

MONIKA DEZLHOFER

ECHT im Leben

Autismus und ADHS
aus spiritueller Sicht

MONIKA DEZLHOFER

ECHT im Leben

Autismus und ADHS
aus spiritueller Sicht

Ein Wegweiser für
einzigartige Menschen, Eltern und Begleiter

Ansata

Der Verlag behält sich die Verwertung der urheberrechtlich
geschützten Inhalte dieses Werkes für Zwecke des Text- und
Data-Minings nach § 44b UrhG ausdrücklich vor.
Jegliche unbefugte Nutzung ist hiermit ausgeschlossen.

Originalausgabe
Erste Auflage 2026
© 2026 by Ansata Verlag, München,
in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH,
Neumarkter Straße 28, D-81673 München
produksicherheit@penguinrandomhouse.de
Printed in Germany
Redaktion: Beate Schlachter
Umschlaggestaltung: Guter Punkt, München,
unter Verwendung eines privaten Motivs sowie von Motiven von
© Katsumi Murouchi/Moment und © amovitainiai/iStock/Getty Images Plus
Satz: satz-bau Leingärtner, Nabburg
Druck: GGP Media GmbH, Pößneck
ISBN 978-3-7787-7617-9
www.ansata-integral-lotos.de



INHALT

VORWORT	9
TEIL 1	
Erkennen aus einer anderen Perspektive	13
Eine sanfte Sicht auf lichtvolle Wesen	
KAPITEL 1	
Autismus und ADHS neu gesehen	15
Das größere Bild hinter den Diagnosen	
KAPITEL 2	
Ahnenlinien und neurodivergentes Erbe	24
Wenn Gaben durch dich einen neuen Ausdruck finden	
KAPITEL 3	
Zwischen den Welten – eine stille Bestimmung	31
Die Entscheidung alter, weiser Seelen für diese besondere Inkarnation	
KAPITEL 4	
Die Erfahrung, die die Seele machen will	41
Autismus, ADHS und ihre Mischformen als bewusster Seelenweg	
KAPITEL 5	
Gaben statt Störungen	46
Fähigkeiten, Stärken, Potenzial	

KAPITEL 6

Hochsensitivität und Reizoffenheit 55

Leben mit offenen Sinnen in einer lauten Welt

KAPITEL 7

Innere Logik, visuelles Bilderdenken, energetische Schwingung 64

Impulse, Resonanz, Ausdruck

KAPITEL 8

Telepathie, Hellsinne und mediale Wahrnehmung 75

Kommunikation auf feinstofflicher Ebene

KAPITEL 9

Mythen und Missverständnisse 86

Was neurodivergente Menschen nicht sind

TEIL 2

Sein mit einer offenen Sinneswelt 93

Alltag, Körper und eigene Ordnung

KAPITEL 10

Neurodivergenz verstehen 95

Autismus, ADHS und die besondere Art,
Informationen zu verarbeiten

KAPITEL 11

Reizflut und Selbstschutz 104

Überforderung verstehen – eine Einladung zur Achtsamkeit

KAPITEL 12

Zwischen Sehnsucht und Selbstzweifel 118

Wenn niemand sieht, was in dir lebt

KAPITEL 13

Wut, Trauer und Scham 123

Gefühle, die uns zurück zu uns selbst führen

KAPITEL 14

Selbstwert und Authentizität 134

Wahrheit statt Anpassung

KAPITEL 15

Hilfe ist heilig 140

Unterstützung erkennen, annehmen und weitergeben

KAPITEL 16

Rückzug als innere Notwendigkeit 145

In der Stille regenerieren

TEIL 3

Eltern, Schule und Begleiter 151

Begleitung mit Herz – Wie man ihre Welt versteht

Die verborgene Liebe unter dem Schmerz 153

KAPITEL 17

Struktur, Stabilität, Klarheit 155

Für feinsinnige Seelen fruchtbare Umgebungen gestalten

KAPITEL 18

Räume der Regulation schaffen 163

Energetisches Spüren und aufrichtiges Verständnis

KAPITEL 19

Unterstützung im Alltag 169

Hilfreiches für Familie, Schule und Arbeitswelt

KAPITEL 20

Zwischen den Zeilen lesen 180

Das Ungesagte erspüren

KAPITEL 21

In deiner Mitte bleiben 187

Selbstfürsorge als Quelle von Stärke und äußerer Präsenz

TEIL 4

Das Universum in dir 193

Ursprung, Erinnerung und Heimkehr

KAPITEL 22

Die Geistige Welt und dein höheres Selbst 195

Vertrauen, Intuition, Herzintelligenz

KAPITEL 23

Deine Seele erinnert sich 203

Erwachen, Transformation und wahre Bestimmung

KAPITEL 24

Horizontale und vertikale Seele 208

Die beiden Bewusstseinsachsen und ihre Bedeutung

KAPITEL 25

Lebe deine Gabe 224

Gehalten zwischen Himmel und Erde: Klar. Echt. Unaufhaltsam.

KAPITEL 26

Eine göttliche Erinnerung an die Menschheit 234

NACHWORT 236

DANKSAGUNG 239



VORWORT

Liebe Seele,

die fühlt, begleitet, sucht oder einfach verstehen will – dieses Buch will dich im Herzen erinnern.

Es gibt Momente, in denen ein Wissen in dir ist, lange bevor dein Verstand begreift.

Ein inneres Ahnen, das dir zuflüstert: Das, was du bist, ist kein Fehler. Du bist ein Geschenk. Du bist hier, um dich zu erinnern und dich nicht länger zu verbiegen.

Dieses Buch richtet sich an all jene, die sensibler wahrnehmen, als die Welt es oft erlaubt.

An Menschen, die mit Autismus oder ADHS leben – ebenso an jene, die sie lieben, begleiten oder verstehen möchten. An Eltern, Lehrerinnen, Begleiter und an alle, die spüren, dass hinter jedem Verhalten mehr liegt als das, was auf den ersten Blick sichtbar ist. Es ist für dich, wenn du ahnst, dass in der Empfindsamkeit deines Kindes eine Weisheit wohnt. Für dich, wenn du selbst oft viel fühlst, stark reagierst und in die Weite denkst.

Und auch für dich, wenn du vielleicht nicht zu jenen gehörst, die so empfinden, aber die Sehnsucht kennst, diese Welt und jene Seelen mit offenerem Herzen wahrzunehmen.

Ich bin Monika, 1978 in der Schweiz geboren. Dieses Buch ist nicht aus theoretischem Wissen entstanden, es ist aus meinem gelebten Leben gewachsen – aus meiner eigenen Erfahrung als Mensch, dessen Dasein von jenen

Erscheinungen geprägt ist, die heute Autismus und ADHS genannt werden. Getragen wurde dieser Weg von der Geistigen Welt, die mich seit vielen Jahren begleitet, durch mich spricht und deren Führung in jedes Wort eingeflossen ist.

Was für andere eine Diagnose ist, war für mich lange ein Rätsel. Ein Ringen zwischen den Welten, das mich herausgefordert und zugleich wacherüttelt hat. Erst nach über vierzig Jahren begann sich allmählich zu zeigen, was dieses Wahrnehmen wirklich bedeutet: dass es kein Fehler ist, es ist eine eigene Art, in dieser Welt zu sein. Mein Weg war dabei alles andere als geradlinig oder leicht. Ich musste lernen, mit einer Wahrnehmung zu leben, die lauter, ehrlicher und unmittelbarer ist, als es diese Welt oft erträgt. Gerade daraus ist mit der Zeit meine größte Stärke gewachsen.

Dieser Weg führte mich durch Dunkelheit, durch Verzweiflung, Suche, Überforderung und Hilflosigkeit. Immer wieder begleitet vom Gefühl, falsch zu sein. Ich erinnere mich an Nächte, in denen ich glaubte, die Welt nicht mehr auszuhalten. An Tage, an denen jede Berührung und jedes Geräusch zu viel waren. Und dennoch blieb da etwas: eine leise, kaum hörbare Gewissheit, wie ein feiner Ton im Hintergrund, der mir sagte, dass ich hier bin, um etwas zu fühlen, das andere vergessen haben. Lange verstand ich nicht, warum ich die Welt so intensiv erlebte. Warum Geräusche, Worte und Blicke mich überfluten konnten. Warum ich mich so oft nicht einfügen konnte, obwohl ich es so sehr wollte. Ich suchte nach dem Fehler in mir, versuchte, ruhiger, angepasster, normaler zu werden. Doch je mehr ich mich bemühte, desto weiter entfernte ich mich von mir selbst.

Es gab Jahre, in denen ich innerlich zerbrach. Ich verlor den Kontakt zu mir, suchte Halt im Außen und versuchte zu funktionieren. Doch etwas in mir widersetzte sich leise. Eine innere Stimme, kaum hörbar und doch unerschütterlich, flüsterte immer wieder: »Das ist nicht dein Weg.« Ich verstand sie damals nicht – aber sie rettete mich.

Erst als ich begann, nicht länger gegen mein Empfinden anzukämpfen und ihm zuzuhören, begann sich etwas zu verändern. Ich erkannte nach und nach, dass das, was ich als Schwäche betrachtet hatte, eine verborgene Stärke war. Dass meine Überforderung Ausdruck einer fein gestimmten

Wahrnehmung ist. Und dass derselbe Weg, der mich in die Dunkelheit geführt hatte, die Tür war, durch die später Licht kam. Autismus und ADHS öffneten mir den Blick für eine innere Ordnung jenseits gängiger Kategorien. Für eine eigene Art zu fühlen, zu denken und zu empfangen. Mit der Zeit zeigte sich, dass mein Leben »zwischen den Welten« kein Zufall ist. Dass es vielmehr in Verbindung steht mit etwas, das größer ist als ich und gleichzeitig tief in mir lebendig bleibt.

Der Weg zum Medium war keine Entscheidung. Es war ein Erinnern an den Ursprung meines Seins. Meine Hellsinne eröffneten kein neues Feld, vielmehr formte sich ein innerer Raum, der Führung, Erdung und Richtung brauchte. Energien lesen, Botschaften empfangen, Seelen spüren – all das entspringt derselben Quelle. Was mich früher überforderte, wurde zu einer Gabe, die Verantwortung trägt. Aus dieser Quelle heraus begleite ich heute Menschen, ruhig, verbunden und getragen von Liebe.

Mein Sohn, ebenfalls im Autismus-Spektrum, hat mir diese Wahrheit noch tiefer vor Augen geführt. Sein Sein wirkt wie ein Spiegel – ehrlich, echt, klar und kompromisslos. Durch ihn lernte ich, was Liebe bedeutet, wenn sie nichts erwartet. Ich erkannte, dass er nicht verändert werden will, er will gesehen und verstanden werden. Dass seine Welt nicht zu viel ist, sie ist pur. In seiner Gegenwart lernte ich, still zu werden, hinzusehen und zu fühlen, ohne zu deuten. Dabei begann ich, mich selbst wieder wahrzunehmen – jenseits von Maske und Rolle, frei von Urteil. So wurde mir klar, dass Entwicklung dort geschieht, wo Akzeptanz möglich wird.

Genau das ist der Kern von allem: Echt im Leben zu sein, mit dem, was da ist, und dem, was wir sind.

Aus dieser Haltung ist dieses Buch entstanden. Es richtet sich an jene, die sich in einer Welt wiederfinden, die nicht für sie gemacht scheint, und dennoch spüren, dass sie hier sind, um etwas Neues einzubringen. An Menschen, die sich zwischen Welten bewegen, mit einem Teil im Licht und einem Teil im Menschsein. An Eltern, die sich fragen, wie sie ihr Kind begleiten können, das anders fühlt, anders denkt und anders lebt.

Und an alle, die ahnen, dass hinter jeder Herausforderung eine innere Ordnung liegt.

Du wirst hier keine klassischen Symptome finden und keine medizinischen Behandlungsanleitungen. Was dieses Buch dir anbietet, ist eine Einladung: die Seele hinter dem Verhalten zu erkennen, die Gabe hinter der Überforderung und die Essenz hinter dem Chaos.

Aus spiritueller Sicht sind Autismus und ADHS keine Störungen. Sie sind Ausdruck besonderer Seelenerfahrungen. Wir sind hier, um eine neue Wirklichkeit auf die Erde zu bringen. Unser Anderssein folgt einer anderen Ordnung, einer feineren Sprache, getragen von uralter Intelligenz und bewusster Wahl. Viele dieser Menschen tragen eine besondere Lichtcodierung in sich – hochsensitiv, intuitiv offen und verbunden mit der Geistigen Welt. Was sie brauchen, ist kein Normrahmen, sie brauchen Raum.

Was auch immer dich zu diesem Buch geführt hat: Du bist richtig hier. Möge es dich daran erinnern, dass jedes Anderssein ein Tor ist. Und dass genau dort, wo du dachtest, du müsstest dich anpassen, deine größte Stärke zu leuchten beginnt.

Möge dieses Buch dich begleiten wie ein stiller Ruf – nicht laut, nicht aufdringlich, sondern klar und wahr, getragen von Liebe für dein Licht und deine Essenz.

Ein Wort zu den Begriffen

Die Begriffe Autismus und ADHS nutze ich in diesem Buch, weil sie vertraut sind. Doch sie bezeichnen keine Defizite. Sie sind menschliche Versuche, das zu benennen, was in Wahrheit Ausdruck von Seele, Wahrnehmung und innerer Bestimmung ist.

TEIL 1

Erkennen aus einer anderen Perspektive

Eine sanfte Sicht auf lichtvolle Wesen





KAPITEL 1

Autismus und ADHS neu gesehen

Das größere Bild hinter den Diagnosen

Ein neues Bewusstsein erwacht

Wir leben in einer Zeit, in der sich das kollektive Bewusstsein wandelt. Nicht abrupt und nicht laut, aber spürbar. Alte Strukturen beginnen zu bröckeln, während neue Sichtweisen immer deutlicher hervortreten. Und mitten in diesem Übergang inkarnieren Seelen, deren Sein nicht mehr in die gewohnten Raster passt.

Autismus und ADHS sind in diesem Zusammenhang keine Fehler des Bauplans. Keine Abweichungen, die behoben werden müssten. Sie sind Ausdruck eines neuen Bewusstseins – einer anderen Ordnung, die sich durch diese Seelen auf der Erde manifestiert.

Wenn wir über Autismus und ADHS sprechen, betreten wir oft einen Raum voller Konzepte, Klassifikationen und medizinischer Begriffe. Worte wie Hyperaktivität, Konzentrationsstörung oder mangelnde soziale Anpassung versuchen, etwas zu benennen. Doch diese Beschreibungen greifen zu kurz. Sie fokussieren auf Symptome und verlieren dabei die innere Weite aus dem Blick. Was dabei oft verloren geht, ist das größere Bild: die Echtheit der Seele, die Weisheit hinter dem Anderssein und der

spirituelle Kontext, in dem diese Erscheinungsformen verstanden werden wollen. Autismus und ADHS sind nicht einfach neurologische Abweichungen. Sie sind Ausdruck einer veränderten inneren Organisation des Bewusstseins. Sie zeigen sich in der Art und Weise, wie ein Mensch wahrnimmt, denkt, fühlt und kommuniziert.

Was wir als Störung bewerten, ist vielmehr ein Zeichen.

Diese Menschen bringen Qualitäten mit, die nicht in normierte Abläufe passen: eine intensive Präsenz, eine hohe Wahrnehmung, außergewöhnliche Interessen oder den Rückzug aus Oberflächlichkeiten. Diese Eigenschaften sind nicht zufällig. Sie sind Teil eines eigenen Bauplans, der nicht auf Funktionieren ausgerichtet ist, sondern auf Authentizität. Und genau dort, wo diese Echtheit auf bestehende Strukturen trifft, wird spürbar, wie sehr unsere Systeme unter Spannung stehen.

In einer Zeit, in der alte Ordnungen zu bröckeln beginnen, tragen diese Seelen eine besondere Aufgabe. Sie wirken wie Seismografen für die Schwingungen des Kollektivs. Sie nehmen wahr, was nicht mehr stimmig ist, und können sich dann nicht einfach unterordnen, weil ihr ganzes Wesen auf innere Stimmigkeit ausgerichtet ist.

Manche verweigern die Schule, weil sie spüren, dass dort etwas Wesentliches fehlt. Andere scheitern an Arbeitsplätzen, weil bestehende Strukturen ihre Essenz nicht atmen lassen. Viele werden krank, weil ein Leben in Unwahrheit ihren inneren Zusammenhang auflöst und sie sich selbst darin verlieren würden. Im Grunde sind es nicht sie, die scheitern. Es sind die alten Muster, die sie nicht mehr tragen können. Denn diese Seelen bringen etwas mit, das nicht in das Bestehende passt. Sie sind Ausdruck einer neuen Zeit, einer anderen Frequenz, einer neuen Art, Mensch zu sein.

Sie sind nicht hier, um sich anzupassen. Sie sind gekommen, um uns zu erinnern. Daran, dass Leben mehr ist als Leistung, Struktur und soziale Konvention. Dass es Bewusstsein und Wahrhaftigkeit braucht und eine Verbindung zu etwas, das über das Sichtbare hinausreicht.

Wenn wir diesen Perspektivwechsel zulassen, beginnt sich auch unser Verständnis von Heilung zu wandeln.

Die Sprache der Seele

Die moderne Welt wurde gebaut für lineares Denken, funktionale Abläufe und vorhersehbare Reaktionen. Doch die Seele lebt nicht linear. Sie ist zyklisch, vielschichtig und intuitiv. Sie bewegt sich jenseits der Diagnosen, spricht in Bildern, Emotionen und Regungen, die nicht geplant, sondern gefühlt werden.

Menschen mit Autismus und ADHS leben oft näher an dieser ursprünglichen, energetischen Realität. Sie durchschauen Strukturen, bevor andere sie benennen können. Sie spüren Unwahrheiten, bevor sie ausgesprochen werden. Ihre Reaktion auf eine Situation ist nicht rational im klassischen Sinn, sondern wahrhaftig.

Viele neurodivergente Menschen verkörpern eine andere Frequenz. Sie bringen ein Bewusstsein mit, das nicht in die gewohnten gesellschaftlichen Strukturen passt, aber etwas Zukünftiges in sich trägt. Etwas, das die Welt verändern kann – wenn sie bereit ist. Diese Klarheit ist oft unbequem. Vor allem für bestehende Ordnungen, die auf Kontrolle beruhen. Ein Kind, das sich weigert, still zu sitzen, stellt nicht nur eine Unterrichtsstunde infrage, sondern die Logik eines ganzen Bildungssystems. Ein Jugendlicher, der sich sozial nicht vermeintlich angemessen verhält, zeigt kein Defizit an Anpassung, sondern eine Sehnsucht nach echter Begegnung. Was wir als Fehlverhalten deklarieren, ist oft eine feine Wahrheit, die sich durch den Körper ausdrückt, weil Worte fehlen oder nicht gehört werden.

Was ist, wenn Autismus und ADHS nicht von einem Defizit sprechen, sondern von einer erweiterten Verbindung zum Feld – einer feinen, nicht sichtbaren Ebene, die man auch als Quantenfeld bezeichnen kann? Einer Wahrnehmung, die so viele Impulse gleichzeitig aufnimmt, dass sie sich kaum bündeln lässt. Nicht weil diese Wahrnehmung defekt ist, sondern weil sie auf Empfang steht für etwas, das größer ist als das, was wir Alltag nennen. Diese sogenannten Abweichungen von der Norm sind vielmehr ein Schutzmechanismus. Ein natürlicher Filter gegen die Oberflächlichkeit, die sich durch so viele Lebensbereiche zieht. Ein stiller Aufstand der Seele gegen das zu enge Korsett kollektiver Erwartungen. Sie sind nicht hier, um

geheilt oder geformt zu werden. Ihr Dasein ist nicht auf Korrektur ausgerichtet. Es geht darum, ihre Eigenart zu sehen, sie darin zu begleiten und anzuerkennen, was sich durch sie zeigt.

Ihr Wirken entfaltet sich nicht über Bewertung. Es geschieht durch Präsenz, durch das, was sie verkörpern, und durch die Wahrheit, die in ihrem Sein spürbar wird. Darin liegt ihr Wert und ihre Würde.

Zwischen Wahrnehmung, Wahrheit und Ordnung

Die Sprache, mit der wir über Autismus und ADHS sprechen, prägt unser Erleben. Solange wir in Kategorien des Mangels denken, sehen wir Mangel. Doch wenn wir beginnen, mit neuen Augen zu schauen, entdecken wir eine seelische Weisheit, die sich durch andere Formen ausdrückt.

Es geht um Präsenz und um Authentizität, nicht um Leistung und nicht um Anpassung.

Auch die Herausforderungen in der Reizverarbeitung sind kein Zeichen von Schwäche. Sie sind Ausdruck von Feinheit. Sie nehmen mehr wahr, weil sie weniger filtern – nicht, weil etwas beschädigt wäre, vielmehr weil etwas offen geblieben ist. Ein Tor, das nicht verschlossen wurde. Ein Sinn, der weiter reicht als das Sichtbare. Eine Verbindung zum Ganzen, die in der dichten Welt der Reize manchmal schmerzt und doch zugleich ein Zugang ist. Was viele als auffällig empfinden, ist in Wirklichkeit Ausdruck innerer Ordnung. Menschen mit Autismus folgen oft einer tief verwurzelten Struktur. Nicht einer, die von außen festgelegt wurde, sondern einer, die aus dem Innersten kommt. Sie brauchen Klarheit, weil sie in einer Welt leben, in der alles zu viel sein kann. Sie nehmen jedes Geräusch, jede Bewegung und jede Stimmung in sich auf. Was für andere wie eine starre Fixierung auf Details wirkt, ist für sie eine Art, die Welt zu ordnen. Muster erkennen, Abläufe wiederholen, Objekte ausrichten – all das bringt Ruhe. Es schafft Orientierung in einem Leben, das sich oft wie ein ständiges Überflutetwerden anfühlt.

Diese innere Ordnung ist kein Zwang. Sie ist ein Rettungsanker.

Menschen mit Autismus

Personen im Autismus-Spektrum zeigen uns etwas über Wahrheit, nicht als Konzept, sondern als gelebte Haltung. Unwahrheit findet in ihrem Inneren keinen Halt, sie passt nicht zu ihrer inneren Ordnung und nicht zu der Art, wie sie die Welt erleben. Small Talk trägt sie kaum, doch in echten Begegnungen sind sie tief anwesend, weil sie nicht nach Rollen greifen, sondern nach Essenz. Dort, wo etwas wahrhaftig ist, entsteht Beziehung ganz von selbst.

Viele von ihnen tragen eine ausgeprägte innere Ethik in sich, eine Wahrheitstreue, die nicht verhandelbar ist. »So tun, als ob« liegt außerhalb ihres inneren Bezugs, weil ihr Ausdruck auf Kohärenz ausgerichtet ist und sich nicht verbiegen lässt. Was sie leben, will stimmig sein, innen wie außen, getragen von einer Klarheit, die nicht laut ist und doch unübersehbar wirkt. Genau deshalb empfinden sie viele soziale Situationen als anstrengend. Nicht aus fehlender Kompetenz, sondern weil soziale Spiele oft auf Unstimmigkeiten beruhen, die ihr System sofort wahrnimmt. Ihr Blick ist klar, direkt, wenig angepasst – und genau darin liegt ihre Kraft.

Menschen mit ADHS

Von ADHS Betroffene erinnern uns an Lebendigkeit. An Spontaneität, Kreativität und an den Wert von Impulsen, die gelebt werden wollen. Sie machen sichtbar, dass Konzentration weniger mit Ruhe zu tun hat als mit Interesse und dass Bewegung oft der Weg ist, in Verbindung zu bleiben. Ihr Denken bewegt sich assoziativ, springt zwischen Themen, folgt inneren Verknüpfungen. Der Geist ist lebendig, schnell und durchlässig. Hinter dem, was nach außen unruhig wirken kann, liegt eine intuitive Ordnung, eine Logik, die nicht linear verläuft, sondern einem eigenen Rhythmus folgt.

Wenn wir aufhören, diese innere Ordnung zu bewerten, und beginnen, sie zu verstehen, verändert sich das ganze Bild. Dann ist nicht das Kind

»falsch«, das sich nicht konzentrieren kann, sondern das System, das nur eine Art von Aufmerksamkeit akzeptiert. Dann ist nicht der Jugendliche das Problem, der lieber allein ist – vielmehr eine Gesellschaft, die Kontakt über Norm definiert statt über Echtheit.

Wenn Systeme zu eng werden

Wenn man sie lässt, berichten viele dieser Menschen von einer tiefen Verbindung zu etwas Größerem. Manche empfinden sich als Kanal für Energien aus einer anderen Ebene. Andere sprechen wenig, aber sie leben eine Form von Dasein, die mehr sagt als tausend Worte. Ihre Sprache ist oft nonverbal, energetisch und symbolisch. Sie drückt etwas anderes aus, als Worte es könnten. In dieser Sprache, die hinter den Worten lebt, liegt ein Wissen, das an etwas Ursprüngliches erinnert und sich jenseits von Erklärung mitteilt.

Dabei zeigen sich ihre scheinbaren Grenzen oft als ihre stärksten Qualitäten. Ein Kind, das sich nicht in Gruppen einfügen will, schützt vielleicht seine Integrität. Eine Jugendliche, die ständig in Bewegung ist, folgt einem inneren Rhythmus, der nicht zum linearen Zeitplan passt. Ein junger Mensch, der sich stundenlang in ein Thema vertieft, folgt dem Ruf einer seelischen Struktur, die kein Lehrplan abbilden kann. Wir brauchen keine Anpassung an die Norm. Was gebraucht wird, ist eine Öffnung der Norm für neue Qualitäten von Bewusstsein und Beziehung.

Diese Beispiele sind keine Ausnahmen. Sie sind Hinweise. Das, was wir als Auffälligkeit lesen, zeigt oft eine eigene innere Führung. Viele dieser Menschen treffen auf Ordnungen, die nicht für sie gemacht wurden. Der Versuch, sie darin einzugliedern, führt zu Überforderung und zu Spaltung. Nicht, weil mit ihnen etwas nicht stimmt, sondern weil das Ganze aus dem Gleichgewicht geraten ist.

Die größte Herausforderung für viele neurodivergente Menschen liegt nicht in ihrer Wahrnehmung. Sie liegt in der Art, wie die Umwelt darauf reagiert. Sie spüren Unstimmigkeiten sofort. Worte, die nicht tragen. Ein

Lächeln, hinter dem Verslossenheit liegt. Konstrukte, die vorgeben zu helfen und dabei Kontrolle ausüben, wo Mitgefühl nötig wäre.

Sie sind mit einem inneren Sensor ausgestattet, der Echtes von Unechtem trennt. Und daran leiden sie am meisten. Was oft wie Rückzug, Wut, Verweigerung oder Überstimulation erscheint, ist kein Zeichen von Schwäche. Es ist ein Ausdruck dessen, was zu viel geworden ist. Ein Aufbegehren der Seele gegen das, was nicht wahrhaftig ist.

Wenn wir diesen Reaktionen Raum geben und ihnen wirklich zuhören, verändert sich etwas im Inneren. Dann beginnt sich zu zeigen, dass Leben mehr ist als Funktionieren, dass Menschsein sich nicht über Leistung oder Anpassung erschließt, sondern dort berührt wird, wo Ausdruck möglich ist, wo etwas Eigenes sein darf und gesehen wird. Wenn wir das erkennen, verändert sich alles. Dann fragen wir nicht mehr: »Wie kann ich dieses Kind ruhigstellen?« Sondern: »Was braucht es, damit es sich sicher fühlt?« Wir fragen nicht mehr: »Wie bringe ich dieses Kind zum Funktionieren?« Sondern: »Wie kann ich es begleiten, damit es sich selbst treu bleiben kann?«

Das ist die wahre Inklusion: nicht das Kind in ein starres System einzupassen, sondern Räume zu öffnen, in denen sich ein Mensch entfalten darf.

Einladung zum Wandel

Diese neue Sichtweise ist kein Idealismus. Sie ist eine Notwendigkeit. Denn immer mehr dieser Seelen inkarnieren – und sie verweigern sich den alten Mustern. Nicht aus Trotz, vielmehr aus innerem Wissen.

Sie sind nicht hier, um sich zu beugen. Ihr Dasein macht sichtbar, wo wir uns selbst entfremdet haben. Sie erinnern uns an Wahrhaftigkeit, an innere Stille und an die verborgene Verbindung zu jener Ebene, die jenseits des Sichtbaren wirkt. Durch ihr Sein fordern sie unser Bildungssystem heraus, unsere sozialen Modelle und unsere Vorstellungen von Erfolg, Anpassung und Normalität. Dabei wird sichtbar, wo unsere Strukturen zu eng geworden sind und nicht mehr tragen, was sich durch sie ausdrücken will.

Autismus und ADHS zeigen sich in diesem Licht nicht als neurologische Abweichungen. Sie weisen auf eine Bewegung hin, die weiter reicht. Auf eine Entwicklung, die spürbar macht, dass die Zeit der linearen Anpassung ausläuft und dass etwas Neues bereit ist, Gestalt anzunehmen.

Das bedeutet nicht, dass alle Herausforderungen verschwinden. Aber es bedeutet, dass wir aufhören dürfen, diese Menschen zu reparieren, und beginnen sollten, von ihnen zu lernen.

Wenn wir aufhören, Autismus und ADHS als Defizit zu sehen, beginnt ein anderes Miteinander. Dann müssen wir nicht mehr therapieren, korrigieren oder normalisieren, sondern verstehen, begleiten und lernen. Diese Menschen brauchen keine Anpassung an ein krankes System. Das System braucht Heilung, um Raum für diese Menschen zu schaffen.

Sie laden uns ein, selbst wieder empfindsam zu werden. Uns zu erinnern, wie es war, damals, bevor wir gelernt haben zu funktionieren. Als wir noch wussten, dass Stille nährt. Dass Wahrheit nicht erklärt, sondern gespürt wird. Und dass die Seele vor allem ein Zuhause braucht, kein Programm. Sie laden uns ein, ihre Sprache zu lernen – die Sprache jenseits der Worte, den Blick hinter die Reaktion, die Schwingung hinter dem Verhalten. Dann öffnet sich etwas in uns, ganz leise. Dann wandelt sich Trennung wieder zu Verbindung, Angst zu Mitgefühl und Kontrolle zu Vertrauen.

Im Licht dieser Erkenntnis wird klar: Sie sind keine Randfiguren, sondern zentrale Impulsgeber eines Wandels, der längst begonnen hat. Ihr Dasein ist ein leiser, aber machtvoller Ruf nach einer neuen Menschlichkeit. Sie tragen in sich ein Bewusstsein, das nicht lauter, aber feiner ist. Eine Gewissheit, die nicht durch Argumente überzeugt, vielmehr durch Wahrhaftigkeit berührt.

Was wir von ihnen lernen können, ist nicht in Programmen zu greifen. Es zeigt sich in Nähe und in echter Gegenwart. Wenn wir bereit sind, Zuschreibungen und Konzepte fallen zu lassen und einfach mit ihnen zu sein, öffnet sich eine Dimension, in der echte Verbindung möglich wird. Diese Erfahrung verändert nicht nur sie – sie verändert uns. Sie heilt etwas in uns, das wir lange übergangen haben. Sie bringt uns zurück zu einer Form des Fühlens, die uns vertraut war, bevor wir lernten, uns anzupassen.

Und sie zeigt uns, dass im Anderssein immer auch ein Anteil unseres eigenen vergessenen Seins liegt. Hier öffnet sich ein Raum für Wandlung. Nicht als großes Versprechen, sondern als leise Bewegung, die dort beginnt, wo wir aufhören zu bewerten und uns in einer Begegnung finden, die gegenwärtig und ehrlich ist und von Herz zu Herz geht. Mit dieser Sichtweise wird aus der Diagnose eine Einladung, aus der Störung ein Spiegel und aus dem Anderssein ein Weg, der zurückführt: näher an den Ursprung.

Dieser Weg beginnt jedoch nicht erst im Hier und Jetzt. Er reicht weiter zurück.

Jede Seele tritt in ein Feld ein, das bereits existiert. In eine Linie, in eine Geschichte, in ein Gefüge, das sie empfängt – nicht zufällig und nicht ohne Zusammenhang. Um zu verstehen, warum diese Seelen so wirken, wie sie wirken, dürfen wir den Blick weiten. Hin zu den Linien, in die sie hineingeboren werden. Hin zu dem, was über Generationen weitergetragen wurde und nun sichtbar werden will.



KAPITEL 2

Ahnenlinien und neurodivergentes Erbe

Wenn Gaben durch dich einen neuen Ausdruck finden

Das Gefühl, mehr zu tragen als das eigene Leben

Bevor sich Herkunft, Linie oder Geschichte benennen lassen, zeigt sich bei vielen neurodivergenten Menschen etwas viel Leiseres: etwas, was sich im Menschen zeigt, bevor er weiß, warum. Kein Wissen und keine Erklärung, ein inneres Empfinden, kaum greifbar und doch präsent. Nicht plötzlich und nicht dramatisch, eher wie ein stilles Spüren, das einfach da ist: Das hier beginnt nicht bei mir. Es ist kein klares Erinnern und auch keine konkrete Geschichte, die sich erzählen ließe. Vielmehr öffnet sich ein innerer Raum, der größer wirkt als das eigene Leben. Eine Weite, die sich nicht erklären lässt und dennoch vertraut anfühlt, als würde etwas mitschwingen, das älter ist als der eigene Weg: Gaben, die durch Generationen wandern.

Oft zeigt sich dieses Empfinden bereits in der Kindheit. Nicht in Worten und nicht als Gedanke, eher in der Art, wie ein Kind da ist. In einer feinen Ernsthaftigkeit, in stiller Wachheit, manchmal auch in dem Eindruck, mehr wahrzunehmen, als sich greifen oder benennen lässt. Da ist ein Gefühl, dass etwas gesehen werden möchte, ohne klare Form und ohne Namen. Viele deuten dieses Empfinden zunächst als Belastung. Als etwas, das schwer