wird. Viele Wissenschaftler glauben, dass man Einstein, Edison, Da Vinci und anderen großen Denkern bestimmt auch dieses Etikett angehängt hätte, wären sie heute noch am Leben. Vor dem Hintergrund unseres heutigen Kenntnisstands hätten wir natürlich nicht

gewollt, dass diesen exzellenten Wissenschaftlern und Philosophen bei ihrer sinnvollen Arbeit Steine in den Weg gelegt würden.

Dass etwas sinnvoll sein muss – das ist der Schlüssel, den es zu beachten gilt, wenn Sie mit Ihrem Indigo-Kind arbeiten wollen. Meine Arbeit als spirituelle Beraterin hat mich zu der Überzeugung gebracht, dass man jede psychische Erkrankung letztlich auf ein und denselben Punkt zurückführen kann: die entsprechende Person arbeitet nicht an dem, was dem göttlichen Sinn ihres Daseins entspricht. Es wäre töricht, zu denken, Ihr Kind kenne keine existenziellen Ängste, weil es noch ein Kind ist. Heute fangen Kinder schon in sehr jungen Jahren an, den Sinn des Lebens zu hinterfragen. Aber vielleicht war das ja auch schon bei Ihnen selbst der Fall.

Indigos lernen und handeln zwar anders, aber das heißt keineswegs, dass sie weniger intelligent sind. Dr. Jane Healy, Autorin von *Endangered Minds*, kommt zu der Feststellung, dass die IQ-Werte unter den heutigen Schulkindern im Vergleich zu vorherigen Schülergenerationen recht hoch sind. Die Indigo-Kinder sind ganz und gar nicht begriffsstutzig! Ihr Gesamt-IQ spiegelt lediglich eine Verschiebung: Auf dem Gebiet der außersprachlichen Intelligenz werden höhere Punktzahlen erreicht, wohingegen die Kurve im Bereich der sprachlichen Fähigkeiten eine Delle aufweist. Doch da der IQ-Wert sowohl anhand der verbalen als auch der nonverbalen Fähigkeiten ermittelt wird, sind die Gesamtpunktzahlen heute höher als je zuvor. Dennoch mag sich die Intelligenz der Indigo-Kinder nicht in ihrem Zeugnis niederschlagen. Vielmehr glänzen sie stattdessen mit ihren Punktzahlen bei

Videospielen. Oder durch prachtvolle selbst gebastelte Perlenhalsketten. Oder dadurch, dass sie Wort für Wort die Texte ihrer Lieblingssongs auswendig können.

In diesem Buch werden wir auf Möglichkeiten eingehen, diese Intelligenz auf andere Lebensbereiche zu übertragen, etwa auf die Schule und familiäre Beziehungen. Indigo-Kinder sind eine Gruppe von Individuen, die seit Ende der 1970er-Jahre auf diesem Planeten eintreffen. Einige von ihnen kamen als »Expeditionsvorhut« schon früher. Die frühesten Indigo-Kinder trafen in kleinen Gruppen Ende der Fünfziger- und Sechzigerjahre ein, um den Planeten als Vorbereitung für die größere Gruppe, die später folgen würde, zu erkunden.

Wenn Sie von diesen Indigo-Kindern hören, kann es sein, dass Sie ihre Eigenschaften auch gut auf sich selbst übertragen können. Vielleicht fragen Sie sich sogar: Könnte es sein, dass auch ich ein Indigo-Kind bin, obwohl ich doch nun wirklich schon erwachsen bin? Wenn Ihnen bei der Lektüre dieses Buches solche Gedanken kommen, so liegt das daran, dass Sie eine Verbundenheit mit jenem Teil des Indigo-Szenariums spüren, der sich mit Ihrem eigenen Daseinszweck überschneidet. Sie sind ein Lichtarbeiter – ganz wie die Indigo-Kinder.

Woher die Indigo-Kinder ihren Namen haben

Der Name »Indigo«-Kinder bezieht sich auf die Farbe »Indigoblau«, ein kräftiges Blau, ähnlich dem des Lapislazuli oder dem Blau von Denim-Jeans. Der Begriff leitet sich von den Farben der Chakras, den Farben der einzelnen Energien her. Jede Generation scheint ein bestimmtes Gruppenbewusstsein aufzuweisen – einen gruppenbezogenen Daseinszweck,

wenn man so will. Bei jeder Generation können wir ihre Erwachsenenjahre einem bestimmten Thema und dem ihm entsprechenden Chakra mitsamt der dazu gehörigen Farbe zuordnen. Zum Beispiel drehte sich für die Generation nach der Wirtschaftskrise und der Nachkriegsära in den Vierziger- und Fünfzigerjahren alles um Sicherheit. Man heiratete damals jung und behielt seinen Job ein Leben lang. Ob man in seiner Ehe oder im Beruf glücklich war, galt als zweitrangig, verglichen mit der Sicherheit, die der jeweilige Status bot. Diese Sichtweise ist mit dem *Wurzelchakra* verwandt, einem Energiezentrum an der Basis der Wirbelsäule.

Jedes Chakra dreht sich in einem anderen Tempo, je nachdem, was ihm zugeordnet ist. Die Chakras, die materiellen Dingen zugeordnet sind, drehen sich langsamer als die eher auf spirituelle Belange ausgerichteten. Wie Sie vielleicht wissen, nimmt man bei Licht, das sich langsam bewegt, »warme Farben« wie etwa Rot, Orange und Gelb wahr. Je schneller die Lichtwellen, desto kühler ihre Farben: Violett ist die Farbe, die bei der höchsten Geschwindigkeit auftritt. Man bringt sie ferner mit der »spirituellsten« Frequenz in Verbindung. Die Generation, die in den Fünfzigerjahren erwachsen wurde und mit dem Wurzelchakra in Verbindung steht, könnte man auch als »die Kinder des roten Strahls« bezeichnen. Das liegt daran, dass sich das Wurzelchakra so langsam dreht, dass es die Farbe mit der niedrigsten Frequenz im sichtbaren Spektrum aufweist: Rot.

In den Sechziger- und Siebzigerjahren ging es der Jugend weniger um Sicherheit. Man interessierte sich eher dafür, die körperlichen Vergnügungen zu erkunden, die mit Drogen, Sex und Rock 'n' Roll einhergingen. Erlebnisse dieser Art

korrelieren mit dem zweiten Chakra, auch *Sakralchakra* genannt. Da sich dieses Chakra ein wenig schneller dreht als das Wurzelchakra, erscheint es orange. Man könnte die Jugend der Sechziger und Siebziger von daher als »Kinder des zweiten – oder orangefarbenen – Strahls« bezeichnen.

Die nächste Generation, jene der Achtzigerjahre, kreiste in ihrem Denken um persönliches Eigentum und Macht. Frauen begannen einen maskulin anmutenden Businessdress mit Schulterpolstern zu tragen. Junge Menschen machten bergeweise Schulden und erwarben Immobilien und Autos, um ihre Nachbarn zu beeindrucken. Dieses Verhalten zeigt eine Verbindung zum dritten, dem *Solarplexus-Chakra*, das sich in Gelb dreht.

Die frühen Neunzigerjahre waren durch den Anfang einer spirituellen Revolution gekennzeichnet: Viele Menschen traten Kirchen und Tempelgemeinschaften bei und lasen Bücher über Spiritualität außerhalb der Religionen. Der Papst hielt eine öffentliche Ansprache, in der er sich für das Fehlverhalten der katholischen Kirche in der Vergangenheit entschuldigte. In Amerika kam es zu einer Abnahme von Gewaltverbrechen. Hingen dieses spirituelle Interesse und die Reue mit dem bevorstehenden neuen Jahrtausend zusammen, für das einige die »Wiederkehr Christi« prophezeiten? Ob das spirituelle Erwachen auf Angst oder auf Liebe zurückging: Offenbar zeigte es bleibende Wirkung. Dieses neuerliche Interesse an Spiritualität war eine Herzensangelegenheit, hing also mit dem *Herzchakra* zusammen, dessen Drehgeschwindigkeit die Farbe Smaragdgrün in Erscheinung treten lässt.

Die ausgehenden Neunzigerjahre läuteten eine Zeit ein, in

der viele Unabhängigkeit anstrebten. Ob sie in die Börse einstiegen, sich selbstständig machten oder der Tretmühle den Rücken kehrten: Individualismus war angesagt. Der Personalabbau in den Unternehmen bedeutete das Ende der lebenslang sicheren Jobs. Vielmehr hieß es jetzt: »Jeder und jede für sich.« Außerdem verliehen viele dem Wunsch Ausdruck, Integrität in ihrem Leben herzustellen. Das bedeutete den Ausstieg aus Situationen (Jobs, Ehen und so weiter), die sich ungesund anfühlten. Basierend auf Dingen, die sie leidenschaftlich interessierten, starteten die Menschen eigene unternehmerische Aktivitäten. Diese Veränderungen stehen mit dem *Kehlochakra* in Verbindung, bei dem es um Themen wie »Wahrheit und Integrität« in der Kommunikation geht. Dieses Chakra dreht sich in einem hellen Himmelblau.

Die spirituelle Revolution der Neunziger war das Sprungbrett für ein wiederaufkeimendes Interesse an übersinnlichen Phänomenen, welches das neue Jahrtausend einläutete. Zum ersten Mal standen auf den Titelseiten gängiger Zeitungen Artikel über Medien wie James Van Praagh, John Edward, Sylvia Browne und Yours Truly. Filme wie *Der sechste Sinn* und Fernsehsendungen wie *Touched by an Angel* befassten sich offen mit Engeln, erdgebundenen Geistern und einem Leben nach dem Tod. Dieses Interesse an Überirdischem wird vom sechsten Chakra gesteuert, auch *Drittes Auge* genannt. Es dreht sich in drei verschiedenen Farben: Weiß, Violett und vor allem Indigoblau. Kinder, die Mitte der Siebzigerjahre bis heute geboren wurden, werden deshalb oft »Indigo-Kinder« genannt: Sie sind buchstäblich »Kinder vom indigofarbenen Strahl«. Sie haben hochgradige paranormale Begabungen und halten ihre diesbezüglichen Visionen

und ihr Wissen für selbstverständlich. Ihre spirituelle Ader bewirkt oft, dass sie so sehr »in Kontakt« sind, dass sie häufig auch in anderen Lebensbereichen große Begabungen aufweisen (auch wenn sie selbst sie für einen Fluch halten mögen). Viele Indigo-Kinder sind zum Beispiel künstlerisch begabt. Ihre Neigungen gehen eher in Richtung Kunstschaffen als in Richtung der von der linken Gehirnhälfte gesteuerten theoretischen Betrachtung der Künste. Also kann es vorkommen, dass Indigo-Kinder in Musik eine Fünf haben, da sie sich nicht die einzelnen Tonleitern merken können; zu Hause komponieren sie jedoch mithilfe ihrer inneren Sinne die schönsten Musikstücke. Analog hierzu kann es sein, dass das Indigo-Kind auf dem Heftrand herumkritzelt, statt dem Unterricht zu folgen. Bei näherer Betrachtung entpuppen sich die Kritzeleien womöglich als komplexe und detailreiche Kunstwerke.

Viele Indigo-Kinder haben auch in emotionalen Dingen ihre Stärken. Oft fungieren sie für andere Kinder als »Straßenpsychologen«, die ihnen verständnisvoll »ihr Ohr leihen« und kluge Ratschläge geben. Das offene Herz und die Unvoreingenommenheit der Indigo-Kinder führen oft dazu, dass Menschen ihnen ihr Herz ausschütten. Ihr Indigo-Kind mag also mit einem bunten Sammelsurium von Freunden nach Hause kommen, die in Wirklichkeit die »Klienten« Ihres kleinen »Psychologen« oder Ihrer kleinen »Psychologin« sind.