

# ERWACHEN – was bedeutet das alles?

von Roswitha Köhler, Frankfurt

**Erwachen** – so viel wird in spirituellen Kreisen davon gesprochen. Die Aufforderung, endlich zu erwachen, ertönt auf unzählige Weise und will uns immer wieder anstoßen, es endlich zu tun oder geschehen zu lassen. Was aber ist damit gemeint? Was bedeutet es wirklich für unser Sein als Mensch, für unser irdisches Leben, für die Welt und unsere Zeit, für die Neue Zeit und die Neue Welt, die sich entfalten möchten? Erwachen in ein neues Bewusstsein, Erwachen in größere Liebe, Erwachen in ein tieferes Verständnis für das Mysterium des Lebens, Erwachen in das Gefühl umfassender Verbundenheit mit allem Sein, Erwachen in kosmisch-geistige Welten, Erwachen in die höhere Schwingungs-Dimension unserer Seele.

Ich habe ein umfangreiches Buch über das Thema des Erwachens geschrieben: *„Erwachen in die Kraft der Seele“*. Einerseits fühle und weiß ich, was das alles bedeutet. Dennoch frage ich mich: „Bin ich wirklich auf dem Weg des Erwachens und erwache in meine noch in mir schlummernde Kraft hinein? Wage ich dabei, vorhandene Widerstände zu überwinden? Gewiss, Erwachen lässt sich nicht „machen“. Es geschieht, wie am Morgen nach einer guten Nacht, wo wir zumeist von selbst aufwachen. Oder müssen wir uns immer den Wecker stellen? Muss uns zum inneren Erwachen vielleicht jemand oder etwas von außen anstoßen, ein Ereignis uns kräftig rütteln und äußere Umstände gar „zwingen“? Bestenfalls nimmt uns unsere Seele an die Hand und führt uns über vorhandene Klippen hinweg.

Erwachen wir mit „einem Schlag“ wie Saulus, der zum Paulus wurde? Oder vollzieht sich unser geistiges Erwachen Schritt für Schritt? Sicher entspricht dies der natürlichen Entwicklung. In unserer Zeit fordert uns jedoch die neue Energie besonders dazu heraus, oftmals in jedem Augenblick auch mitten im Alltag. Ich persönlich spüre seit Längerem einen tiefen, nicht greifbar starken Impuls, der in meinem Herzen brennt, ganz wach und völlig neu werden und sein zu wollen. Mir ist, als stünde SPIRIT hinter mir wie ein Engel, der mich auf sanfte Weise, aber kontinuierlich antippt und mir keine andere Wahl mehr lässt.

Eben saß ich auf meinem Balkon, lauschte einer Amsel, deren Töne das gesamte Umfeld erfüllte, sah mit staunenden Augen in den endlich einmal wolkenlos blauen Himmel, nahm mit erhöhter Intensität die Pflanzen um mich herum wahr und fiel plötzlich in eine tiefe innere Stille und große Dankbarkeit. Mir war, als wäre ich mit dem ganzen Erdball und dem gesamten Kosmos verbunden und auch mit all meinen fernen und nahen Freunden. Unendliche Weite durchzog mein Herz – in diesen sensiblen, wachen Momenten.

Sicher bist auch du auf deine Weise auf dem Weg des Erwachens und fragst dich trotzdem: Kann ich noch mehr dafür tun oder vollzieht es sich einfach? Was muss in mir passieren, dass ich ganz wach werde, wach meinem alten Denken gegenüber, wach in meinen Gefühlen und wach für die Umstände, die ich nicht akzeptiere und gern anders hätte? Wach für meine Mitmenschen und ihr So-Sein? Wach für die Probleme der Zeit mit all ihren zerstörerischen Tendenzen? Bin ich aber auch wach für meine tieferen Bedürfnisse, Sehnsüchte und meine innere Wahrheit? Bin ich wach für meinen Lebensauftrag, den ich hier auf dem Planeten zu erfüllen habe? Wach für meinen eigenen „Aufstieg“ und den der Menschheit? Sehe ich zudem mit wachen Augen all die Schönheiten um mich herum und die Wunder der Welt? Was wäre, wenn ich noch wacher würde? Veränderte sich dann mein gesamtes Leben? Ich glaube, letztlich vollzieht sich fundamentales Erwachen ganz im Geheimen, im Zentrum

unseres Wesens. Wenn wir aus angst- und problemzentrierter Haltung in die **Fülle** des Lebens hineinwachsen, erwachen wir vor allem in unserem **Herzen** und nicht nur im Kopf. Letztlich bedeutet das: Wir erwachen mit allen Sinnen, auf allen Bewusstseinssebenen und auch in unserem Körper durch die liebevolle Zwiesprache mit ihm. Wir erwachen vom unbewussten Sein zu wacher Wahrnehmung, von intellektuellem zu Höherem Denken, von emotionaler „Schwere“ zu umfassender Liebe, von alten, einengenden Prägungen zu freier Kreativität, von antrainiertem Wissen zur Weisheit unserer Seele, vom Ego-gesteuerten Sein zur klaren Führung von unserem Hohen Selbst – als Erwachen zu unserem „*wahren Selbst*“.

Das alles sind Ausdrucksformen hohen Erwachens. Höchste Essenz aber ist Erwachen in unsere **reine Göttliche Präsenz**. Wenn wir diese mit ihren feinsten Lichtfrequenzen immer stärker spüren und zu ihr werden, bekommen wir für alles im inneren und äußeren Leben einen umfassenderen Blick und werden frei von irdischen Anhaftungen.

In der Hingabe an diese unsere Göttlichkeit und der daraus resultierenden Geborgenheit brauchen wir nicht mehr so mühsam mit schwierigen Psychomustern „struggeln“ und durch lange „Prozesse“ gehen wie bisher. In dieser neuen, fundamentalen Liebe und Klarheit unseres Herzens darf und kann alles Unbrauchbare schneller schmelzen als mit herkömmlichen Methoden. Und wir können in der Tat die Kampffelder der Vergangenheit verlassen. Entscheidend ist allerdings, den Mut aufbringen, unsere alten Zweifel loszulassen. Welch' völlig neue Chance beinhaltet dann unser Erwachen in die Erkenntnis, dass wir im Grunde nicht mehr leiden müssen, weil wir von Gott unendlich geliebt sind, dass wir jetzt mit dieser Liebe nur noch uns selbst lieben und sie dadurch weitergeben können!

Sicher spüren wir dann mehr denn je, wie stark wir „von oben“ geführt werden – wenn wir unser Herz ganz dafür öffnen und uns in die Zusammenarbeit mit den Höheren Geistigen Meistern einlassen. Es heißt allerdings, dass diese uns nur in dem Maße unterstützen können, wie wir wirklich dafür bereit sind. Dabei geht es nicht darum, dass uns alle irdischen Wünsche erfüllt werden, sondern dass wir neben allen „Pflichterfüllungen“ des täglichen Lebens zu unseren höheren und ursprünglich in uns angelegten Potentialen erwachen. Das bedeutet, dass wir uns verabschieden von Vorstellungen, wie etwas zu sein habe oder nicht, so wie Jesus sagte: „*Meine Gedanken sind nicht eure Gedanken.*“

Im Grunde wissen wir das. Was aber geht in unserem Inneren vor, wenn wir vor der Wahl stehen, Probleme sich auf völlig neue Weise lösen zu lassen? Können wir uns vorstellen, dass dies nicht mehr mit der alten Anstrengung oder gar Verbissenheit erzwungen werden muss, sondern aus der Neuen Energie und unserer neuen Haltung auch mit Leichtigkeit geschehen darf? Vielleicht entwickelten wir dadurch ein größeres Verständnis für unsere Mitmenschen und machen immer mehr erstaunliche Erfahrungen. Ein Arbeitskollege z. B., der Schwierigkeiten bereitet, kann im wahrsten Sinne des Wortes umgestimmt werden, indem man, anstatt unter ihm zu leiden, ihm Liebe schickt und ihn segnet. Und das funktioniert.

In letzter Konsequenz bedeutet dieses neue Sein, dass wir selbst in unser **Zukunfts-Ich** hinein erwachen, indem wir im eigenen Inneren ein *unbelastetes Bewusstseinsfeld entstehen* lassen und uns auch für ein **neues Wir** entscheiden. In diesem bekommt das Jahrtausende alte „Judgement“ keinen Raum mehr. Andere Menschen ändern sich dann nicht, weil wir es von ihnen erwarten, sondern sie wandeln sich, weil wir als erste bei uns selbst damit beginnen. Vielleicht vollzieht sich dieser Prozess eines Tages auch bei den Mächtigen der Welt.

Potentiell existiert das alles bereits, und die Zeit dafür ist reif, individuell und kollektiv. Aus dem Verborgenen tauchen immer mehr Menschen auf, die zu diesem neuen Sein und Handeln erwachen. Wagen wir gemeinsam mit ihnen den angesagten „Shift“!

Nur wenn wir uns bedingungslos darauf einlassen und uns miteinander verbinden, kann sich das alte Leben komplett verändern. **Erwachen** ist dann etwas Allumfassendes und bedeutet letztlich fundamentalen **Wandel**, der aus liebevoller Hingabe an die eigene Göttlichkeit und die der anderen hervorgeht und unser Handeln inspiriert wird aus Höherem Wissen.

Für beides erwacht, gelang einer jungen Frau nach langer Schmerzphase tiefe Selbstannahme, aus der sie ihren Eltern, die sie verachtet hatte, plötzlich wieder große Wertschätzung entgegenbringen konnte. Dadurch veränderte sich das Leben von Vater und Mutter total. In deren Ehe konnte durch den Wandel der Tochter wieder der lang ersehnte Frieden einkehren und alle Beteiligten wurden glücklich.

*„Erwachen wir in die Kraft unserer Seele“*, werden sich im Inneren neue Tore öffnen. Das wird Einfluss haben auf alle Ebenen unseres Lebens. Erwachen – schau genau hin, was dich zutiefst *bewegt, berührt und erhebt, und was aus der Tiefe deines Herzens an die Oberfläche drängt*. **Das bist du** im Erwachen deiner selbst. Du verkörperst dann die LIEBE, die du bist – verbreitest den FRIEDEN, der dich erfüllt – gibst dich der FREUDE hin, die dich durchströmt. Und beginnt gar GRACE aus jeder Pore deines Seins zu erstrahlen, wirst du und werden wir die Welt umarmen, so wie sie ist und wie sie durch unser Erwachen sich zu wandeln beginnt – wenn wir denn gemeinsam ganz wach bleiben, auch dem „äußeren Treiben“ gegenüber.

Aufwachen und Erwachen bedeutet zunächst Initialzündung. Dann aber ist nachfolgende Wachheit ebenso wichtig, wenn nicht sogar entscheidend, d. h. nicht zurückzufallen in „alte Gewohnheiten“ oder den Dingen und Geschehnissen gegenüber wieder gleichgültig zu werden und symbolisch erneut einschlafen. Bat nicht Jesus seine Jünger: *„Könnt ihr nicht... mit mir wachen?“* und äußerte zu einem anderen Zeitpunkt die dringliche Aufforderung: *„Wachet und betet!“* *„Haltet an am Gebet!“* Zum Erwachen gehört also wesentlich das **wach bleiben**, selbst wenn wir uns in den täglich notwendigen physischen Schlaf begeben.

In unserer Zeit gewinnt Wachheit auch gegenüber einem anderen Problem zunehmend an Bedeutung. Unser Leben ist ja nicht nur bis aufs Letzte angefüllt mit unzähligen Dingen, die wir zu tun haben, sondern auch mit all den tausend Ablenkungen und „Versuchungen“, die auf uns lauern. Lassen wir uns in deren Sog ziehen und einfach „treiben“, weil wir meinen, daran nichts ändern zu können? Oder registrieren wir das bewusst und lernen *selbstbestimmend* zu werden – in höchster Wachsamkeit und Eigenverantwortlichkeit, selbst in den „Stürmen der Zeit“! Das ist in der Tat ein äußerst wacher und wichtiger Schritt.

Was würde es aber außerdem bedeuten, diesen nicht nur im Allgemeinen zu gehen, sondern **in jedem Augenblick**? Gleich ob wir gerade arbeiten oder nicht, ob wir beim Einkaufen sind, spazieren gehen oder uns entspannen wollen, immer sind wir dem zumeist unkontrollierten Spiel unserer Gedanken ausgesetzt. Wie wach sind wir dafür? In den letzten Jahren wurde oft darüber gesprochen, aus dem ewig sich drehenden Gedanken-Karussell auszusteigen und permanent den „ultimativen Beobachter“ einzuschalten. Spannend, was geschieht, wenn wir anfangen **wach zu steuern**, was wir denken wollen und was nicht! Es ist möglich, sorgende und „negative“ Gedanken bewusst auszutauschen und durch aufbauende und konstruktive

zu ersetzen, auch wenn wir noch nicht so geübt sind in dieser Kunst. Wir können es aber werden, wenn wir unsere mentalen und emotionalen Prozesse wach und neutral beobachten und dann entscheiden, was uns selbst und auch unser Umfeld mit Energie aufzuladen vermag und was schwächt. So dürften *Gedanken als gezielte Kraft* völlig neue Möglichkeiten für unser Leben kreieren. Seien wir in diesem aktiven Wachsein gesegnet!

Dieses gewinnt allerdings seine volle Entfaltung erst durch das Zusammenspiel mit seinem eher passiven Pendant: als die wache Präsenz in der „Leere“, das Eintauchen ins unermessliche Quantenfeld oder die totale Hingabe an das sogenannte *Nichts*. Da, wo wir ohne künstliche Verkleidungen sind und vollkommen frei von allem, was uns bisher als wichtig erschien, frei von allen sogenannten Illusionen. Da, wo göttliche Gegenwart eins wird mit dem, was wir in der tiefsten Tiefe unseres Menschseins sind und auch nicht sind. Jenseits dieser scheinbaren Paradoxie geht es um ein überwältigendes Mysterium: Lassen wir uns berühren von Gott, von Buddha, von Christus, von der höchsten kosmischen Kraftquelle und treten in dieser Berührung ein in unser volles Erwachen?

Sind wir bereit, uns für diese Berührung empfangsfähig zu machen? Beginnen wir, sie tief im Herzen zu spüren und nicht nur im Kopf um sie zu wissen? Nehmen wir mit äußerster Wachheit wahr, wie wir plötzlich im Zentrum unseres gesamten Seelen-Bewusstseins-Raumes landen? Da, wo wir eins sind mit Gott und allen Hohen Lichtwesen, die uns umgeben und zugleich das LICHT und die LIEBE, die sie verkörpern, selbst in uns tragen. Das ist Erwachen pur, wie ein Wunder, das uns beinahe sprachlos macht.

Aber, und jetzt springen alle Aber hervor. Unser Verstand schüttelt den Kopf, weil er nichts von alledem versteht. Macht nichts. Das eigentliche, tiefste oder höchste Erwachen ist jenseits jeglichen Verstehens. Aber, und jetzt werden die Aber lauter und massiver: Wir stehen doch mitten im Leben und wollen bei allem auch notwendigen Geschehenlassen vor allem etwas tun, unsere Aufgaben gut erfüllen und der Welt dienen und nicht im Nirwana landen. Unsere spirituelle Entwicklung möchte Früchte tragen, die essbar sind. Ja! Pflanzen wir ein Apfelbäumchen und erschaffen wir eine Neue Welt. Lassen wir uns durch nichts davon abhalten und setzten aus unseren erwachenden, göttlichen Kraftpotentialen neue Zeichen – im wachen Balanceakt zwischen aktiv und passiv.

Fühlen wir nicht in der Tiefe unsere eigene göttliche Quelle sprudeln? Fühlen wir nicht, dass es da in uns noch etwas gibt, das endlich aufspringen möchte? Nehmen wir den Deckel weg, der das Hervorkommen unserer Seelenschätze bisher verhinderte und lassen endlich zu, das zu werden, was wir in Wahrheit sind. Brechen wir wie ein ausschlüpfendes Küken die Schalen, die uns noch eingeeengt hielten und lassen alle künstlichen Konventionen hinter uns und alle Vorstellungen von Alter. Schauen wir zu, wie eine neue Sonne aufgeht und unser von göttlichen Reichtum erfülltes Ich hervortritt, unser *heiles Ich*, unser „*Zukunfts-Ich*“ oder, wie neuerdings gesagt, unser „*Evolutionäres Ich*“, das genau jetzt in diesem Zeitmoment der Weltgeschichte in Erscheinung treten und sich entfalten möchte – nicht aus Eigennutz, sondern aus mitverantwortlicher Verbundenheit mit allem Sein.

Wie das alles geschieht, kann ich nicht sagen. Ich fühle nur, dass jetzt alles möglich ist und dass die Energien zur Verfügung stehen, die unser Aufbrechen unterstützen. Dafür halte ich in jedem Moment mein Herz einfach ganz offen und bin bereit, auf die neuen geheimen Impulse zu lauschen, um sie umsetzen zu können. Auf diese Weise ertappe ich mich, dass ich

in vielen Begegnungen und Situationen völlig anders reagieren als bisher, dass ich Menschen essentieller wahrnehme und mutiger bin, das zu sagen, was wirklich in mir vorgeht. In meinem Alltag bedeutet das auch, dass ich öfter spontane Veränderungen zulasse und dann erstaunt bin, was daraus an kreativ Neuem entsteht. Alte Rezepte und Konzepte verlieren ihre Kraft. Unsere **wache Präsenz** ist nunmehr gefragt, damit in letzter Zielvorstellung aus unserem großen und den vielen kleinen Erwachen der Himmel auf Erden entstehen kann und wir beglückt einander die Hände reichen und alle künstlichen Trennungen überwinden. Wir sind, die wir sind – und das, so glaube ich, in zunehmender Dankbarkeit.