

**Sarah Rogalski**

**Perspektivwechsel**

**Ein Indigo-Kind wird zur Indigo-Mama**

**Inhaltsverzeichnis**

**Vorwort**

**Wegweiser durch dieses Buch**

**Was sind Indigo-Kinder?**

**Woran du ein Indigo-Kind erkennst**

Sie sind irgendwie anders

Sie sind weiter in ihrer Entwicklung

Sie sind sehr intelligent

Sie haben ausgeprägte Hellsinne

Sie sind sehr durchsetzungs- und willensstark

Sie verlangen sehr viel Aufmerksamkeit

Sie lassen sich nicht manipulieren, bestrafen oder erziehen

Sie haben eine starke Passion

Sie haben einen starken Gerechtigkeitssinn

Sie fühlen sich als etwas Besonderes, und wollen auch so behandelt werden

Sie sind oft frustriert, wenn sie nicht ernst genommen werden oder noch nicht über bestimmte Fertigkeiten verfügen

Sie wollen alles alleine machen

Sie sind sehr sensibel

Sie haben starke Gefühlsausbrüche – von himmelhochjauchzend bis hin zu Tode betrübt

## **Wieso kommen diese Kinder zur Welt, und warum werden es immer mehr? Aus der Sicht eines Indigo-Kindes**

So fühlt es sich an „irgendwie anders“ zu sein

## **Perspektivwechsel: Das Indigo-Kind wird zur Indigo-Mama Was Indigo-Kinder brauchen**

Authentizität

Sie wollen gesehen werden

Verbindung zu ihrem Bauchgefühl

Wahrheit

Ernst genommen werden

Respekt und Augenhöhe

Bedingungslose Liebe

Begleitung ihrer Emotionen

Kompetente Führung

Raum zur Entfaltung

Stärkung des Selbstvertrauens

Ruhe, Rückzug und Routinen

Körperliche Nähe

Einen Sinn

## **Häufige Fragen und Unsicherheiten von Indigo-Eltern**

Ich habe Angst davor, einen aggressiven Erwachsenen heranzuziehen

Die Ernährung meines Kindes

Wie gehe ich mit Wutausbrüchen in der Öffentlichkeit um?

Was tue ich, wenn das nahe Umfeld des Kindes eine andere Meinung hat?

Wie gehe ich mit dem System (Kindergarten, Schule und Co.) um?

Ich möchte mein Kind gut begleiten, aber fühle mich emotional manchmal nicht in der Lage dazu

### **Dein machtvollstes Werkzeug: deine Intuition!**

Was bedeutet Intuition?

So kommst du deiner Intuition wieder näher

Ist dein Herz weit offen, fließen Intuition und Seelensprache wie von selbst

### **Die Welt ist dein Spiegel – und dein Kind ist einer der größten!**

#### **Dein Kind als Trigger der Gesellschaft**

**Eine häufige Kombination: Das Indigo-Kind und eine Mutter, die lernen darf, Grenzen zu setzen und für ihre Bedürfnisse einzustehen**

#### **Die Geschenke der Indigo-Kinder**

#### **Seelenbalsam für die Begleiter dieser Kinder**

#### **Schlusswort**

#### **Danksagung**

#### **Über die Autorin**

## **VORWORT**

Ich bin von Dankbarkeit erfüllt, weil dich dieses Buch erreicht hat. Es wollte und sollte zu dir, da bin ich mir sicher. Und zu Beginn möchte ich dich von Herzen beglückwünschen!

Da du diese Zeilen liest, weiß ich, dass du, in dieser Form auch immer, - ob als Elternteil, als Großelternteil, Erzieher oder in einer anderen Rolle - ein sehr großes Privileg hast. Du darfst ein oder mehrere neue Hüter der Erde auf ihrem Weg begleiten. Für die Erde gibt es derzeit kaum etwas Wichtigeres! Aus eigener Erfahrung, die ich sowohl aus der Perspektive des „Irgendwie anders“-Kindes und später als Mama eines solchen Kindes machen durfte, kann ich nachempfinden, dass dieser Weg teilweise sehr herausfordernd ist. Diese Aufgabe ist aber

mindestens genauso wertvoll, und daher möchte ich dir mit diesem Buch ganz viel Mut schenken, sowie Kraft, Inspiration, Unterstützung, Glaube an dich selbst und Wertschätzung!

Die Welt befindet sich bereits seit einigen Jahren in einem großen Wandel. Alte Strukturen werden aufgebrochen, altbewährte Systeme hinterfragt, es kommen Dinge ans Tageslicht, die lange unerkannt waren, und es werden neue Wege gefunden und geebnet.

Diese neuen Wege wollen aber erst einmal gegangen werden, und dazu bedarf es Vorreiter! Diese Vorreiter gibt es schon seit einigen Jahrzehnten auf unserem Planeten, doch die Menschen erwachen nur langsam, Stück für Stück. Ich nehme wahr, dass jetzt ausschließlich die „neuen Kinder“ geboren werden. Kinder, die ein höheres Bewusstsein haben als wir. Sie sind hier mit einem wichtigen Auftrag und deine Aufgabe als Begleiter dieses Kindes ist daher nicht weniger wichtig. Du bist einer der Menschen, der den Weg deines Kindes mit am meisten prägt und seinen Start ins Leben maßgeblich begleitet und ebnet.

Ich fühlte einen starken Ruf, dem ich nachgab und dieses Buch schrieb. Hier hinein sind mein Herz, mein Wissen, meine gesammelten Erfahrungen und darüber hinaus empfangene Botschaften geflossen, mit der Herzensvision, dass es dir und deinem Kind dienlich sein wird und euch zu einem harmonischen, wertstiftenden Zusammenleben und einer starken Beziehung verhelfen wird. Dieses Buch möchte dir Mut schenken! Den Mut, immer auf dein Herz und deine innere Stimme zu vertrauen. Es möchte dir Kraft schenken, indem es dich daran erinnert, wie wichtig und wertvoll du bist, wenn du ein solch wundervolles Kind begleiten darfst! Ich möchte dir Vertrauen schenken. Vertrauen, dass alles genau richtig ist, wie es war, wie es ist, und wie es kommen wird. Und es möchte dir viele Anhaltspunkte schenken, die dir den Alltag mit diesem besonderen Kind erleichtern werden.

Es bricht eine Neue Zeit an, und diese Zeit bringt neue Erdenbürger mit sich: Unsere Kinder, die Kinder der Neuen Zeit.

Schon immer gab es Fortschritte auf der Erde. Doch in den vergangenen Jahrzehnten wuchs der technologische und wirtschaftliche Fortschritt schneller an als der Grad unseres Bewusstseins, was dazu führte, dass unsere Erde fast zu Grunde gerichtet wurde. Wir stehen derzeit an einem sehr wichtigen Wendepunkt in unserer Geschichte, der Geschichte der Menschheit und der Erde. Unsere Kinder werden,

wie bereits erwähnt, mit einem erhöhten Bewusstsein geboren. Wir, ihre Eltern, Großeltern und Wegbegleiter, dürfen lernen, sie so zu begleiten, dass sie ihr Geschenk offenen Herzens in die Welt bringen. Wir dürfen ihnen vertrauen, genau wie uns selbst. Unserer Intuition!

Dieses Buch richtet sich speziell an die Führer der Neuen Zeit. Kinder, die besondere Merkmale aufweisen, die im Laufe des Buches noch ausführlicher beschrieben werden. Unser Verstand kategorisiert bekanntlich gerne, und so haben die Kinder der Neuen Zeit unterschiedliche Namen bekommen: Gefühlsstarke Kinder, hochsensible Kinder, hochbegabte Kinder, Lichtkinder oder auch Indigo-Kinder. Auch wenn ich kein Freund von Schubladen-Begriffen bin, so werde ich im Laufe des Buches den Begriff „Indigo-Kinder“ oder „Indigos“ benutzen, weil dieser Begriff, anders als die anderen, alle wesentlichen Merkmale umfasst und nicht nur Teilaspekte ihres Wesens.

Die Führer der Neuen Zeit brauchen kurz zusammengefasst:

Einen geschützten Rahmen, Raum für ihre Entwicklung, Unterstützung, sowie das Gefühl, gesehen und bedingungslos geliebt zu sein.

Das benötigen natürlich auch alle anderen Kinder. Ich richte das Wort jedoch speziell an die Indigos, weil ich hier aus eigener Erfahrung sprechen kann. Aus zwei Sichtweisen heraus: Als Indigo-Erwachsene, also als ehemaliges Indigo-Kind, und als Mama eines Indigo-Kindes. Und vielleicht magst du dich spätestens an diesem Punkt des Buches fragen: „Von wem lese ich hier eigentlich gerade?“, und dieses Rätsel mag ich für dich in einem der folgenden Kapitel lüften.

Ich blicke gerade in diesem Moment zurück auf meine Vergangenheit und muss schmunzeln, weil mir bewusst wird, dass alle Schicksalsschläge, Lernerfahrungen, mein beruflicher Werdegang und vieles mehr, mich auf genau diese Aufgabe vorbereitet haben. Und auch wenn es mir an Zeit mangelt, wie du es als Mama oder Papa eines solch besonderen Kleinkindes sicher gut nachempfinden kannst, kann ich gar nicht anders, als dieses Buch zu schreiben, weil es mich drängt und ruft.

Was dieses Buch so besonders macht sind folgende drei Dinge:

- 1) Ich schreibe authentisch aus der Sicht eines Indigo-Kindes, weil ich selbst eines war.
- 2) Ich schreibe aus der Perspektive einer Mama eines Indigo-Kindes, weil ich selbst eine bin.
- 3) Ich ließ Botschaften mit einfließen, die ich empfangen habe. Deren Herkunft ist rational nur schwer erklärbar, und ich mag dir an der Stelle nur den Impuls geben:  
Lies mit dem Herzen, spüre die Wahrheit und nimm nur die Worte an, mit denen du in Resonanz gehst.

Nun gibt es noch eine kurze Anleitung darüber, wie du das Buch für dich am besten nutzen kannst, und dann hüpfen wir schon direkt hinein in die wunderbare Welt der Indigos mit dem Ziel, dass es das Leben deines Kindes als auch dein eigenes Leben bereichert und darüber hinaus unsere Erde zu einem besseren Ort werden lässt.

Ich sende dir tiefe Dankbarkeit und Herzensgrüße für deine Offenheit und dein wertvolles Wirken!

### **Was sind Indigo-Kinder?**

Diese Kinder sind die Botschafter der Neuen Zeit. Zukünftige Erwachsene, die alte Systeme hinterfragen, neue Wege aufzeigen und diese beschreiten. Mit dem tieferen Sinn dahinter, unsere Erde zu retten. Das klingt erst einmal dramatisch und somit beinahe nach einem Roman, jedoch steht die Erde derzeit an einem kritischen Punkt, und es ist jetzt an der Zeit, etwas zu verändern, um unseren Planeten langfristig zu erhalten. Indigos sind für mich die Führer der Neuen Zeit. Dabei führen sie jedoch nicht durch Dominanz und Rechthaberei, sondern auf eine liebevoll begleitende und unterstützende Weise. Sie hinterfragen Strukturen und Systeme und zwingen ihre Eltern damit regelrecht, es ihnen gleich zu tun. Es geht darum, nicht weiter blind der Masse zu folgen, sondern unseren gesunden Menschenverstand und unser tiefstes Gefühl, unsere Intuition, weise zu nutzen und den Mut aufzubringen, die Dinge anders zu leben, als sie uns vorgelebt worden sind.

Diese Kinder führen die Menschen in den unterschiedlichsten Bereichen auf neue Wege und leben neue Möglichkeiten vor. Dabei ist es vollkommen belanglos, ob sie spirituell erwacht sind oder sich ihrer Herkunft gar nicht bewusst. Es spielt ebenso keine Rolle, ob sie als Coach, Lehrer oder in der Wirtschaft, der Politik, im medizinischen Bereich, oder wo auch immer, Fuß fassen.

Sie rütteln bereits während ihrer Kindheit auf und „zwingen“ sozusagen ihre Eltern, neue Wege zu beschreiten. Einfach, in dem sie rebellieren, ob still oder laut. Die Eltern spüren, wenn es ihrem Kind nicht gut geht und in der heutigen Zeit hat ein „Da muss er / sie eben durch!“, „Das härtet ab fürs Leben!“ und so weiter in meinen Augen keinen Platz mehr. Das Leben darf leicht sein, es darf Freude machen. Trotz aller Prüfungen und Herausforderungen, vor denen wir immer wieder stehen. Doch sollten wir, du und ich, also die Generation der Älteren, unsere Kinder ermutigen, sich ihr Leben so zu gestalten, dass es sich gut und erfüllend für sie anfühlt. Als Kind hätte ich mir die heutigen, alternativen Möglichkeiten sehr gewünscht, und auch heute ist noch so viel mehr an neuen Möglichkeiten drin. Wir stehen ja erst am Anfang!

Jeder Einzelne ist dabei wichtig und von unschätzbarem Wert, wobei die eigene Bedeutung oftmals unterschätzt wird. Viele Mütter stellen sich und ihre Fähigkeiten in Frage. Sehen andere Kinder, die scheinbar „funktionieren“. Nur das eigene nicht! Doch genau darum geht es den Indigos auch: nicht zu funktionieren und ins System zu passen, sondern andere und neue Wege zu gehen. Vielleicht denkst du dir an der Stelle schon so etwas wie: „Na super...hätte es nicht einfacher sein können? Wieso ich? Wieso bei mir?“ Aber vielleicht bist du jetzt schon voller Ehrfurcht und von Dankbarkeit erfüllt, weil du solch eine besondere Seele ins Leben begleiten darfst. Wenn dem noch nicht (ganz) so ist, dann mag ich dich zum Umdenken anregen:

Glaube mir, du hast dich felsenfest auf Seelenebene dazu entschlossen, dieses Kind in die Welt zu bringen, und tief in dir weißt und spürst du das! Auch wenn es Momente und Tage der Verzweiflung gibt. Und ich möchte dich mit diesen Zeilen dazu anregen, das Indigo-Kind ein solches sein zu lassen, ihm zu helfen, sich zu dem zu ent-wickeln, wer er oder sie im Ursprung ist, aber nicht mit innerem oder äußerem Kampf, sondern in Einklang und Harmonie. Das klappt wunderbar, wenn man beginnt, diese Kinder zu verstehen und die Perspektive zu wechseln. Ich möchte, dass du und dein Kind in Harmonie leben könnt, Freude genießt, Liebe fließt, das Herz deines Kindes weit offen bleibt und dabei dein eigenes Herz heilt und

sich ebenfalls wieder öffnet. Denn die meisten Menschen tragen noch schützende Herzmauern mit sich, auf die ich im weiteren Verlauf des Buches noch eingehen werde.

Zum Abschluss dieses Kapitels möchte ich dir noch verraten, wodurch der Begriff „Indigo-Kind“ geprägt wurde: Hellsichtige Menschen nehmen die Aura dieser Kinder als Indigoblau wahr und können sie allein dadurch sofort erkennen. Menschen mit dieser Aura-Färbung gab es vor einigen Jahrzehnten noch nicht. Es hat einen Grund, weshalb sie gerade jetzt vermehrt auftauchen. Falls du jedoch zu der Vielzahl der Menschen gehörst, die sich von Anfang an auf ihre physischen Sinne verlassen haben, so wie auch ich einst geprägt wurde, erkläre ich dir im Folgenden, woran du ein Indigo-Kind noch erkennen kannst.

### **Dein machtvollstes Werkzeug: deine Intuition!**

All die Erfahrungen aus diesem Buch mögen dir nun sehr komplex erscheinen, und vielleicht hast du das Gefühl, in jeder Situation überlegen zu müssen, wie du jetzt handeln sollst, wenn es Konflikte oder andere Themen mit deinem Kind im Alltag gibt. An dieser Stelle mag ich dir sagen: Nimm an, was du bisher hier gelesen hast und noch lesen wirst, lass es sacken, speichere all das ab, was sich für dich im Herzen stimmig anfühlt, und dann nutze , wie auch immer die Situation sein mag, dein Zauberwerkzeug: deine Intuition!

Deine Intuition ist der Kompass durch dein Leben. Es ist dein Bauchgefühl, deine Herzensstimme. Es gibt in Wahrheit kein Richtig und kein Falsch, es zählt nur, was für dich STIMMT. Was für mich stimmt, muss für dich nicht stimmen, und was für dich stimmt, muss für deinen Nächsten nicht stimmen. Wichtig ist, dass wir uns von unserem Herzen durchs Leben leiten lassen, und nicht von unserem Verstand. Der Verstand bildet ein wichtiges und unverzichtbares Werkzeug für unsere Erdenreise, doch er kann uns nie gewinnbringend sagen, welchen Weg wir einschlagen und wie wir handeln sollten. Das alleine weiß nur dein Herz!

Wir leben in einer Zeit, in der wir uns wieder unserer Intuition widmen sollten.

Manche Menschen haben einen sehr guten Zugang zu ihrer Intuition, andere tun sich damit schwer. Alles darf sein, und egal, an welchem Punkt du stehst, es ist möglich,

deine Intuition zu schärfen. Im besten Falle nutzt du sie dann nicht nur, um große Entscheidungen zu fällen, sondern routinemäßig, tagein, tagaus. So dass alles in deinem Leben sich für dich und den aktuellen Moment stimmig anfühlt! Das ist die große Kunst, die viele von uns verlernt haben. Das Wundervolle jedoch ist: Wenn du dich wieder tief mit deiner Intuition verbunden hast und dich von ihr vertrauensvoll durch dein Leben führen lässt, dann passieren nicht nur Wunder und spannende Synchronizitäten, sondern du fühlst dich auch wesentlich leichter, brauchst dir nicht ständig den Kopf zerbrechen und Dinge abwägen, um sinnvolle Entscheidungen zu treffen. Du fühlst einfach nur, wählst das, was stimmig ist, und bist damit auf dem für dich richtigen Weg. Nicht nur im Zusammensein mit deinem Kind, sondern in deinem kompletten Leben!

Vielleicht bist du nun auch überfordert und denkst: Das ist aber ganz schön schwer. Vielleicht hast du nur eine kleine oder gar keine Vorstellung davon, wie das überhaupt und jemals möglich sein sollte. Wenn du dich so oder ähnlich fühlst, mag ich deinen Verstand direkt beruhigen. Es ergeht den meisten Menschen noch so, ja noch, weil ich fühle, dass unsere Erde im Wandel ist, und beobachte, dass bereits immer mehr Menschen sensibler und feinfühlicher werden. Meist geschieht Intuition noch spontan, wie auch die Telepathie, oder einfach das Gefühl, dass dein Gegenüber womöglich nicht ganz ehrlich ist.

Von klein auf wurden wir dazu erzogen, auf unseren Verstand zu vertrauen, logisch zu denken, Dinge zu planen und zu organisieren. Wir verließen uns immer mehr auf unseren Kopf, anstatt uns der leisen, inneren Stimme zuzuwenden. Intuition ist genauso wahrnehmbar und fühlbar wie unsere Hellsinne.

Du erinnerst dich: Alle Menschen, das heißt, auch du, kommen mit offenen Hellsinnen zur Welt. Doch bei den meisten von uns sind sie verkümmert, weil uns niemand vorgelebt hat, sie einzusetzen, oder überhaupt wusste, dass sie existieren. Irgendwann hast du gelernt, dass du eine lebhaftere Fantasie hast, die eben nicht mehr als Fantasie ist. Und so haben wir aufgehört, unsere Hellsinne aktiv zu nutzen. Eigentlich unglaublich, wie sehr wir uns beschnitten haben! Heute möchte ich meine trainierten Hellsinne um keinen Preis mehr missen. Sie leiten mich zuverlässig durch mein Leben und erleichtern mir viele Situationen. Ich nutze sie sogar für meinen Beruf! Ja, ich bin sogar so sehr davon überzeugt, dass unsere Hellsinne wieder so salonfähig werden, wie eine Fremdsprache zu erlernen, dass ich mit ganzem

Herzblut meine Online-Soul-Academy gegründet habe, in der sich unter anderem zahlreiche, wundervolle Menschen gegenseitig darin unterstützen, ihre Hellsinne wieder zu aktivieren, zu trainieren und zu nutzen.

Und das Schöne ist: Wirklich jeder! kann seine Hellsinne wieder aktivieren. Dazu bedarf es erst einmal der Erinnerung, dass diese überhaupt existieren. Aber spätestens, nachdem du dieses Buch gelesen hast, kannst du das Thema abhaken! Dann geht es um die bewusste Entscheidung, sie wieder zu erwecken, oder sie schlafen zu lassen. Du trägst einen riesengroßen Schatz in deinem Inneren. Gerne mag ich dir in diesem Buch ein paar Tipps geben, wie du deine Intuition wieder wachrufen kannst, um dein Kind besser fühlen, verstehen und begleiten und generell leichter intuitive Entscheidungen in deinem Leben treffen zu können.