

Einleitung

Wenn Menschen den Namen *Atlantis* hören, denken viele an eine Legende – eine versunkene Insel, die irgendwo im Atlantik gelegen haben soll, vielleicht ein Märchen, das der griechische Philosoph Platon erfunden hat. Andere halten Atlantis für ein Symbol unserer Sehnsucht nach einer besseren Welt, einer untergegangenen Hochkultur, die uns daran erinnert, dass Wissen und Macht allein nicht genügen, wenn das Herz fehlt.

Für mich war Atlantis lange Zeit ebenfalls nur ein Wort.

Ein Name, der in alten Geschichten auftauchte – geheimnisvoll, fremd, faszinierend. Doch im Laufe meines Lebens veränderte sich mein Blick darauf. Ich begann, mich intensiver mit inneren Prozessen, mit Meditation und Bewusstseinsarbeit zu beschäftigen. Und irgendwann – ohne dass ich gezielt danach gesucht hätte – tauchten Bilder, Eindrücke und Erinnerungen auf, die mich tief berührten.

Sie kamen nicht wie ein Film oder in dramatischen Visionen. Eher wie Fragmente, Impulse, atmosphärische Felder. Ich spürte: *Das ist nicht nur Fantasie. Das ist Erinnerung.*

Eine Art inneres Archiv begann sich zu öffnen – nicht auf Knopfdruck, sondern schrittweise. Mit jeder Erkenntnis kamen neue Fragen. Und je mehr ich mich darauf einließ, desto klarer wurde mir: Es gibt in mir – und offenbar auch in anderen – eine Verbindung zu dieser untergegangenen Welt, die sich nicht

einfach durch Bücher erklären lässt.

Ich begann aufzuschreiben, was kam.

Nicht als Tatsachenbericht, sondern als ein Mosaik aus Geschichten, innerem Wissen und inneren Bildern, das sich über Jahre hinweg verdichtete. Dabei verstand ich: Atlantis war nicht nur eine Kultur – es war ein Bewusstseinsfeld, ein lebendiges Experiment, eine Schule des Lebens, die weit über das hinausging, was wir heute unter „Zivilisation“ verstehen.

Dieses Buch ist aus dieser Erfahrung heraus entstanden.

Es enthält Geschichten aus Atlantis – so, wie sie sich mir zeigten. Einige davon sind persönliche Erinnerungen an frühere Leben. Andere entspringen einem kollektiven Feld von Wissen, das über Worte hinausgeht. Und wieder andere basieren auf Überlieferungen, die sich in Meditationen, Träumen oder stillen Momenten offenbarten.

Ich habe bewusst versucht, die Sprache klar und zugänglich zu halten.

Nicht, weil ich die Tiefe mindern wollte – sondern weil ich glaube, dass diese Themen nicht „abgehoben“ oder verschlüsselt präsentiert werden müssen. Im Gegenteil: Atlantis berührt uns alle, weil es ein Teil unseres Menschseins ist. Seine Geschichte ist nicht nur ein Rückblick – sie ist auch ein Spiegel.

Was erwartet dich in diesem Buch?
Du wirst auf Geschichten stoßen, die dich erinnern lassen – vielleicht nicht an konkrete Orte oder Na-

men, aber an ein Gefühl, an eine Haltung, an ein inneres Wissen, das in dir schon lange schlummert. Du wirst auf Erkenntnisse treffen, die unsere heutige Welt in neuem Licht erscheinen lassen. Und du wirst drei besondere **Frequenz-Codes** entdecken, die wie Schlüssel wirken: energetische Tore, die dich einladen, dich mit der inneren Erinnerung an Atlantis zu verbinden – wenn du dazu bereit bist.

Dieses Buch ist kein wissenschaftlicher Beweis. Es ist eine Einladung. Eine Einladung, dich zu erinnern – auf deine Weise.

Willkommen in Atlantis.

In eigener Sache

Die in diesem Buch veröffentlichten Informationen sind Botschaften aus meinem ursprünglichen Sein – aus Seele (Atlan Anaris Koteij), aus Gott, aus dem Innersten, dem hohen Selbst, wie auch immer man dies bezeichnen möchte...

Deshalb kommt es immer wieder vor, das ich selbst persönlich erwähnt oder angesprochen werde. Ich hatte mein Sein darum gebeten, für die Erstellung dieses Buches auf persönliche Erfahrungen alter „Leben“ zurückzugreifen, die mit Atlantis zusammenhängen, denn ich kann mich partiell an einige erinnern.

Da aber viele der Leser und weit mehr Menschen, als jemals dieses Buch lesen werden, eigene Erfahrungen in und im Zusammenhang mit Atlantis haben, sind zur Unterscheidung kurze Anmerkungen eingefügt, wer angesprochen wurde.

Das tut dem Inhalt und den Geschichten aus Atlantis aber keinen Abbruch. Letztlich sind es tiefe unbewusste Erinnerungen an unsere Zeit in Atlantis und darum herum.

Aber das Buch endet nicht mit Atlantis. Atlantis kehrt zurück – jetzt. In neuer Form, mit neuen Zugängen. Mit etwas, was es damals in der Erfahrung der Menschheit noch nicht gab: Liebe.

Daher sind in den Erzählungen eine Reihe meiner alten Inkarnationen erwähnt, die eine Brücke spannen zwischen der atlantischen Zeit und der Jetzt-Zeit.

Viele, die dieses Buch lesen, werden sich allein schon durch die Erwähnung bestimmter Ereignisse und Zustände sowie der atlantischen Potenziale wieder erinnern, und damit beginnt (oder wird fortgesetzt) das Erinnern an unser wahres Sein.

Möge das Buch (und die Webseite – im Anhang) dazu beitragen, das wir uns wieder an unseren Ursprung und unsere Aufgabe hier auf der Erde und als Mensch erinnern werden. Die Zeit ist reif!

Ihr Atlan Anaris Koteij

Eine Anmerkung zum Inhalt und den Energien:

In den ersten 22 Kapiteln hat mir meine Seele (Atlan Anaris Koteij) Auskunft über Atlantis und die Folgen gegeben. Aber ab Kapitel 23 änderte sich auf einmal der Energiefluss und die Art sich auszudrücken, was mich sehr verwunderte. Bis einschließlich Kapitel 22 ist die Art, wie die Texte verfasst sind, für mich nicht ganz üblich, denn ich habe eine Reihe anderer Bücher geschrieben, die sich auf andere Weise lesen.

Auf meine Frage hin, was sich plötzlich geändert hat, wurde mir mitgeteilt, das sich meine eigene Präsenz „erhöht“ hätte (durch die Arbeit mit den Texten und den Frequenzen in diesem Buch).

Als Resultat ist ein höherdimensionaler „Maya“ Anteil, der in den Zeiten reist, hinzugekommen. Sein Name: **Tal'Mora Enur**

Eine große Überraschung – aber es macht das Buch **komplett**.

Kapitel 1: Die Geburt von Atlantis

– *Wie alles begann* –

Bevor Atlantis ein Land wurde, war es ein Gedanke. Ein Impuls im geistigen Raum der Schöpfung – nicht ausgesprochen, sondern *empfangen*. Atlantis entstand auf Grundlage einer bewussten Entscheidung. Eine Entscheidung, die von jenen Wesen getroffen wurde, die einst aus den Sternen kamen, um auf der Erde einen neuen Entwicklungsweg zu ermöglichen.

Was heute wie ein Mythos klingt, war damals Realität – in einer anderen Form von Realität, die sich nicht über unsere heutigen Maßstäbe von Raum, Zeit oder Materie definieren lässt. Es war eine Wirklichkeit, in der Bewusstsein, Schwingung und Form noch eng miteinander verwoben waren.

Die Absicht hinter Atlantis

Die Erde war schon vor Atlantis bewohnt – von Naturwesen, frühen Menschenformen und energetischen Intelligenzen, die mit dem Planeten selbst verbunden waren. Doch es fehlte etwas: eine Brücke zwischen den Welten. Zwischen Geist und Körper, Himmel und Erde. Genau diese Brücke sollte Atlantis sein.

Die Entscheidung zur Erschaffung von Atlantis fiel in einem höheren Bewusstseinsrat, einer Art überplanetarem Gremium. Hier wurden keine Worte gesprochen, sondern Schwingungen ausgetauscht – Felder von Absicht, Resonanz und Vision. Es war eine Übereinkunft vieler galaktischer Gruppen, die das Experi-

ment Menschheit aktiv begleiten wollten.

Darunter waren:

- **Sirius-Bewusstseine**, die das Wissen um Klang, Wasser und geometrische Harmonie trugen.
- **Plejadenwesen**, die das weibliche Prinzip der Verbindung, Geburt und Heilung verkörpernten.
- **Arkturianische Formenwesen**, die mit hochfrequenter Lichtstruktur arbeiteten.
- **Orionische Hüter**, die Ordnung, Struktur und Grenzwissen mitbrachten.
- Und Wesen aus noch weiter entfernten Reichen, deren Namen heute nicht mehr erinnert werden, wohl aber ihre Spuren.

Sie verband ein Ziel:

Ein Ort sollte entstehen, an dem göttliches Bewusstsein in *komplexer, freier und schöpferischer Form* Ausdruck finden konnte – mitten auf einem Planeten der Dualität.

Atlantis war diese Antwort. Nicht als Fluchort, sondern als Erfahrungsfeld. Nicht als Tempel im Himmel, sondern als lebendiges, entwicklungsfähiges Feld auf der Erde – inmitten der Elemente, Herausforderungen und Möglichkeiten der Inkarnation.

Die Formwerdung des Landes

Die Energie, die später Atlantis wurde, verankerte sich nicht plötzlich, sondern durchlief mehrere Phasen. Zuerst entstanden kristalline Raster im Energiefeld der Erde – unsichtbare Lichtgitter, die bestimmte geometrische Qualitäten trugen. Diese Raster waren wie Schablonen, auf denen sich später die physische Gestalt formte.

Erst als diese Gitter stabil waren, verdichteten sich bestimmte geologische Prozesse. Inselgruppen begannen aufzusteigen – nicht nur durch tektonische Bewegungen, sondern durch einen Impuls *von innen*. Das Land, das als Atlantis bekannt wurde, wuchs langsam, wurde geformt durch Meeresströmungen, vulkanische Kräfte und gezielte Bewusstseinslenkung.

Die ersten Bewohner – oder besser: *Manifestationen* – betraten das neue Land nicht über Schiffe, sondern über Frequenzportale. Sie waren halb stofflich, halb lichtbasiert, in Formen, die heute kaum mehr vorstellbar sind: hohe Gestalten aus Licht, mit kristallinen Strukturen, mit schimmernden Schichten aus lebendiger Energie. Sie waren keine Menschen im heutigen Sinne – aber sie wurden zu Vorläufern dessen, was wir als Menschlichkeit verstehen.

Die erste Zeit – Ein Land aus Licht

Atlantis war in seiner ersten Phase kein Reich aus Stein, sondern ein **Land aus Licht**. Gebäude bestanden aus Lichtgeometrien, die auf kristalliner Grundlage schwebend existierten. Kommunikation erfolgte

über Resonanz. Fortbewegung durch Frequenzverschiebung. Energie war frei verfügbar – nicht durch Technik, sondern durch bewusste Ausrichtung auf natürliche Quellen: Sonnenlicht, Wasserwirbel, Klangfelder.

Die frühen Bewohner – Hüter, Architekten, Sternensamen – erschufen die ersten Tempel: nicht als Machtsymbole, sondern als energetische Zentren der Ausrichtung. Jeder dieser Tempel entsprach einer bestimmten Qualität: Klang, Licht, Farbe, Richtung, Element, Schwingung.

Und dann kam der Moment, an dem Atlantis erstmals *Wesen in körperlicher Form* empfing – bewusste Inkarnationen, Seelen, die bereit waren, sich tiefer mit Materie zu verbinden. Diese Seelen, darunter auch du selbst, (gemeint ist der Autor) kamen nicht als „fertige Menschen“, sondern als geistige Impulse, die sich Schritt für Schritt in Form begaben.

Deine erste Ankunft

Es ist möglich, dass du selbst (Leser) einer jener „ersten Wellen“ angehört hast. Vielleicht warst du nicht der Erbauer, sondern der Beobachter, der Weise, der Klanghüter, die Wasserpriesterin, der Kristallgänger. Du trugst ein Wissen, das du nicht lernen musstest, weil es Teil deiner Schwingung war.

In dieser Phase war dein Erinnern noch vollkommen. Du wusstest, woher du kamst. Du wusstest, warum du hier warst. Und du warst Teil eines größeren Ganzen.

In Atlantis war am Anfang nichts verloren – nur ungeformt.

Die Geschichte beginnt dort, wo der Wille zur Schöpfung auf die Bereitschaft zur Inkarnation traf.

Und so wurde Atlantis geboren – nicht nur als Ort auf der Erde, sondern als Gedanke im Herzen der Sterne.

Kapitel 2: Die fünf Reiche von Atlantis

– *Ordnung im Fluss der Elemente* –

Atlantis wuchs weiter. Was zunächst als Lichtinsel begonnen hatte, verdichtete sich zunehmend zu einem kraftvollen Zusammenspiel aus Geist und Materie. Die kristallinen Felder, die das Fundament des Landes bildeten, begannen in Resonanz mit der Erde zu treten – nicht als Fremdkörper, aber als bewusste Ergänzung. Aus diesen Feldern formten sich nach und nach die Konturen der fünf großen Reiche, die das Rückgrat atlantischer Zivilisation bildeten.

Sie waren nicht willkürlich entstanden, sondern Ausdruck einer inneren Ordnung. Jedes Reich trug eine bestimmte Qualität – ein Element, eine Ausrichtung, eine Aufgabe im großen Gleichgewicht. Zusammen bildeten sie eine Art lebendigen Körper: mit Herz, Verstand, Gliedern, Atem und Bewusstsein.

1. Poseida – Der Kristallstern im Westen

Poseida lag im Westen von Atlantis – ein Landstrich, durchzogen von leuchtenden Wasseradern, schimmernden Bergkuppen und kristallklaren Seen. Hier befanden sich die größten Tempel des Wissens um Klang, Heilung und die Kraft der Kristalle.

Poseida war das Reich der Frequenzmeister. Sie arbeiteten mit geometrischen Klangfeldern, harmonisierten Energien, programmierten Kristalle mit Bewusstsein. Die Architektur war fließend – Gebäude aus transluzentem Material, das sich in Farbe und Form

veränderte, je nachdem, welche Schwingung durch die Räume strömte.

In Poseida standen die **drei großen Hauptkristalle**, die das gesamte atlantische Energienetz versorgten. Sie waren tief im Boden verankert, aber in riesigen Kuppeln sichtbar – jede mit einer anderen Farbe, Funktion und Frequenz. Hier wirkte der Hohe Orden der Lichtweber – Wesen, die durch Klangfeldausrichtung sogar Wetter und planetare Ströme beeinflussen konnten.

2. Aryan – Das Denkende Herz im Osten

Östlich erhob sich Aryan, das Reich des Wissens, der Strukturen und geistigen Schulung. Es war das intellektuelle Zentrum von Atlantis, ein Ort der Forschung, der Form, des Denkens in präzisen Bahnen. Hier entstanden die meisten Schulen, Bibliotheken und Bewusstseinszentren.

Aryan war bekannt für seine Akademien, in denen sich junge Seelen auf Inkarnationen vorbereiteten oder bereits verkörperte Wesen ihre Fähigkeiten erweiterten. Man studierte dort die Mathematik des Lichts, die Architektur der Seele, die Beziehung zwischen Zeitlinien und physischer Realität.

Doch Aryan hatte auch eine Schattenseite. In späteren Phasen der Geschichte wurden hier jene Experimente begonnen, die das Gleichgewicht der atlantischen Ordnung zu gefährden begannen – dazu jedoch mehr in einem späteren Kapitel.

3. Undal – Die Weisende Mitte

Undal lag im Zentrum des Kontinents und bildete das seelische Rückgrat von Atlantis. Sanfte Hügel, uralte Wälder, Seen mit lebendigem Wasser und heilende Pflanzen machten dieses Land aus. Hier wurde das **Herz Atlantis'** gehütet – nicht im physischen, sondern im energetischen Sinn.

In Undal lebten die **Wasserpriesterinnen** – Wesen von hoher Sensitivität und tiefer Verbindung zur planetaren Matrix. Sie verstanden es, Wasser mit Bewusstsein zu erfüllen, Erinnerungen zu lesen, durch Berührung zu heilen. Ihre Tempel waren oft unterirdisch oder halb im Wasser gebaut, durchzogen von leuchtenden Ranken und lichtdurchlässigen Stoffen.

In der Mitte Undals befand sich ein Ort, der nur selten erwähnt wird: der **See der Erinnerung**. Wer in ihn trat, konnte Fragmente seiner Seele sehen – nicht als Bilder, sondern als energetische Bewegungen. Manche kamen gestärkt zurück, andere in tiefer Umwandlung.

4. Og – Das lebendige Fundament im Norden

Im Norden erstreckte sich Og – ein weitläufiges, ursprüngliches Land mit kraftvollen Felsformationen, aktiven Vulkanen und dichten Wäldern. Es war das Reich der Erdkräfte, der elementaren Bewegung und des Aufbaus. Hier wirkte das Volk der Baumeister, der Hüter der Formen, der Hüter des Wachstums.

Die Wesen in Og waren oft größer, körperlich präsenter, tiefer mit der Materie verbunden. Sie verstanden

es, mit Steinen zu sprechen, mit dem Feuer zu wirken, Metall aus dem Boden zu formen und Gebäude zu errichten, die Jahrtausende überdauern konnten – nicht wegen der Masse, sondern wegen der Resonanz zur Erde.

Og war der Ort, an dem neue Formen getestet wurden – Körperformen, Pflanzenarten, sogar Tiere, die bewusst mit der planetaren Seele abgestimmt waren. Ein Reich voller Bewegung, doch nie ziellos.

5. Das Zentrum – Der Ring der Harmonie

Inmitten dieser Reiche lag das Zentrum – eine vollkommen symmetrisch angelegte Stadt mit konzentrischen Kreisen, Wasserstraßen, goldenen Brücken und schimmernden Kuppeln. Sie war die Hauptstadt, aber kein Machtzentrum im heutigen Sinn, sondern ein Ort der Ausrichtung.

Hier tagte der **Hohe Rat**, bestehend aus zwölf Wesen, die jeweils einen Aspekt des atlantischen Bewusstseinsfeldes vertraten. Sie entschieden nicht über Gesetze – sie hielten das Gleichgewicht. Ihre Hauptaufgabe bestand darin, zwischen den Feldern zu vermitteln, Veränderungen vorauszusehen und größere Strömungen zu lenken.

Das Zentrum war auch der Ort der Initiation. Viele Wesen durchliefen dort einen Zyklus des Erwachens, bevor sie in eines der Reiche gingen. Die Stadt war wie ein Resonanzfeld, das jede Seele in ihre Bestimmung lenkte – nicht durch Zwang, sondern durch Erkenntnis.

Die Reiche als Spiegel

Diese fünf Reiche waren mehr als nur geografische Regionen. Sie entsprachen Prinzipien – in der Welt und im Menschen. Jeder von uns trägt Poseida, Aryan, Undal, Og und das Zentrum in sich. Klang, Verstand, Herz, Körper und Geist. Atlantis war kein Einheitsstaat – es war eine gelebte Vielfalt in Resonanz.

Und du – wo bist du damals angekommen?
In welchem Reich fühltest du dich zu Hause?
Welches Feld ruft dich heute wieder?

Im nächsten Kapitel werden wir tiefer eintauchen in die **Kristalltempel von Poseida** und die Entstehung der Frequenzarbeit – jene Energien, die auch in unserer Zeit wieder erwachen.