



Informatives und Lesenswertes im Netz unter  
[www.libellen-verlag.de](http://www.libellen-verlag.de)

Opalia Lebensberatungs-Praxis der Autorin unter  
[www.opalia.de](http://www.opalia.de)

Filme der Autorin über Spiritualität, Esoterik und Numerologie etc. unter  
[www.opalia-spirit-media.de](http://www.opalia-spirit-media.de)

### **Familienbände**

Ein Buch des Vereins Opalia Family e.V.

Autorin: Sabine Guhr-Biermann

online-Ausgabe 2021

© Libellen-Verlag Grebe & Grebe GbR· Leverkusen

Coverbild: © 98050104 by altanka / Fotolia

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie der Übersetzung, sind dem Verlag vorbehalten.

Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme gespeichert, verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Ausgenommen ist eine private, persönliche Kopie durch Download.

Die Autorin und der Verlag übernehmen keine Haftung für Schäden, die sich aus dem Gebrauch oder eventuellen Missbrauch der in diesem Buch beschriebenen Übungen ergeben.

[www.libellen-verlag.de](http://www.libellen-verlag.de)

# Inhalt

Vorwort .....	4
Einführung .....	6
Die Elterngemeinschaft .....	18
Frühkindliche Erfahrungswerte .....	31
Teenie, die Prägung fürs Leben .....	53
Der falsche Weg .....	62
Berufung, der erfüllende Weg .....	70
Der innere Vater- und Mutteranteil .....	77
Das innere Kind .....	86
Übertragungsmuster und ihre Auswirkungen .....	92
Scheidungskinder .....	99
Energiemissbrauch .....	113
Der heilende Weg der Befreiung .....	125
Erziehungsmuster .....	139
Schulzeitprägungen .....	146

# Vorwort

Ich habe dieses Buch geschrieben, um ein anderes Verständnis für unsere eigene erlebte Kindheit und auch für die Kinder, die unter unserer Obhut aufwachsen, zu bekommen. Es gibt einfach noch zu viele Lebensbereiche, die unsere Kinder als stille Beobachter unbewusst in sich aufnehmen, und die eine Behinderung für ihr eigenes Leben darstellen.

Die meisten Menschen, die dieses Buch lesen werden, werden wissen, was es bedeutet, sich in stundenlangen Therapiesitzungen der übertragenen Verhaltensmuster, die wir uns selbst einst auferlegt haben, bewusst zu werden, um eine andere Ebene des eigenen Verständnisses zu erlangen. Erst wenn wir uns bewusst werden, wer wir sind und was wir wollen, können wir in unserem eigenen Leben glücklich werden. Solange wir jedoch noch Themen der Eltern nachleben, haben wir keine Chance, uns wahrhaftig selbst kennen zu lernen.

Ich möchte mit diesem Buch ein wenig zum Nachdenken anregen, damit wir uns selbst bewusst werden, wer wir sind und was wir wollen. Erst durch das individuelle Erkennen, wer wir sind, können

wir unser Leben bewusst selbst gestalten. Ansonsten fühlen wir uns stetig gefangen in einem Schattenreich, das wir uns selbst erschaffen haben. Wir drehen uns dann im Dunstkreis unseres Lebens permanent um die eigene Achse. Oder anders gesagt, um ein und dasselbe Problem, das wir versuchen im Außen zu lösen, obwohl es nur in unserem Inneren auffindbar ist.

Wir haben die Informationen der Problemstrukturen in unserem tiefen Inneren abgespeichert, ohne dies bewusst zu wissen. Doch woher nehmen wir die Glaubenssätze, die unser Leben prägen? Wir lernen sie in der Kindheit kennen und leben danach. Und damit wir nicht immer das nachleben, was uns unsere Eltern vorgelebt haben und diese Muster auch noch auf unsere Kinder übertragen, möchte ich mit diesem Werk ein wenig Aufklärungsarbeit leisten.

Bestimmt wird sich der eine oder andere Leser betroffen fühlen. Auch war es für mich selbst nicht gerade einfach dieses Buch zu schreiben. Doch wenn wir weiterkommen wollen, sollten wir unsere selbst auferlegte Augenbinde lösen, damit wir einen klaren Blick auf unsere verinnerlichten Strukturen bekommen, denn nur so werden wir eines Tages endlich selbst bestimmend frei sein können.

Ich wünsche dir nun eine tief verbundene Resonanz zu deinem inneren Kind, eine positive Öffnung deiner inneren Gefängnismauern und eine erleuchtende Erkenntnis deines Lebens. Ich beglückwünsche jeden, der sich wirklich auf seinem eigenen Weg der inneren Erkenntnis befindet - dem Weg, der nur so individuell sein kann, wie der Mensch selbst ist. Danke für dein Interesse.

Die Autorin

# Einführung

Bevor wir uns mit Übertragungsmustern beschäftigen, müssen wir uns erst einmal damit auseinandersetzen, wie wir im eigentlichen Sinne überhaupt funktionieren. Meist denken wir, dass wir eine Person sind, ein Ganzes, welches unterschiedlich reagiert, je nachdem, mit welcher Thematik wir gerade konfrontiert werden. Dies stimmt jedoch nur bedingt. Natürlich fühlen wir uns komplett, zumindest sollte das so sein. Nichtsdestotrotz bestehen wir jedoch aus verschiedenen Energieanteilen, die sich in uns geprägt haben und mit denen wir uns auch auseinandersetzen müssen. Diese Teile sind uns in der Ursubstanz vorgegeben, in jedem von uns, damit das Lebensspiel auch farbig bleibt. Würden wir tatsächlich nur aus einem Ganzen bestehen, dann würden wir uns nicht wirklich bewegen, entwickeln und unsere Teile individuell prägen.

Symbolisch gesehen spalten wir uns in Teilen ab und lernen so mit unterschiedlichen Teilaspekten dynamisch zu leben. Woran du das am Besten erkennen kannst? Ganz einfach, fühle dich in dich selbst hinein und frage dich selbst, ob du nicht auch schon mal ganz anders reagiert hast, als du ursprünglich reagieren wolltest. Das heißt, auf einmal reagierst und fühlst du dich anders als kurz zuvor. Du kannst dir

dieses Phänomen der Stimmungsschwankung noch krasser vorstellen, wenn du an den Spruch denkst: „Himmelhoch jauchzend - zu Tode betrübt“. Wie kommt eine solche Sinneswandlung zustande?

Ganz einfach: Ein Teil in dir, das eben noch im Vordergrund stand, bereitet dir ein hohes Glücksgefühl, dann übernimmt ein anderes Teil den beliebtesten aller Plätze, vertritt den eigenen Standpunkt und lässt dich in depressiver Stimmung verstummen. Du spürst beide Persönlichkeitsanteile zu unterschiedlichen Zeiten und reagierst darauf. Die Emotionen haben dich im wahrsten Sinne des Wortes „übermannt“.

Dies passiert viel öfter, als wir denken, doch müssen dabei diese emotionalen Schwankungen nicht immer so ausgeprägt spürbar sein wie eben beschrieben. Nein, auch viel kleinere Veränderungen nehmen wir wahr und reagieren darauf. Wenn wir uns innerlich, unsere Energieanteile in uns, nicht sortiert haben, dann werden wir uns immer wieder ausgeliefert fühlen. Je nachdem, „wer“ dann in uns einen kurzen Augenblick regiert, kann dieser Energieanteil uns im wahrsten Sinne des Wortes das so schön geplante Abendessen vermiesen.

Die wahre Lebenskunst des Könnens, der Handlungsfähigkeit, liegt nun darin, eine Klarheit für sich zu bekommen; zu wissen, wer alles in einem lebt und auch regiert. Je besser wir uns kennen, desto einfacher können wir mit unserem Leben umgehen. Wir werden lernen müssen, uns selbst zu sortieren, damit wir entsprechende Klarheit bekommen. Somit sollten wir uns einmal ein bisschen von der These wegbewegen, dass wir grundsätzlich in uns gesamt betrachtet suchen müssen.

Alleine der Blick hin zu einzelnen Teilaspekten lässt uns viel leichter erkennen, wer sich alles auf unserer großen Lebensbühne bewegt und regelmäßig an unserem Tagesgeschehen teilnimmt. Schau einmal in dich hinein. Wer oder was lebt alles in dir und mit welchen Energieanteilen gehst du gerne um? Oder welche Energieanteile, die wir auch als Charaktereigenschaften bezeichnen, magst du gar nicht an dir selbst? Bedenke bitte dabei, alles das, was in dir steckt, wird sich über dich bemerkbar machen und du wirst auch diese Anteile stetig zu spüren bekommen.

Du kommst also nicht drum herum, genau auf dich Acht zu geben. Lerne dich selbst besser kennen und du wirst erfahren, welche verborgenen Schätze in dir schlummern. Du kommst in deinem Leben nicht weiter, wenn du stets gegen dich selbst leben solltest. Der Weg hin zu uns selbst ist die einzige Hilfe, die uns wirklichen Nutzen bringen kann. Doch nun gleiten wir tiefer in die Thematik hinein.

Wir alle kennen das. Wir leben übernommene Verhaltensmuster unserer Mutter oder unseres Vaters nach, ohne diese Prägungen, die wir auf uns laden, bewusst wahrzunehmen. Doch irgendwann macht es „klick“ und uns fällt auf, dass wir uns innerlich unter Druck fühlen, obwohl das gar nicht sein muss. Wir spüren einen inneren Kampf.

Die Energieanteile in uns, die in absoluter Überzeugung übernommene Verhaltensmuster nachleben wollen, übertönen die, die in uns frei sein und sich für die Freiwilligkeit einsetzen wollen. Das hört sich ein wenig kompliziert an, ist es jedoch nicht. Schauen wir uns das Ganze genauer an. Wir alle bestehen, wie schon erwähnt, aus Energieanteilen, die unterschiedlich geprägt sind, die jedoch alle zu Wort kommen wollen. Die innewohnenden Persönlichkeitsanteile prägen unser Meinungsbild.

Je nachdem, welcher Anteil, welche Teilpersönlichkeit, sich zum jetzigen Zeitpunkt angesprochen fühlt, dementsprechend leben wir uns. Und so passiert es nicht selten, dass wir sehr stimmungsschwankend reagieren, und zwar immer dann, wenn eine vorne stehende Teilpersönlichkeit mit einer anderen wechselt, also den Platz in uns tauscht. Dann reagieren wir von einem Moment auf den anderen anders und zwar so, wie die nun vorne stehende Teilpersönlichkeit dies von uns verlangt. Doch wie prägen sich diese Anteile? Meist schon aus früheren Leben tragen wir energetische Abspaltungen in uns, die sich immer wieder bemerkbar machen. Doch die Hauptprägung erhalten wir zumeist in unserer Kindheit.

Kleine Kinder lernen von ihren großen Vorbildern, den Eltern. Je stärker sie sich mit ihren Eltern identifizieren, desto mehr Verhaltensmuster übernehmen sie von ihnen und prägen sich somit nach diesen Vorbildern. Da wir jedoch immer nur eine bestimmte Perspektive einer Sache anschauen können, werden die Eltern auch nicht als komplette Persönlichkeiten sondern nur als Teilpersönlichkeiten identifiziert.

Die komplette Prägung einer Teilpersönlichkeit bleibt jedoch zumeist für einen Außenstehenden verborgen. So können wir auch nur einen Miniteil verstehen und über unser eigenes Verständnis oder auch Unverständnis, also über unsere eigene Wertung gefiltert, wahrnehmen. Wir kennen das alle, immer dann, wenn wir uns mit einer uns nahestehenden Person auseinandersetzen, legen wir deren Worte auf die Goldwaage, um vielleicht doch noch einen Funken Kritik erhaschen zu können. Warum wir das tun?

Wir nehmen von unserem Gegenüber verschiedene Worte wahr, die insgesamt betrachtet etwas vermitteln wollen. Ein Energieanteil in uns will aber nur bestimmte Worte hören und verschleiert alles

andere Gesprochene, wird somit nur aufmerksam, wenn es sich angesprochen fühlt; vielleicht ist gerade dieses Teil gewohnt, von anderen Teilpersönlichkeiten in uns permanent für die Schattenseiten des Lebens schuldig gesprochen zu werden.

Und da wir selbst viel zu wenig auf uns Acht geben, kann es uns passieren, dass sich dieses verletzte Teil nun über den äußeren Partner bemerkbar machen will. Es wartet dann lauernd, wann es an der Reihe ist, wann es sich angesprochen fühlt. Jede noch so kleine Möglichkeit wird es nutzen, um sich schmerzlicher Weise bemerkbar zu machen. Und dann passiert es: Der Partner benutzt unbeabsichtigt die passenden Worte, das ist die Chance für das verletzte Teil sich persönlich angesprochen zu fühlen und zu reagieren, darauf hat es symbolisch gesehen nur gewartet.

Jetzt ist der Kanal frei und schon schiebt es sich schwungvoll in den Vordergrund und präsentiert mit Wonne all seine gespeicherte, verletzte Energie. Es kommt mit einem solchen Schwung nach vorne und zeigt stolz seine verletzte, wohlgehütete, gespeicherte Energie, dass die gegenüberstehende Person gar nicht daran vorbeikommt, als diese Energieladung wahrnehmen zu müssen. Sie spürt ganz deutlich, dass sie emotional getroffen wurde. Da wir alle jedoch viel zu wenig gelernt haben, auf uns zu schauen, also in uns selbst zu suchen, passiert es häufig, dass wir den Partner für unsere Verletzung verantwortlich machen. Immerhin hat der Partner die auslösenden Worte gesprochen, die uns an den inneren Schmerz erinnerten.

Dass der Partner dabei etwas ganz anderes im Sinn gehabt haben könnte, liegt dann zumeist fern. So befinden wir uns im inneren Schmerz und reagieren ablehnend auf unser Gegenüber, auf den Schmerzauslöser. Das innere Schmerzteil, das nun besondere Beachtung bekommt, wird alles versuchen, um unseren Blick nach

innen gelenkt zu halten, damit wir uns an den alten, innewohnenden Schmerz zu Genüge erinnern können. Doch wie so oft werden wir unseren inneren Schmerz mit einem wütenden Blick auf den Partner eine Zeit lang ausleben, bis wir eine Entspannung erfahren, das heißt, unser Schmerz ein wenig nachlässt.

Wie das kommt? Wir alle nähren tagtäglich unsere Energieanteile mit Energien, damit diese sich auch weiterhin leben können. Natürlich gibt es dabei auch ein Ungleichgewicht. Die Teile, die wir am liebsten mögen, mit denen wir am einfachsten klarkommen, die bekommen das meiste ab. Alle anderen begnügen sich mit dem Rest. Unsere Lieblingsanteile, mit denen leben wir gerne, mit denen kommen wir am einfachsten zu Rande, die sind uns am stärksten vertraut, die wollen wir auch bewusst nähren und alle anderen, die drängen wir zumeist weg.

Damit die Anteile, die wir nicht wahrhaben wollen, -die somit eher ein inneres Schattendasein führen-, sich überhaupt bemerkbar machen können, brauchen sie eine entsprechende Kraft, um auf unserer Showbühne des Seins auftreten zu können. Damit das überhaupt der Fall sein kann, sammeln diese Energieanteile ihre Rationen an Energie, um sich ein energetisches Reservoir anzulegen. Zum passenden Zeitpunkt, wenn die Lieblingsanteile nicht mehr so bei Kräften sind, suchen sie sich ihre gewohnte Lücke, um sich mit aller Gewalt bemerkbar zu machen. Dann endlich kommen sie zu Wort.

Doch was wollen sie? Nur gehört, wahrgenommen und genauso gewichtet und auch geliebt werden, wie die anderen, beispielsweise die Lieblingsanteile, die wir so gerne an uns mögen und mit denen wir uns gerne verbinden. Doch sie haben für die bewusste Platzierung auf unserer Showlebensbühne nicht allzu lange Zeit, nach einer Weile ist ihr Energiereservoir erschöpft, dann fühlen sie sich leer und

ausgewert. Dann werden sie wieder von anderen Energieanteilen übermannt und ziehen sich in ihr inneres Verlies zurück. Mal wieder haben sie keinen Erfolg gehabt. Mal wieder hat ihnen keiner zugehört. Mal wieder sind sie weggeschickt worden.

Sie ziehen sich leidend zurück, um sich auf ein neues Spiel vorzubereiten: Energien sammeln, strategisch eine Person im Außen suchen, mit der sie sich verbinden können, um sich zum passenden Zeitpunkt auf den großen Augenblick vorzubereiten und dann „zuzuschlagen“. Bei vielen Menschen dauert dieses Spiel ein Leben lang, doch mit der Zeit werden die Auftrittsabschnitte immer kürzer.

Die Schattenanteile verbinden sich immer mehr mit Situationen und Menschen im Außen, bis der Mensch an sich immer dunkler und somit dem negativgelebten Energieanteil immer ähnlicher wird. Immer mehr helle und auch positive, mit Freude gelebte Energieanteile werden durch die Anwesenheit der Schattenanteile übermannt und kommen somit weniger zu Wort. Je mehr dies passiert, desto schwieriger wird es werden, sich wieder zu lösen.

Die wenigstens Menschen kümmern sich bewusst um ihre Persönlichkeitsanteile und so passiert es sehr häufig, dass sie solch belastende Situationen als unangenehm und immer wiederkehrendes Leid erleben müssen. Sie fühlen sich bedrängt und wissen nicht, wie sie mit den Stimmungsschwankungen umgehen sollen.

Sie fühlen sich von „Himmelhoch-jauchzend“ absolut in Hochform, die Lieblingsanteile waren vorne, bis zu „Tode-betrübt“ tief depressiv in sich versunken, die Schattenanteile übernehmen eine Weile die Regentschaft. Da wir uns zumeist bewusst viel zu wenig mit unseren inneren Schwächen auseinandersetzen, kommen diese wie Schlossgespenster nach vorne, um sich bemerkbar zu machen. Dann

fühlen wir uns negativ umspinnen und werden alles versuchen, um uns wieder aus dieser misslichen Lage zu befreien.

Das heißt, anstatt den Zustand anzuerkennen und uns bewusst um unser inneres Leid zu kümmern, wollen wir diesen Zustand verdrängen und uns mit anderen Sachen ablenken. Funktioniert das nicht mehr, versuchen wir zumeist den äußeren Schmerzbringer/den äußeren Spiegel unserer innerlich erlebten Leidensstruktur, auf unser Leid aufmerksam zu machen, in der Hoffnung das er unser Leiden erkennt und uns davon befreit. Das heißt, wir konfrontieren ihn mit unserem Schmerz und zeigen somit, wie weh er uns getan hat, in der Hoffnung das er dies das nächste Mal unterlässt.

Wir übertragen ihm eine Teilverantwortung für unser Leben und bitten ihn, auf uns Rücksicht zu nehmen. Tränen sind dabei ein sehr wirksames Mittel, um dem anderen zu demonstrieren: „Hey, du bist schuld, du hast mich verletzt.“ Wüssten wir in diesem Moment, dass nur wir selbst den Schmerz in uns tragen und somit uns nur selbst heilen können, könnten wir mit der Situation ganz anders umgehen. Doch wer hat uns dies gesagt? Wer hat uns gesagt, dass unser Seelenschmerz nur alleine in uns steckt? Kaum einer. Dazu tauchen wir gleich ein wenig in die Kindheit ein, um uns an die für uns spürbar und von den Eltern übertragenen, schmerzvollen Traueraspekten zu erinnern.

Doch bevor wir in diesen Bereich wechseln, möchte ich hier noch erwähnen, dass es keine Seltenheit ist, dass wir auch bewusst, also in voller Verantwortung, von Mitmenschen verletzt werden. Also, wir haben erfahren, auf der einen Seite brauchen unsere Schattenanteile äußere Mitspieler, die helfen, auf den innerlich erlebten Schmerz aufmerksam zu machen. Und so passiert es uns häufig, dass eine äußere, für uns wichtige Person durch Gestik, Worte oder Ähnliches

uns an unseren inneren Schmerz erinnert. Doch was ist, wenn jemand dies bewusst tut, das heißt uns bewusst verletzen will? Das passiert häufiger, als wir jetzt vielleicht denken mögen.

Schauen wir uns das ein wenig genauer an: Tauche dafür mit mir tiefer in eine Beziehung hinein. Anfänglich, wenn wir dem Objekt unserer Begierde näher kommen, dann kennen wir von unserem Gegenüber nur bestimmte Teilenergien und mehr nicht. Doch mit der Zeit lernen wir uns immer besser kennen. Wir alle kennen das, wir treffen auf einen anderen Menschen und zeigen uns natürlich von der besten Seite. Wir zeigen dem anderen, für uns wichtigen Menschen nur das, was wir auch zeigen wollen.

Somit verstecken wir ganz bewusst Schattenanteile, damit diese bloß nicht zu Wort kommen können. Zumeist fühlen wir uns dann auch ein wenig kontrolliert und unsicher, immerhin müssen wir die ganze Zeit, zumindest während der Dauer des Rendezvous darauf achten, dass sich nichts Dunkles in uns rühren und auf der großen Beziehungsbühne mitmischen kann. Symbolisch betrachtet, lassen wir bestimmte Energieanteile in uns die dunklen Anteile beobachten, so dass diese wie gefesselt an der Wand stehen und sich nicht mehr rühren können. Dies kostet uns jedoch enorm viel Kraft und so fühlen wir uns zumeist ein wenig verstockt an. Dieses unbewusst gelebte Verhalten kennen bestimmt viele.

Durch diese Gewichtung und inneren Druckblockaden, die „Guten“ sollen die „Schlechten“ an die innere Wand gedrückt halten, kommen diese trotzdem zu Wort und so passiert es nicht selten, dass wir auf einmal den Kaffee verschütten und peinlich gerötet „aufleuchten“. Die inneren Schattenanteile werden sich darüber bestimmt köstlich amüsieren. Doch mit der Zeit, wenn uns die andere Person vertrauter ist und das ihr entgegengebrachte Bild nicht mehr so wichtig erscheint,

dann kommen immer mehr Energieanteile in uns zu Wort und melden sich. Dann zeigen wir mehr und mehr unser wahres Gesicht.

Somit werden auch gerade unsere „Schwächen“ sichtbar. Zur besseren Erklärung: Schwächen sind nur unterdrückte Teilenergien, die wir bewusst nicht leben wollen. Wir zeigen dem Partner mehr und mehr, wer wir sind. So lernt auch er unsere Verletzungen kennen, er lernt und weiß dann, worauf wir reagieren, was uns erfreut, doch auch, was uns traurig stimmt.

Da nicht nur wir alleine diesen Prozess erleben, sondern grundsätzlich nach dem Gesetz der Resonanz beide Personen, fühlen sich auch beide teilweise entblößt. Um sich das noch einmal genauer bildlich vorzustellen: Die Energieanteile dürfen zu Wort kommen und machen sich mehr und mehr bemerkbar. Viele verbinden sich mit den Energieanteilen des Partners und erkennen Gemeinsamkeiten, doch dies nicht nur auf der für sie positiv gelebten sondern auch auf der eher dunklen, unbewussten Seite.

Auch diese Energieanteile schaffen einen Verbund und leben sich darüber. Somit passiert es nicht selten, dass wir uns auf einmal durch unseren Partner absolut emotional getroffen fühlen, ohne genau zu wissen, woher das kommt. Die Schattenanteile in beiden Personen haben sich genauso gesucht, gefunden und natürlich auch verbunden. Nun stehen sie sich gegenüber und leben eine Art Partnerschaft, die jedoch die inneren Geliebtenanteile, also die eher positiv lebenden Persönlichkeitsanteile, beeinträchtigen. Diese wehren sich natürlich dagegen und versuchen den Partner madig zu machen, damit die negativ gelebten Schattenanteile nicht zu Wort kommen können.

Wir erkennen solche gelebten Muster immer sehr leicht daran, wenn wir uns stets über unseren Partner ärgern und eigentlich gar

nicht richtig wissen, warum wir das tun. Unsere hellen Anteile zeigen uns damit alle negativ gelebten Parts der Schattenanteile des Partners, nur um zu verhindern, dass diese zu Wort kommen und die Partnerschaft regieren könnten. Leider passiert dies sehr häufig, so dass die partnerschaftliche Gemeinschaftsenergie nach einer Weile durch die Schattenanteile regiert wird.

Noch einmal zusammenfassend: Die inneren Schattenanteile gehen somit genauso wie die Geliebtenanteile auf Partnersuche. Es stellt sich dann hinterher nur noch die große Frage: Wer war für die Partnerauswahl diesmal verantwortlich? Da oftmals eine viel zu große Gewichtung auf den Schattenanteilen liegt, lassen diese sich genüsslich durch die Energiezufuhr nähren und machen sich immer mehr breit. Sie wollen unter keinen Umständen die errungene Rangordnung wieder verlieren, somit tun sie alles dafür, um sich in ihrer erfahrenen Wichtigkeit spüren zu können.

Sie werden alles versuchen, um die komplette Regentschaft über die Partnerschaft zu übernehmen. Sollten sie das schaffen, dann wird in der Partnerschaft einer den anderen immer wieder verletzen. Der eine Partner fühlt sich durch den anderen emotional verletzt und revanchiert sich, indem auch er den anderen verletzt und zwar ganz bewusst. Dies ist eine Ebene, die nicht unterschätzt werden sollte, immerhin nutzt einer die Schwäche des anderen, um sich zu bereichern.

Da beide oftmals im Schmerzpotenzial leben, merken sie das wahrhaftige Geschehen um ihrer inneren Teilenergien zumeist viel zu spät. Dabei wollen die Schattenanteile letztlich doch nur zu Wort kommen, um sich bemerkbar zu machen und endlich bewusst integriert zu werden und mehr nicht. Je mehr uns dieses innere Spiel bewusst ist, desto einfacher können wir den innerlich gelebten Streit

wieder schlichten. Immerhin hat jeder seine Schattenseiten und es ist nicht unsere Aufgabe, diese beim Partner ändern zu wollen. Nein, wenn wir was verändern wollen, dann kann dies nur unsere innere Einstellung zum Leben sein.

Doch nun beschäftigen wir uns, wie versprochen, mit den Verhaltensstrukturen, die wir einst von den Eltern übernommen haben.

## Die Elterngemeinschaft

Wie schon gesagt, wird unser Leben enorm geprägt durch unsere Kindheitserfahrungen und so natürlich auch unser Partnerschaftsbild. Das heißt, je deutlicher unsere Eltern Partnerschaft miteinander gelebt haben, desto stärker haben wir unser eigenes Partnerschaftsbild in uns geprägt. Doch gehen wir vorerst ein wenig in die grundsätzlichen Prägungsmechanismen hinein. Kinder sind von Grund auf neugierig, sie wollen einfach alles wissen. Das ist ein Urinstinkt, der den heranwachsenden Menschen beeinflusst.

Kinder brauchen das Spiel, um spielerisch auszutesten, was sie alles interessieren könnte. Würden sie alle Lernerfahrungen, die sie machen, zu ernst nehmen, würden sie innerlich verhärten. Doch wie sieht es aus, wenn ein Kind Eltern erlebt, die leiden, und das Kind dadurch automatisch mit in den Bann dunkler Problemebenen gezogen wird? Jedes Kind liebt seine Eltern von Natur aus.

Sollte nun beispielsweise die Mutter unter der Beziehung zu ihrem Mann leiden, kann das Kind sein Dasein nicht mehr so einfach und locker gestalten, da es immer wieder einen Blick auf die leidende Mutter werfen wird. Kinder können uns Erwachsenen gut dabei helfen,

unsere Sorgen zu vergessen. Ein Lächeln lässt so manches erwachsene Herz höher schlagen, und durch den erhöhten Pulsschlag lösen wir uns in dem Moment für kurze Zeit von depressiven Verhaltensmustern.

Natürlich nicht dauerhaft. Du kennst doch bestimmt den Rat: Lache selbst über eine Situation, die dich zu erdrücken droht, und schon wirst du dich schnell wieder besser fühlen. Genauso ergeht es uns, wenn wir in strahlende Kinderaugen schauen. Dann erkennen wir die Leichtigkeit des Lebens, fühlen uns angesprochen und können uns entsprechend freuen.

Kinder wissen das und werden sich entsprechend um ihre Eltern kümmern. So wird auch jedes Kind anfänglich versuchen, die Eltern zu erfreuen, damit es ihnen besser geht. Doch nur eine Weile wird dies der Fall sein, danach nützt auch das schönste Kinderlachen zu wenig. Und da die Kinder sich in dem Moment mit den Problemen der Eltern auseinandersetzen, bekommen sie einen Teil der belastenden Energie auf sich selbst übertragen. Das wiederum hat zur Folge, dass sie sich langsam energetisch verdunkeln und ihre eigene Leichtigkeit beschweren. Das einfache Kinderdasein rutscht damit ein wenig in den Hintergrund und die Probleme der Eltern stehen im Vordergrund.

Das Kind reagiert sensibel auf die Eltern, spürt mehr und mehr den Druck, den diese in sich tragen. Hierbei sei jedoch auch erwähnt, dass Kinder dies hauptsächlich tun, wenn Eltern aus Gewohnheit die Übertragung und Mitbelastung der Kinder zulassen. Das heißt, je mehr ein Elternteil gewillt ist, sich durch die Energie des Kindes aufzumuntern, desto mehr wird das Kind belastet sein. Ein Kind kann Trost geben und da einige Erwachsene sich der Belastung des Kindes nicht bewusst sind, nehmen sie die wärmende Energie dankend an. Oftmals haben diese Erwachsenen auch selbst in der

Kindheit gelernt sich den Problemen der Eltern zur Verfügung zu stellen, so dass diese Verhaltensweise fast schon Gewohnheit ist.

Dies soll jedoch nun nicht heißen, dass wir uns gar nicht durch unsere Kinder mal in den Arm genommen fühlen dürfen. Im Gegenteil, kleine Kinder geben gerne Energien ab, die sie dann auch dankend wieder empfangen werden. Doch sollte es sich hierbei um keinen Dauerzustand handeln. Die Gewohnheit, das tröstende Kind in der Nähe zu haben, kann in Eltern auch eine große Nachlässigkeit hervorrufen, und so ist es ihnen dann zumeist auch schnell egal, wenn ihre Kinder mitbekommen, dass sie tief im Inneren trauern.

Dies passiert häufig dann, wenn die Eltern selbst als Kinder die trauernde Energie ihrer eigenen Eltern stetig zu spüren bekamen und diese Leidensstruktur selbst nicht bewältigt haben. Dann sind sie es gewohnt und fühlen sich durch die rettende Hand ihrer Kinder ein wenig entlastet und aufgefangen. Die Gefahr, dass der Erwachsene dabei selbst in ein Kindheitsmuster verfällt, ist sehr groß. Die Kinder werden in einem solchen Fall förmlich in die Probleme der Eltern mit eingebunden, und das ist für Kinder absolut negativ.

Das Kind belastet sich mit Problemen, die für sein Alter noch nicht geeignet sind. Das hat zur Folge, dass das Kind sich auf einmal in einem Wust von Problemen wiederfindet, die es bei weitem nicht zu bewältigen weiß.

Wie kann man ein solches Muster als Elternteil verhindern? Ganz einfach, wir alle haben Lernaufgaben, denen wir uns stellen müssen. Und je mehr wir auch innerlich dazu bereit sind, uns unseren Lebensaufgaben zu stellen, desto einfacher werden wir mit unserem Leben verfahren können. Doch wie oft passiert es, dass sich der Erwachsene der Aufgabenstellung seines Lebens gar nicht bewusst

ist? Keiner hat ihm gesagt, dass er innere Lernaspekte zu erfüllen hat, die eine weitaus höhere Wertstellung in seinem Leben haben als beispielsweise der Beruf. Und je mehr er sich nun unbewusst gegen seine eigene Lebensregieanweisung stellt, desto weniger wird er aufräumen, was zur Folge hat, dass er innerlich immer schwerer und behäbiger wird.

Durch diese Unkenntnis versuchen viele verzweifelt den inneren Problemen auszuweichen, um sich der äußeren Realität weiterhin stellen zu können. Doch auch das wird irgendwann nicht mehr funktionieren, denn wir können nicht vor unserem eigenen Leben davonlaufen. Nein, wir müssen uns unserem Lebensprinzip stellen, eine andere Wahl haben wir nicht. Doch wie so oft fühlen sich viele mit ihren eigenen Problemen überfordert, was wiederum heißt, dass diese kompensiert werden müssen. Doch eins ist sicher: Je älter wir werden, desto mehr werden wir diese Unebenheit in uns auch zu spüren bekommen.

Wir alle tragen Prägungen in uns, die sich immer wieder bemerkbar machen, um bearbeitet und somit bewusst integriert zu werden. Wir können nichts, was in uns ist, einfach ignorieren. Nein, wir müssen uns allen inneren Lebenskonstellationen stellen. Wir werden zumeist ein Leben lang mit Lernthemen konfrontiert. Je mehr wir diese jedoch ignorieren wollen, desto schwieriger wird für uns unser Leben sein.

So sind auch die meisten Eltern immer noch nicht mit sich selbst fertig, wenn sie die Elternschaft antreten, sondern weiterhin mit Themen beschäftigt, was wiederum zur Folge hat, dass sie sich auf die momentane Zeit und auf ihre Kinder gar nicht richtig einlassen können. Tief im Inneren möchten sie jedoch ihren Kindern Gutes tun und von daher trauern sie selbst, wenn sie nicht frei und unbelastet ihren Kindern begegnen können. Immerhin waren auch die Eltern

einmal Kinder und haben sich mit Sicherheit vorgenommen, als Eltern anders zu sein, als sie ihre eigenen Eltern in der Lebensrolle als Eltern erlebt haben.

Sollten sie dann auch noch wegen ihrer Elternschaft mit inneren Problemen konfrontiert werden und nicht wissen, wie sie damit umgehen sollen, wird es mit Sicherheit schwierig werden. Dann tragen sie ihren Kindern und sich selbst gegenüber ein schlechtes Gewissen und wissen nicht mehr ein noch aus. Da Kinder sehr schnell die Gedanken und Wünsche ihrer Eltern ablesen können, werden sie sich auch gerade in einem solchen Fall nicht neutral verhalten können.

Immerhin sprechen die Eltern ihre Kinder darüber unbewusst an, so dass diese die Information bekommen: Mir geht es schlecht, da ich so bin, wie ich bin. Die Kinder versuchen dem Erwachsenen zu vermitteln, dass er fröhlicher und einfacher mit sich umgehen sollte. Sie akzeptieren ihre Eltern immerhin so wie sie sind und sie wollen dem Erwachsenen genau diese gesunde Lebenseinstellung vermitteln: Nimm dich so an, wie du bist, lebe im Jetzt, Hier und Heute und es wird dir gut gehen, glaube mir, ich lebe auch danach.

Kinder, die sich leben, leben genau nach diesem Schema. Sie sind offen für alles Neue, neugierig auf alles, was da kommt und erfreuen sich ihres Lebens. Sie zeigen sofort, wenn ihnen etwas nicht gefällt. Sie weinen und lachen von Herzen. Sie zeigen ihre Freude und auch ihren Schmerz. Sie sind offen für alle Lebensbereiche, die sie interessieren könnten und bleiben in sich weich und geöffnet, wenn sie sich auch weiterhin als normal betrachten.

Doch was ist, wenn das Kind erfährt, dass gewisse Bereiche und Charaktereigenschaften nicht erwünscht sind? In einem solchen Fall versucht das Kind den Eltern zu gefallen und dann kann es sein,

dass es sich innerlich zurückzieht und versucht ein Bild von sich abzugeben, das bei weitem nicht dem realen Bild entsprechen muss. So lernt das Kind Teilaspekte von sich selbst zu unterdrücken und das zum angeblichen Wohle der Eltern.

Je mehr das Kind sich selbst unterdrückt, desto mehr stirbt die innere Lebendigkeit und Flexibilität ab. Das heißt, das Kind gibt seine Persönlichkeit in Teilen auf und je mehr das passiert, desto mehr wird das Kind verunsichert und verstört sein. Ein Mensch, der nicht gelernt hat, so sein zu dürfen, wie er ursprünglich ist, wird sich immer fehl am Platze fühlen. Diesem Menschen mangelt es erheblich an Selbstbewusstsein. Dann erlischt in ihm das Gefühl, dass er so, wie er ist, auch in Ordnung ist.

Doch gehen wir noch einmal von der Ursubstanz aus: Kinder sind klein und einfach strukturiert, sie versuchen den Erwachsenen in seiner Einfachheit anzunehmen, ihm also beizubringen: Du bist so, wie du bist, in Ordnung. Sollte der Erwachsene dies jedoch nicht glauben, da er selbst in der Kindheit hauptsächlich gelernt hat, sich den Gepflogenheiten anderer anzupassen, dann wird er sich gegen diese Information auflehnen und weiterhin leiden.

Dieses Bild wiederum verunsichert das Kind und es fängt an, an sich selbst zu zweifeln. Immerhin müssen die Erwachsenen es doch wissen, und wenn diese ihren Kindern dann stetig zeigen, dass das Leben voller Leid ist, wird das Kind dies absolut glauben und seine eigene Meinung revidieren. Somit übernimmt das Kind den Glauben der Eltern über das Leben, ohne die wahrhaftigen Hintergründe zu kennen. Schauen wir uns dies einmal genauer an.

So wie die Eltern partnerschaftlich miteinander umgehen, erfährt das Kind in Teilen, wie Partnerschaft zu sein scheint. Doch auch

hier müssen wir Unterschiede machen. Eine Tochter beispielsweise wird durch die Beziehung zum Vater beziehungsfähig und darauf getrimmt, wie sie mit dem anderen Geschlecht, mit ihrem späteren Mann, umgehen kann. Ist der Vater ihr gegenüber offen und lässt sie auch gefühlsmäßig an sich heran, wird das Kind sich in späterer Partnerschaft emotional geöffnet fühlen.

Wir suchen uns später immer den Partner aus, der uns das, was wir brauchen und auch gewohnt sind, erfüllen kann. Sollten wir also einen liebevollen Vater erlebt haben, dann suchen wir uns auch einen liebevollen Partner aus. Doch auch die umgekehrte Variante ist möglich. Den gewalttätigen Vater erkennen wir in unserem späteren gewaltvollen Partner wieder. Wir werden also nicht von unserem Kindesleid durch das spätere Erwachsenendasein erlöst. Nein, wir wiederholen unsere erlebte Kindheit später immer wieder.

Wir leben in Teilen das nach, was unsere Eltern uns vorgelebt haben. Da wir jedoch nicht gelernt haben, uns auch im Nachhinein mit unserer Kindheit auseinander zu setzen, passiert es nicht selten, dass wir versuchen, unsere Kindheitserlebnisse zu verdrängen, wenn wir dann endlich erwachsen sind. Doch alles, was wir erlebt haben, wird uns automatisch eines Tages wieder einholen, solange bis wir bereit sind, uns mit unseren eigenen Verhaltensmustern bewusst auseinander zu setzen.

Wählen wir dazu ein Beispiel, um uns dies ein wenig genauer zu verdeutlichen. Ein Kind erfährt in jungen Jahren, dass der Vater sehr aggressiv auf die Mutter reagiert. Der Vater fühlt sich in seinem Leben unwohl und eingesperrt. Natürlich hat ihn keiner eingesperrt. Nein, dieses Gefühl hat er selbst gewählt. Doch das ist ihm nicht bewusst. Wahrscheinlich wird er schon in seiner eigenen Kindheit Gefühle unterdrückt haben, so dass diese nun wie ein großes Manko in seinem

Leben immer wieder auftauchen. Ihm wird bewusst, wie wenig er von sich selbst frei leben kann. Dann sieht er seine Familie, all die nicht enden wollende Verantwortung und er fühlt sich weiterhin unter Druck gesetzt.

Er weiß nicht, wie er mit all der Last umgehen soll. Und da er innerlich meint, die Familie sei die Fessel, die ihn an seinem Freisein hindert, wird er seinen Unmut kundtun, indem er grantig, sauer und auch aggressiv reagiert, obwohl ihm keiner etwas getan hat. Seine Frau wird wahrscheinlich schon einen disharmonischen Vater erlebt haben und wird sich durch das Verhalten ihres Mannes an die eigene Kindheit erinnern fühlen. Einen Lebenspart, den sie unter keinen Umständen mehr erleben wollte. Innerlich kommt die kindliche Angst vor dem Vater, jetzt dem Partner, wieder in ihr hoch und sie wird sich handlungsunfähig fühlen.

Ja, und das Kind wird ähnliches erleben. Dem Kind sind die Hintergründe nicht bewusst. Es erfährt, der Vater reagiert aggressiv und die Mutter hat Angst. Es versucht in unserem Fall der Mutter eine emotionale Nähe zu geben, damit diese sich dem Vater gegenüber zur Wehr setzen kann. Sie lesen richtig, ein Kind fühlt sich für das harmonische Zusammensein der Familie mit verantwortlich und wird entsprechend reagieren. Das Kind gibt der Mutter stärkende Energie, die diese wiederum auch annimmt. Doch damit kann sie sich trotz alledem ihrem gewalttätigen Mann gegenüber nicht genügend zur Wehr setzen.

Das Kind wird sich mehr und mehr in den Bann der Mutter, verbunden mit der Angst gegenüber dem Vater eingebunden fühlen. Jetzt spätestens wird das Kind parteiisch reagieren müssen, es ist in die zwiespältige Energie zwischen Vater und Mutter eingebunden. Es wird zwischen seinen Eltern wählen müssen, bis es eine einigermaßen

klare Basis gefunden hat. In unserem Fall wählt das Kind die Mutter und wird diese immer wieder durch seine eigenen Energien stärken, damit sie sich leben kann.

Die Mutter wiederum kann ihre kindliche Angst, die immer häufiger durch den Partner ausgelöst wird, nicht ohne fremde Hilfe bearbeiten und so wird sie sich immer mehr zurückziehen. Sie wird immer mehr Kind und ähnlich wie in der Kindheit reagieren. Sollte sie sich früher in ihrer eigenen Kindheit ängstlich zurückgezogen haben, wird sie dies zum jetzigen Zeitpunkt auch wieder tun. Nur mit dem Unterschied, dass sie nun erwachsen ist und auch entsprechend reagieren muss.

Das heißt, der Partner spricht sie nun persönlich an und sie muss reagieren. Also ist sie nun nicht mehr nur Beobachter der Gewalt des eigenen Vaters gegenüber der eigenen Mutter, sondern muss sich selbst entsprechend zur Verfügung stellen und lernen zu handeln. Das wird ihr noch viel mehr Angst machen, da sie sich mit der Situation überfordert fühlen wird. Das Kind spürt die Angst der Mutter immer deutlicher und wird selbst ängstlich gegenüber dem Vater reagieren.

Das wiederum reizt jedoch den Vater. Der fühlt sich durch die angstvolle Energie noch mehr angesprochen und wird weiterhin aggressiv reagieren. Auch in ihm ist nur ein geprägtes Teil, das sich entsprechend „breit“ machen will. Ein Teil in ihm tobt, rebelliert und bricht aus der Norm aus. Und gerade dieses Teil wird durch die angstvolle Energie, die er durch seine Familienmitglieder zu spüren bekommt, erst richtig angeheizt zu reagieren.

Die Person als Ganzes will seiner Familie bestimmt nicht schaden, doch leider wird er sich -beziehungsweise seine Teile in ihm- nicht unter Kontrolle haben, sonst würde so etwas nicht passieren können. Das Schlimmste, was nun noch passieren könnte, wäre, dass diese

Gewaltebene die Regentschaft über die Partnerschaft übernimmt. Das würde bedeuten, dass die Partner dann hauptsächlich nur noch ein Macht-/Ohnmachtspiel miteinander ausüben würden, welches keinem wirklichen Nutzen bringen kann. Man kann natürlich Partnerschaft so leben, dann dient dies als Lernaufgabe, wird aber für beide ein schmerzhafter Prozess werden. Man kann seine Beziehung aber auch schützen und sich bewusst mit sich selbst auseinandersetzen, dann wird man von dieser Ebene zumeist verschont.

Denn letztlich dient ein schmerzvoll gelebtes Szenario nur dazu, beide Personen an ihr erlebtes inneres Leid zu erinnern, damit diese sich von ihren eigenen Mustern auch wieder lösen können. Um was anderes geht es in unserem Leben wirklich nicht. Eine Tochter in einer solchen Beobachterposition übernimmt zumeist einen Teil der Rolle der Mutter, um die Mutter zu stützen und ihr zu helfen. Ein Sohn hingegen neigt dazu, beide Rollen zu übernehmen und somit Opfer und Täter in einem zu werden. Das heißt, wahrscheinlich sucht er sich später eine Partnerin, die selbst Opfer ist und darunter zu leiden hat. Dann wird er versuchen, über die Hilfe der leidenden Partnerin, symbolisch in Gedanken seiner Mutter, seinem innerlich erlebten Leid Abhilfe zu schaffen.

Ein Kind, welches solch ein Martyrium miterleben muss, wird innerlich keine Ruhe finden, bis die Disharmonie irgendwann ausgeglichen ist. Somit sorgen die verletzten Teile in der Person dafür, dass das Spiel nicht enden kann. Der Erwachsene wiederholt in seinem eigenen Erwachsenenendasein die nicht verarbeiteten Kindheitserlebnisse aufs Neue, bis diese sich geglättet haben. Der einzige Weg, da herauszukommen, ist der, dass der Erwachsene sich seiner Kindheit bewusst wird und alte Verletzungen bearbeitet. Dann ist der Spuk vorbei und die eigene Lebensbahn wieder frei. Ansonsten

lebt der Mensch immer im Schattendasein seiner Kindheit, die ihn stetig einholen wird.

In unserem Beispiel könnte ein Sohn jedoch auch Täter werden, indem sich sein innerlich geprägtes Täterteil durch die angstvolle Partnerin angesprochen fühlt und selbst, ähnlich wie das Verhalten des Vaters, symbolisch gesehen „draufhaut“. Je mehr er diesem inneren Trieb nachgibt, desto dominanter wird dieser auch wirken können. Mit der Zeit kann seine ausgelebte Tyrannei gegenüber anderen Personen stärker sein, als er sich dies jemals in seinem kühnsten Träumen hat vorstellen können. Er lebt dann den Vater direkt nach, ohne zu wissen, dass er dies gar nicht tun muss.

Seine Partnerin, die ähnliche Kindheitserlebnisse in sich trägt, fordert ihn dazu durch ihre Angst auf. Dann haben wir wirklich eine „verhängnisvolle Affäre“, die dringend eine Bearbeitung benötigt. Die beiden Partner werden durch eigene Kraft wohl kaum aus diesem Szenario wieder herauskommen. Dafür bedarf es schon klärender Hilfe von außerhalb.

Du siehst, wie das Spiel funktioniert. Das, was wir erlebt und nicht verarbeitet haben, holen wir uns erneut ins Haus, damit wir unsere Muster erkennen und wandeln können. Den Partner in einem solchen Fall für das innere Leid verantwortlich zu machen, ist wohl der falsche Weg. Wir können nur lernen, in dem wir uns immer wieder vor Augen führen, dass nur wir uns selbst in diese Situation hineingebracht haben und das auch nur wir selbst uns wieder lösen können. Je klarer wir unsere eigenen Verhaltensmuster erkennen, desto einfacher können wir uns von übertragenen Verhaltensmustern auch wieder lösen.

Um dies noch genauer zu betrachten, gehen wir noch einmal in die vom Kind erlebte Beziehung der Eltern hinein. Ein Kind, welches

seine Eltern in Harmonie erlebt, wird sich später einen ähnlichen Partner suchen, das heißt einen Partner, der ebenfalls Eltern in Harmonie erlebt hat. Wir bilden also unser Partnerschaftsbild schon sehr früh in der Kindheit und nehmen dazu das Bild, welches wir von den Eltern erfahren haben. Wohl gemerkt nach unserer eigenen Einstellung und nicht anders.

Hast du dich einmal mit deinem verinnerlichteten Partnerschaftsbild auseinandergesetzt? Nein? Dann mach es. Es wird für dich sehr interessant sein zu erkennen, was du alles nachlebst. Wenn du möchtest, stell dir selbst einmal die folgenden Fragen und betrachte die Antworten aus deiner eigenen Perspektive. Es geht hierbei nur um deine eigenen Erkenntnisse, nicht um das wirklich erlebte Leben deiner Eltern:

Wie habe ich das Verhalten meiner Mutter in Bezug zum Vater erlebt?

Bin ich der Meinung, dass die Mutter ihren Mann/den Vater geliebt hat?

Was hat die Mutter am Vater besonders gemocht?

Woran hat sie sich gestört?

Kennst du die Träume deiner Mutter? Was hätte sie sich gewünscht?

Was hat sie besonders gereizt?

Nun betrachte dich in Bezug auf deine Mutter:

Hat sie in dir geprägte Muster, ähnlich wie deinem Mann/deinem Vater gesehen? Was hat sie dir vorgehalten? Und wie bist du persönlich damit umgegangen?

Was hast du dir in deiner Kindheit selbst vorgenommen? Was möchtest du deinen Kindern niemals anbieten? Im Klartext: Was möchtest du unter keinen Umständen nachleben, Verhaltensmuster, die deine Mutter von dir abverlangte?

Stelle dir selbst bitte dieselben oder ähnliche Fragen in Bezug zu deinem Vater.

Je klarer du dir über die angenommen Verhaltensmuster wirst, desto eher wirst du dein eigenes Leben frei und offen leben können. Also jede Erkenntnis lohnt sich.

## Frühkindliche Erfahrungswerte

Wenn wir uns mit Übertragungsmechanismen, geprägt durch die Eltern, auseinandersetzen wollen, stellt sich die Frage: Wann sind Kinder am empfänglichsten? Um diese Frage beantworten zu können, gehen wir zuerst einmal zurück in das Kleinkindalter und stellen uns ein Neugeborenes vor. Das Neugeborene hat kaum Wahrnehmungsmöglichkeiten, außer der einen, den wertvollen Urinstinkt sprechen zu lassen. Ein Neugeborenes kann kaum sehen und wird sich somit noch viel mehr auf seinen Urinstinkt verlassen müssen. Während der Schwangerschaft nimmt ein Kind schon enorm viel auf. Doch gehen wir noch weiter zurück.

Damit eine kindliche Seele überhaupt als Mensch geboren werden kann, muss der Körper sich erst einmal entwickeln dürfen. Dafür braucht sie eine Mutter, die den eigenen Körper für die Entwicklung eines anderen Körpers zur Verfügung stellt und natürlich einen Vater, der den notwendigen Samen spendet. Damit überhaupt eine gute Entwicklung gesichert ist, sollte der Kindesvater auch die Bereitschaft haben, die Mutter und das Kind mindestens in den ersten drei Jahren zu versorgen. Diese Zeit ist für die Entfaltung des Kindes enorm wichtig.

Damit wir dem noch weiter folgen können, müssen wir erst einmal eine Unterscheidung zwischen Körper, Seele und Geist vornehmen. Die Seele ohne Körper wählt eine Wahlfamilie aus, somit eine Mutter und einen Vater. Damit alle drei ihr Einverständnis zu dem zukünftigen Ereignis geben können, treffen sich auch alle drei auf der Astralebene, um über die Zukunft zu entscheiden. Ich werde dies noch besser erklären: Wir alle haben einen Körper, den wir brauchen, damit wir uns überhaupt auf der materiellen Ebene bemerkbar machen können. Dieser Körper wiederum braucht jedoch Pflege, Nahrung und auch Schlaf, damit er überhaupt existieren kann.

Der Schlaf dient dazu, den Körper in einen entspannten Ruhezustand zu bringen, damit er sich regenerieren kann. Die Seele jedoch ist allgegenwärtig und braucht keinen Schlaf. Ist die Seele im Körper behaftet, verbraucht sie viel Energie. Sie regt den Körper dazu an, sich permanent zu bewegen und sei es nur emotional, denn jede emotionale Regung erzeugt eine Körperreaktion. Damit sich der Körper überhaupt entspannen kann, braucht er eine Ruhephase, in der die Seele den Körper verlässt. Ja, du liest richtig. Unsere Seele verlässt jede Nacht, bei jedem Schlaf den Körper, damit sich dieser überhaupt entspannen kann. Doch wohin geht die Seele? Auf die so genannte Astralebene, dorthin, wo sich alle Seelen tummeln. Was macht sie dort? Alles das, was sie für nötig hält.

Jede Seele hat Aufgaben, um die sie sich kümmern muss und genau diesen Aufgaben wird sie folgen. Das Menschsein an sich ist gar nicht wichtig sondern eher eine Begrenzung. Wir müssen uns das so vorstellen, dass unsere Seele genau weiß, worum es geht. In ihr sind alle Informationen, die wir jemals erlebt haben, gespeichert. Die Seele ist fast allwissend und kann sich jederzeit mit Wissen füttern, vorausgesetzt, das Interesse ist da. In einen Körper zu inkarnieren, hat somit eher etwas mit einer Begrenzung zu tun, denn durch das

Gehirn sind wir zumeist nur in der Lage, die Informationen zu erhaschen, die wir auch direkt erlebt haben.

Doch all unsere Erlebnisse, die wir in einer Inkarnation/einem Leben erlebt haben, müssen wir auch verarbeiten. Tun wir das nicht, suchen wir uns in einem neuen Leben ähnliche Erlebnismuster, damit wir uns erinnern und die Chance haben, aufzuräumen. So ähnlich, wie wir dies bezüglich der erlebten Kindheitsmuster schon beschrieben haben. Tragen wir in uns eine Opferthematik, werden wir auch in einem späteren Leben eine Art Opferdasein wählen, um uns aus dieser Thematik zu befreien. Das heißt, wir suchen uns in einem solchen Fall ähnliche Komponenten aus, damit wir lernen, uns endlich aus der Opferhaltung zu lösen.

Faustregel: Alles das, was wir in einer Inkarnation verbockt haben, tragen wir als offene Rechnung noch in uns und müssen es in einer anderen Inkarnation wieder bereinigen. Diese Rechnungen aus früheren Leben nennt man Karma. Karma bedeutet jedoch nicht, dass wir unsere Erlebnisse nur auf dieses Wort packen sollten. Nein, wir müssen lernen, uns mit unseren karmischen Aufgaben bewusst auseinander zu setzen. Wir inkarnieren nüchtern betrachtet nur aus dem Grund, um uns von Altlasten zu lösen.

Je weniger wir uns jedoch bewusst unseren karmischen Aufgaben stellen wollen, desto eher werden wir Schicksalsschläge erleben, die nur den Zweck der Erinnerung für uns bereit halten. Viele Menschen versuchen vieles, um sich vor den karmisch zu lösenden Altlasten zu drücken. Als Resultat leben sie in einem absolut chaotischen und disharmonischen Leben, fallen von einem Loch ins nächste und sind damit beschäftigt, sich stets neu zu verstricken. Sie streiten gerne und versuchen andere Menschen, denen es besser geht, in ihren Bann zu ziehen.

Menschen, die sich bewusst leben, sind zumeist energetisch hell, wirken ausgeglichen und leben in Harmonie. Sie halten die Fäden für ihr eigenes Leben in ihren Händen und gestalten ihr Leben so, wie sie es möchten. Zumeist dienen sie anderen auch als Vorbilder. Wenn sie sich jedoch mit einem anderen, der noch verstrickt und energetisch dunkler ist, verbinden, dann findet ein Energieausgleich statt und dies könnte dauerhaft gesehen eine Art Färbung mit sich bringen.

Das heißt, die verdunkelte Person erhält hellere Energie und die helle Person bekommt auch einen Teil dunkle Energie. Da die energetisch helle Person gewohnt ist, dafür Sorge zu tragen, dass sie auch weiterhin hell bleibt, wird ihr dies kaum bewusst werden. Es sei denn, dieser Energietransfer findet über einen längeren Zeitraum statt. Der dunklere, also eher negativ programmierte, Mensch erfährt über die Helligkeit des anderen ein Gefühl des Wohlwollens und meint dann, dass dies aus ihm selbst heraus kommt.

Wenn die Energien sich dann wieder gelöst haben, bleibt oftmals nur die einsame und dunklere Energie des anderen übrig. Nicht selten denkt dann der eher dunkler lebende Mensch, dass der andere - der Hellere - ihm seine Energien geklaut hat. Ihm ist nicht bewusst, dass er sich selbst verdunkelt hat und endlich lernen muss, an sich zu arbeiten, damit er wieder hell werden kann.

Die Energie, die wir zur Verfügung haben, ist vom Grundansatz her neutral. Wir selbst können sie so einsetzen, wie wir es wollen. Sollten wir uns mehr mit den Schattenseiten in uns, also mit den nicht verarbeiteten Aspekten beschäftigen und uns gleichzeitig dagegen auflehnen, werden wir energetisch mit Sicherheit nicht hell sein können. Jedoch Menschen, die in sich aufräumen, die sich bewusst ihren Lernaufgaben stellen, sind hell und können sich frei und offen

ihrem Leben widmen. Die anderen sind zumeist auf diese Menschen neidisch und wollen an deren helle Energie heran.

Wir können dieses Phänomen sehr schnell an dem Thema Geld erkennen. Geld ist nur die feste Form von Energie. Viele Menschen sind hinter Geld her, in der Hoffnung sich mit Geld ein schöneres und freieres Leben gestalten zu können. Doch so einfach ist das nicht. Sollte ein Mensch, der sich nicht seinen Lebensaufgaben stellen will, viel Geld haben, wird er damit trotzdem nicht glücklich sein können.

Sein Geld wird ihm nicht den gewünschten Freiraum gewähren, da er sich energetisch weiterhin gebunden und unfrei fühlen wird. Erst wenn er bereit ist sich seinen Aufgaben zu stellen, wird er in der Lage sein, sich frei zu fühlen. Ein Tipp: Wenn du bereit bist an dir zu arbeiten, dann wirst du das Geld haben, das du brauchst, um dich wohl zu fühlen. Kein Mensch, der eine helle Energie hat, wird Geldprobleme haben. Seine Energien fließen genauso wie sein Geld. So einfach ist das.

Um das noch einmal zu verdeutlichen: Wenn wir bereit sind, uns unseren Lebensaufgaben zu stellen, haben wir immer genug Energie, Freiheit und auch Geld zur Verfügung, so viel wir in unserem Leben brauchen. Menschen, die sich jedoch gegen ihr Leben und ihre Aufgaben stellen, werden sich immer unwohl fühlen. Und da die wenigsten Menschen anerkennen wollen, dass sie selbst für ihr Los verantwortlich sind, suchen sie sich andere, die sie für ihr Leid auserkoren haben. So auch bei den Eltern.

Viele Menschen suchen ihre Glaubenssätze und geprägten Strukturen in der Kindheit; dort werden sie auch zumeist fündig. Doch nicht die Eltern sind für unsere Prägungen verantwortlich. Nein, das sind wir selbst. Stellen Sie sich vor: Sie haben zehn Kinder, alle gleich

alt und alle ähnlich geartet. Sie werden nicht allen gleich gerecht werden können und so gibt es immer wieder einige, die sich nicht angenommen fühlen. Woher das kommt? Diese Kinder werden sich selbst zurückziehen und von daher bei weitem nicht so auffallen, wie die anderen, die im Vordergrund stehen und darauf warten, dass man sie annimmt.

Somit können wir unter keinen Umständen allem gerecht werden und auch das Erleben der Grundprägungen wird unterschiedlich sein, obwohl die Voraussetzungen gleich waren. Das heißt, sie haben ihr Elternhaus unterschiedlich wahrgenommen. Die Eltern haben das gegeben, was sie geben konnten und haben all ihren Kindern den Start für ihr eigenes Leben gewährt. Sie sind somit für das weitere Leben des erwachsenen Kindes nicht mehr verantwortlich; das wiederum sind nur die Kinder/die Personen selbst.

Anders sieht es jedoch aus, wenn Eltern ihre Kinder bewusst benutzen und für eigene Zwecke missbrauchen. Dann bereichern sie sich über ihre Kinder und das wiederum ist für jedes Kind schädlich. Wir werden uns in einem späteren Kapitel damit intensiver auseinandersetzen.

Doch nun stellen wir uns erst einmal die Frage: Nach welchen Kriterien suchen wir uns eigentlich unsere Eltern aus? Es gibt ein so genanntes Familienkarma. Das heißt, hier treffen sich Personen wieder, die sich schon aus früheren Inkarnationen kennen und die noch einiges miteinander zu klären haben. Schauen wir uns dies genauer an und stellen uns zwei fiktive Menschen vor, die sich in einem früheren Leben sehr stark gestritten haben.

Wir nehmen dazu ein altes mittelalterliches Dorf, in dem jeder den anderen kannte. Kaum einer verließ während seines Lebens das Dorf, also musste man sich mit dem, was da war, auseinandersetzen. So auch

unsere beiden Streithähne, sie wohnten sogar direkt nebeneinander und konnten sich nicht riechen. Im Grunde genommen waren sie sich zu ähnlich, deshalb fühlten sie sich, wenn sie sich begegneten, als würden sie in einen Spiegel schauen, ihr Spiegelbild sehen. Auch sie hatten nicht gelernt die Themen, die sie beschäftigten, in sich selbst zu suchen und auch zu finden, sondern machten andere, in unserem Fall den direkten Nachbarn, für ihre eigene Unzufriedenheit verantwortlich.

Der Streit wuchs und wuchs. Die beiden konnten sich einfach nicht riechen, begegneten sich jedoch, wie von einem inneren Magneten angezogen, immer wieder. Sie sandten regelmäßig negative Energien aus, immerhin wollten sie sich gegenseitig schaden. Bis dann eines Tages einer von ihnen starb. Der andere fühlte sich in dem Moment erleichtert, immerhin war sein Nebenbuhler gegangen. Er hatte zwar nicht direkt selbst Hand angelegt, jedoch betete er in der Vergangenheit immer wieder dafür, dass der andere doch sterben möge.

Somit hatte er einen Teil Energie zu dem Sterbeereignis beigetragen. Er ist also nicht frei von Schuld. Nach einer Weile merkt er jedoch auch seine eigene Unzufriedenheit, immerhin ist sein äußerer Prellbock nun nicht mehr da. Einerseits ist er sauer auf sich selbst und andererseits vermisst er den anderen, da er eine so tiefe Partnerschaftsform mit ihm gelebt hat. Wollten wir noch tiefer schauen, würden wir die beiden mit Sicherheit zusammen in einer noch früheren Inkarnation sehen. Ein solch gelebter Streit beinhaltet zumeist eine längere Vorarbeit, das bedeutet gemeinsame Inkarnationen, die schon einigen Zwist, der nicht verarbeitet wurde, mit sich brachten.

Auch der andere stirbt, da das Leben für ihn „alleine“ so wenig Sinn hat und auch seine Zeit gekommen ist. Kaum auf der Astralebene angekommen, wird er feststellen, wie dumm und engstirnig er sich

doch in seinem eigenen Leben verhalten hat. Immerhin sind jetzt alle irdischen Prägungen von ihm gewichen, so dass er die Wahrheit sehen kann. Was tun? Er scheint wohl nicht in der Lage zu sein, ein irdisches Leben leicht und locker zu gestalten.

Also muss er lernen, dass kein anderer für sein Leid verantwortlich ist. Doch wie kann er dies lernen? Er sucht sich die für ihn einfachste Konstellation, die ihn mit Sicherheit ohne Umwege an sein Lernthema heranführen wird. Wer oder was kann das sein? Natürlich der Nachbar. Ich spreche hier von der einfachsten Lernform, das heißt jedoch bei weitem nicht, dass wir diese Form im realen Leben als einfach betrachten würden. Nein, wir erleben solch eine Konstellation im Leben als besonders hart und problematisch. Doch aus dieser nicht irdischen Perspektive heraus betrachtet, ist es die einfachste und sicherste Möglichkeit, damit wir in diesem Leben wirklich lernen. Also was tun?

Wir inkarnieren in der nächsten Nähe des früheren Nachbarn. Es ist der Wunsch von beiden endlich das zu lernen, was sie sich vorgenommen haben, um frei zu sein. Es ist der einfachste Weg, wenn die beiden früheren Streithähne ganz nah miteinander inkarnieren, damit sie sich sicher sein können, dass sie alleine durch die tägliche Konfrontation mit dem anderen an die eigenen Themen heran geführt werden. Dafür wird für die neue Inkarnation eine noch viel innigere Möglichkeit gewählt, und das ist der Familienverbund. Auch schon im früheren Leben waren sie symbolisch miteinander verwandt, da fast alle im Dorf lebenden Personen miteinander verwandt waren. Sie wählen diesmal die Konstellation Vater und Sohn, um sich über den Familienverbund endlich frei entwickeln zu können.

Natürlich können wir hierbei schon erkennen, dass einer versuchen wird, den anderen zu unterdrücken und in seinen Bann zu ziehen. Doch

die Aufgabe für beide ist es, durch das Entwickeln der Individualität zu sich selbst zu finden. Es ist somit im Vorfeld nicht klar, ob die beiden in diesem Leben ihren individuellen Weg auch beschreiten werden, doch ist deutlich zu erkennen, dass die Sterne/die Konstellation besonders günstig stehen, damit sie es lernen können.

Du siehst anhand dieses Beispiels, dass wir sehr häufig Konstellationen wählen, die karmisch vorbelastet sind, damit wir über einen noch engeren Verbund zum anderen, unsere eigenen Themen erkennen lernen. Somit wird deutlich, dass eine Familie bei weitem nicht aus harmonisch zueinander stehenden Familienmitgliedern bestehen muss. Doch wer hat uns das gesagt, dass wir unseren „Sohn“ symbolisch erwürgen könnten, ohne zu ahnen, woher solche Emotionen auf einmal in uns hervorkommen.

Da es sich hierbei oftmals um karmischen Schmerz handelt, der wieder aufkommt und sich zu Wort meldet, kann kaum einer wissen; doch ahnen und spüren tun wir es doch alle. Somit suchen sich die meisten Seelen ihre Eltern bzw. ihre Kinder nach dem Prinzip des Lerneffekts aus. Symbolisch betrachtet: Je mehr ich durch eine auserwählte Person lernen kann, desto besser für mich und auch für die andere Person. Wenn wir unsere eigenen Eltern aus dieser Perspektive heraus betrachten, können wir erkennen, dass auch wir strittige Punkte in uns tragen, die sich stetig zu Wort melden und nur darauf warten, endlich bearbeitet zu werden.

Doch nicht nur wir selbst haben aus dieser Konstellation Lernaufgaben, sondern auch unsere Eltern genauso wie unsere Kinder. Alle Personen sind im Verbund grundsätzlich gleich stark verstrickt, jeder auf seine Art und Weise. Jeder hat Lernaufgaben, die aus der individuellen Perspektive heraus betrachtet, alle gleich zu bewerten sind. Doch wie oft erleben wir Drückeberger, die mehr die Themen beim anderen

suchen als bei sich selbst. Und so passiert es häufig, dass ein Kind, das aus dem geordneten Rahmen herausspringt, dies hauptsächlich tut, um sich und sein Umfeld auf seinen Schmerz aufmerksam zu machen.

Das Kind in die alt gewohnte Rolle zurückdrängen zu wollen, wäre wohl der falscheste Weg. Immerhin lebt dieses Kind eine symbiotische Beziehung zu allen Familienmitgliedern und ist dafür da, um alle, aber vor allem sich selbst, an alte Schmerzen heran zu führen. Die Aufgabe dieser Familie ist es, zu verstehen, welche Rolle wer in der Familienkonstellation lebt. Durch das Erkennen ist eine wirkliche Hilfe und auch karmische Lösung absolut möglich. Kinder, die mit ihren Eltern im Dauerstreit leben, führen sich und ihre Eltern immer wieder an alte karmische Themen heran, nur um zu zeigen: „Halt, hier stimmt was nicht.“ Das gilt für beide Seiten, denk mal darüber nach.

Um das noch einmal zu verdeutlichen: Wir suchen unsere Eltern zumeist nach karmischen Gesichtspunkten aus, um uns zu erinnern und auch zu lernen. Sollten wir jedoch lernwillig sein und auch schon in früheren Leben aufgeräumt haben, werden wir unsere Lernthemen zumeist wenig spüren. Dann suchen wir uns Eltern, mit denen wir eine seichte und harmonische Beziehung leben können, die uns einfach gesagt nur gut tun. In der heutigen Zeit ist der oben beschriebene Fall wohl eher anzutreffen, so dass wir uns Eltern suchen, mit denen wir noch karmische Verstrickungen zu lösen haben. Und dann wird es mit Sicherheit immer eine Art von Zwist geben, dessen können wir uns sicher sein. Doch dazu später mehr.

Wir können davon ausgehen, dass Säuglinge sehr erinnerungs- und auch aufnahmefähig sind. Wie schon erwähnt, können Säuglinge anfangs kaum sehen und haben eine entsprechend ausgeprägte Sinnesaufnahme. Sie spüren ihre Mutter, ihren Vater und auch

andere Personen. Genauso spüren sie die Energien, die sich im Raum befinden. Die Mutter ist für kleine Babys die vertrauteste Energie, die ihnen sofort wieder innere Ruhe bescheren kann.

Gerade die ersten sieben Wochen sind prägend für das Urvertrauen des heranreifenden Menschen. Schon alleine die Geburt kann so manchen lebenslangen Zweifel hervorrufen, beispielsweise wenn das Kind nach der Geburt der Mutter direkt entrissen wird und sie vor lauter Schmerz nicht weiß, wie ihr geschieht. Die meisten trauen sich kaum den Ärzten zu widersprechen, die Angst zu wenig Wissen zu haben, ist zumeist übergroß und somit ein Hemmschuh. Doch jede Mutter wird am ehesten spüren, was für sie und ihr Kind am besten ist. Leider zweifeln noch viel zu viele Mütter an ihrem eigenen Urvertrauen und lassen sich von Ärzten sagen, was sie zu tun haben. Sie lassen vieles über sich ergehen.

Schon alleine die entmutigende Aussage einiger Hebammen, man solle sich doch nicht so anstellen, lässt so manche Schwangere unter dem Entbindungsschmerz verkrampft ausharren. Doch schon hier beginnt der Fehler. Jeder Mensch reagiert auf Schmerz anders und gerade eine Entbindung ist ein besonders wichtiger und enormer Schritt in der Lebensphase einer Frau, der sie unter keinen Umständen Einhalt gebieten sollte. Immerhin ist jeder Mensch anders geartet und schon alleine das erklärt, wie unterschiedlich Schmerz überhaupt wahrgenommen wird. Wir sind immerhin keine Indianer, sondern Frauen, die einem ganz natürlichen Prozess folgen.

Das Problem bei denjenigen, die sich während dieser so wichtigen Lebensphase zurücknehmen, ist, dass sie sich gegen ihren Urinstinkt stellen und versuchen einer Rolle gerecht zu werden, nur um anderen, wie den Hebammen und Ärzten, nicht zur Last zu fallen. Und da sind wir schon wieder bei der Rolle: „Benimm-dich“. In so einem Fall

jedoch absolut unangebracht, denn auch das Kind lernt jetzt schon sich zurückzunehmen, um keinem zur Last zu fallen und das kann es doch nicht sein oder?

Schauen wir uns die Entbindung ein wenig näher an. Die Wehen setzen ein, um den Geburtsvorgang durch Hormone ausgelöst in Bewegung zu bringen. Das Baby bestimmt selbst, wann es so weit ist. Also ist auch gerade das Baby für die Hormonzufuhr verantwortlich und wird „wissen“, was es braucht. Eine Einmischung in diesen Naturprozess kann somit nur schädlich sein. Lässt man die Mutter und das Kind gewähren, gibt Unterstützung wenn es nötig ist, wird mit Sicherheit eine natürliche Geburt das Sinnvollste für Mutter und Kind sein.

Doch leider werden die meisten Mütter schon alleine durch die ganze Geburtsvorbereitung verunsichert. Was soll sie mit einer Rückenmarksnarkose anfangen, wenn sie die Signale der Wehen nicht mehr richtig spüren kann? Immerhin „braucht“ sie den Schmerz, um sich auf ihr weiteres Leben vorzubereiten. Sie reift und wächst damit, sie bekommt die Kraft, die sie braucht, um mehr geht es fast nicht. Was soll dabei die sanfte, ja fast softe Geburt, die eher negativ auf Mutter und Kind einwirken wird?

Die Natur hilft uns sehr starke Schmerzen abzuwenden, immerhin können wir uns alle auf einer gewissen Art und Weise, ohne äußere Betäubungsmittel, selbst betäuben und uns Schmerzen nehmen. Sollten wir naturgemäß eine Entbindung ohne Schmerz erfahren, dann würde dies auch automatisch so sein. Doch das geht nicht. Wir brauchen den Schmerz, um die Urkraft, die in uns steckt, spüren zu können. Wir brauchen diese Power, um uns auch als Frau zu spüren und um dem Prozess der Geburt eines Kindes gerecht zu werden. Alle Frauen, die schon mal ein Kind bekommen haben, kennen das bestimmt und wissen, wovon ich hier spreche.

Zum Schluss der Schwangerschaft wird die Schwangere schmerzempfindlicher und ihre Kraft wächst enorm an. Sie bereitet sich auf das bevorstehende Ereignis vor. Doch muss sie auch gewillt sein in den Schmerz hinein zu gleiten, anders geht es nicht. Sollte sie sich dagegen stellen, wird sie kaum eine Chance haben, sich auf ihr Mutterdasein richtig einstellen zu können.

Eine frisch gewordene Mutter wird meines Erachtens auch zu wenig geschont. Immerhin sollte sie sich während dieser Zeit ganz um ihr Baby kümmern dürfen. Tut sie das nicht, wird sich jetzt schon ein Zwiespalt zwischen ihr und ihrem Kind aufbauen können. Für jede Mutter ist es ein Grundbedürfnis, sich um ihr Kind zu kümmern, um ganz mit ihrem Kind verschmelzen zu können. Doch was passiert zumeist? Viel zu viele Menschen wollen sie ihrer Energie berauben und sich an dem „Jungblut“ bereichern. Um das besser erklären zu können, gehe ich noch einmal zurück zur Geburt.

Ein Kind wird geboren. Dieser Prozess sollte so natürlich wie möglich von statten gehen. Natürlich sollte das Kind sofort nach der Geburt durch den Herzschlag der Mutter sanft in das Leben gleiten können und niemals auf irgendeinem kalten Tisch oder gar in einem Wassertrog landen. Kleine Babys brauchen anfänglich die Käseschmiere, die ihre Haut umgibt, damit sie vor Gefahren geschützt bleiben. Diese Funktion dient wie ein Schutzfilm für die Haut. Ein Baby fühlt sich damit geborgen und wohl. Sollte dieser Schutzfilm sofort weggenommen und danach fremde Kleidungsstoffe um die Haut gelegt werden, wird es sich fremd fühlen und ängstlich reagieren. Erst die Mutter wird ihm wieder eine Art von Ruhe geben können.

Auch sollte das Baby unter keinen Umständen von der Mutter entfernt, auch nicht für mehrere Stunden in ein anderes Zimmer schlafen gelegt werden. Es braucht die energetische Nähe der Mutter, sonst wird es

angstvoll nach ihr schreien. Babys schreien, das ist ihr Ausdruck des Rufens. Und jede Mutter, die es sich eingesteht, wird wissen, dass ihr Kind verzweifelt nach ihr ruft. Wie kann sie sich dabei wohl fühlen, wenn sie nicht zu ihrem Kind gehen darf? Doch die Gesellschaft meint immer noch, sich einmischen zu müssen und so erfährt die junge Mutter das „Kleine-einmal-eins-der-Kindererziehung“ und dies meist entgegengesetzt ihrem inneren Gefühl. Wer soll dabei nicht unsicher werden?

Je mehr eine Mutter sich instinktiv auf die Schwangerschaft, Geburt und vor allen Dingen auf ihr Kind einlassen darf, desto eher wird ein wirklich gesunder Verbund zwischen Mutter und Kind entstehen können. Der Vater sollte hierbei eher eine schützende und versorgende Funktion übernehmen. Mutter und Kind haben die ersten sieben Tage einen besonderen Verbund miteinander, den sie nach Möglichkeit nur mit dem Kindesvater teilen sollten.

Oft lassen sich jedoch andere kaum davon abhalten, Mutter und Kind zu besuchen, um ein wenig dieser lieblichen Energie zu erhaschen. Doch was bedeutet das für Mutter und Kind? Ihnen wird ein Teil Energie, der ihnen selbst zusteht, entzogen. Doch gerade innerhalb der ersten sieben Tage findet eine besondere Prägung statt, die ein Leben lang anhält. Deswegen ist es so besonders wichtig, dass die beiden, die Mutter wie das Kind miteinander Ruhe finden können.

Leider jedoch verlangt auch der Staat, dass sofort Dinge erledigt werden müssen und so passiert es nicht selten, dass die Mutter in ihrem frisch gewordenen Mutterdasein durch unwichtige äußere Umstände gestört wird. Für die wenigsten Mütter und Kinder ist ein längerer Klinikaufenthalt besonders ratsam, es sei denn, der Körper braucht dies. In den meisten Fällen wäre es am besten, wenn sich die Mutter in ihrer gewohnten Umgebung mit dem Baby

befinden und eine Hebamme regelmäßig nach dem Rechten sehen würde. Immerhin ist die Mutter nicht krank, sondern hat einen ganz natürlichen Prozess durchlebt. Dass andere Familienmitglieder die Mutter entlasten sollten, bedarf hierbei wohl keiner Worte. Doch was ist mit dem Vater?

Ein Vater macht eine Schwangerschaft nur mit, wenn er auch innerlich dazu bereit ist. Das heißt, er muss erst einmal die Bereitschaft haben, sich auf sein Kind einzulassen und erfährt das Vater-werden nicht automatisch. Sollte er sich jedoch bewusst darauf einlassen, dann erfährt auch er eine Reife, die ihm wiederum Stärke für sein Leben vermitteln wird. Dann wird sein Kind für ihn eine Bereicherung darstellen.

Doch wie oft erleben wir Väter, die sich durch ihre Kinder unangenehm betroffen fühlen? Ja, die sogar behaupten, man hätte ihnen das Vaterdasein nur angedichtet. Wie kann das sein, wenn alle drei Seelen auf der Astralebene zur Inkarnation ihre Absolution erteilt haben? Wer will sich dann nicht zu welcher Verantwortung stellen? Wenn wir jedoch diese Väter, die sich nicht einlassen wollen, wieder mehr zur Verantwortung bewegen möchten, müssen wir in deren Kindheit blicken. Immerhin muss hier der Knoten liegen. Kein Mann der Welt, der Vater wird, würde sich gegen diesen normalen und bereichernden Prozess stellen, es sei denn, er hat negative Erfahrungen in seiner Kindheit gemacht. Es gibt immer wieder Männer, die sich gegen das Vatersein auflehnen. Welche Ursachen das hat, damit werden wir uns später genauer auseinandersetzen. Doch eins möchte ich hierbei noch erwähnen: Du verpasst eine Menge, denk mal darüber nach.

Wenn ein Kind einen Vater hat, der sich auf seine Vaterschaft auch eingelassen hat, wird dieses Kind mit sehr viel Rückgrat aufwachsen können. Es gibt für einen heranreifenden Menschen wohl kaum

etwas Besseres. Doch leider ist dies heutzutage seltener der Fall. Gerade in der momentanen Zeit stellen sich einige Männer gegen ihr Vaterdasein, obwohl sie innerlich gerne diesen Prozess bewusst erleben würden. Das Kind spürt dies übrigens sehr genau. Es spürt, ob es willkommen ist und das nicht erst in dem Moment, wenn es auf der Welt ist sondern schon viel früher.

Ein heranreifender Mensch im Mutterleib belegt erst einmal seine Planstelle, also das befruchtete Ei. Danach ist die Seele oftmals noch auf Wanderschaft, bereitet sich auf die Inkarnation vor und kümmert sich auch um den Werdegang der Mutter. Also nicht die Eltern alleine sorgen sich, sondern auch die Seele, die inkarnieren will. Somit trägt jedes Baby zu seiner eigenen Entwicklung bei. Wenn beide Elternteile oder auch nur ein Elternteil sich darauf einlassen, werden sie eine große Ernte erfahren.

Ein befruchtetes Ei muss innerhalb der ersten Wochen von einer Seele belegt werden, sonst stirbt das Ei ab und wird mit einer verspäteten Periode ausgespült. Doch in unserem Fall wird die Planstelle besetzt. Die reife Seele ist am Ort des Geschehens bei der Befruchtung anwesend und wartet auf ihren Einsatz. Dann belegt sie die Planstelle und geht noch ihrer Wege. Ab und zu lässt sie sich blicken, doch noch sehr selten. So kann es auch sein, dass sie es sich anders überlegt und die Planstelle wieder aufgibt; auch in einem solchen Fall würde die Frucht absterben. Ohne eine zu inkarnierende Seele kann kein menschliches Wesen, kein Körper, entstehen; der biologische Vorgang alleine wird keine Wirkung zeigen. Mit der Zeit ist die Seele immer deutlicher und stärker spürbar und um den fünften Monat herum wohnt sie fast immer im Körper des Fötus; es sei denn dieser schläft, dann kann die Seele, wie bei jedem Menschen, wieder auf Wanderschaft gehen.

Nun spürt die Mutter das Baby stärker und auch das Baby fühlt die Mutter und das Umfeld immer deutlicher. Es bekommt mit, was läuft und wird entsprechend emotional reagieren. Somit prägen sich schon Strukturen im Mutterleib, die dann auch im Leben Auswirkungen haben können. Sollte es sich bei der Mutter beispielsweise um eine allein erziehende Frau handeln, wobei der Vater die schwangere Frau hat sitzen lassen, dann kann es sehr wohl sein, dass sich diese Frau mit der für sie noch unbekanntem Situation, wenn sie beispielsweise das erste Mal Mutter wird, angstvoll auseinandersetzt. Das Baby bekommt somit die Information, dass die Mutter Angst davor hat, es alleine nicht zu schaffen.

Die reife Seele des Babys wird in der Tiefschlafphase und auf der Astralebene dafür sorgen, dass die Mutter die entsprechende Unterstützung erfährt, damit die Inkarnation gesichert ist. Doch wenn sich die Seele „gefangen“ im Mutterleib und somit im heranwachsenden Körper befindet, dann hat auch sie Angst und fühlt sich nicht willkommen. Sollte sich dieses Gefühl weiterhin verstärken, bildet sich jetzt schon eine Struktur, die sich im Leben wahrscheinlich immer wieder bemerkbar machen wird. Das heißt, das Kind könnte die Struktur in sich tragen, in schweren Zeiten immer verlassen zu werden. Sie sehen, wie schnell sich Strukturen bilden können.

Das bedeutet, eine Energie in dem Baby ist verstärkt worden und wird weiterhin versuchen Aufmerksamkeit zu erlangen. Kleine Kinder bilden sehr schnell Strukturen, die jedoch auch leicht wieder abzubauen sind. Da diese Struktur geprägt ist, wird sie sich auch bemerkbar machen und auf Resonanz warten. Erst wenn das Kind immer wieder ähnliche Erfahrungen macht und diese nicht bearbeitet, wird sich die Struktur festigen und in seinem Leben eine wichtige

Rolle einnehmen. Das heißt jedoch auch, dass Kinder noch sehr einfach von Rollenverhalten und Strukturprägungen zu lösen sind.

Je kleiner Kinder sind, desto stärker ziehen sie sich Schuhe an, die für sie niemals gedacht waren. Eins ist jedoch sicher, sie können diese Schuhe jederzeit wieder ausziehen und werden die Druckstellen nach kurzer Zeit kaum noch spüren. Das ist ganz wichtig zu wissen. Viele Eltern machen sich Vorwürfe, da sie sich nicht korrekt ihren Kindern gegenüber verhalten haben. Wenn Eltern ihre eigenen Strukturen erkennen und sich von diesen unliebsamen Verhaltensmustern wieder lösen, dann befreien sich auch die Kinder von den zwanghaften Rollen, die sie automatisch übernommen haben. Fazit: Es ist nie zu spät.

Noch einmal zur Verdeutlichung: Ein Kleinkind nimmt sehr deutlich Verhaltensmuster auf und prägt diese auf das eigene Leben, kann sich jedoch auch jederzeit schnell wieder von diesen unliebsamen Prägungen lösen. Je kleiner das Kind ist, desto eher wird dies funktionieren. Wird das Kind älter, ist es auch schon deutlicher durch seine eigenen Verhaltensmuster und Strukturen geprägt. Diese zu lösen ist zwar schwierig, jedoch immer erfolgreicher als wenn sich das Kind erst im Erwachsenenendasein damit auseinandersetzen muss.

Schauen wir uns den Lebensrhythmus einer Kinderentwicklung einmal kurz an: Das Kind nimmt innerhalb der ersten sieben Tage besonders sensitiv ausgesandte Emotionen der Mutter wie Mutternahrung auf. Diese prägen zumeist seine selbstverständliche Einstellung zum Leben. Darf das Kind da sein und wird es geliebt, dann wird es immer seinen Platz im Leben finden. Fühlen sich die Erwachsenen überfordert, dann kann dies für den heranwachsenden Menschen bedeuten, dass auch er sich stetig überfordert fühlen wird.

Die ersten sieben Wochen hingegen dienen der eigenen Gedankenausbildung. Das Kind empfängt über verschiedene Kanäle Informationen, die es teilweise speichern wird. Das erste Jahr ist der Abschluss der Manifestierung der Inkarnation. Erst dann ist das Kind bereit, das Leben und die Inkarnation vollends anzunehmen. Die ersten drei Jahre prägen deutlich den Körper, die Seele und den Geist. Wichtig hierbei ist, dass das Kind selbst wählt, welchen Bereich es am liebsten und deutlichsten prägen will. Mischen sich die Erwachsenen hierbei zu weit ein, wird das Kind von einer Thematik geprägt, die ihm vielleicht niemals liegen wird. Somit würde auch gleichzeitig eine Antihaltung aufgebaut.

Beispielsweise würde ein emotionaler Seelenmensch den Eltern zu liebe den Körper prägen, nur um zu gefallen und würde irgendwann unter der Seelenlast zusammenbrechen. Kinder in den ersten drei Jahren müssen absolut frei wählen dürfen, was sie tun wollen. Natürlich sind auch hierbei Grenzen gesetzt -immer dann, wenn das Kind auch einer Gefahr ausgesetzt sein könnte, müssen die Erwachsenen eingreifen, damit das Kind keinen Schaden nimmt. Doch kein Erwachsener sollte sich mehr als rein zur Vorsicht in den Wissensdurst eines Kindes einmischen.

Kinder, die sich in dieser Zeitphase frei entwickeln dürfen, nerven grundsätzlich nicht. Sie kennen das bestimmt, nervende Kinder, die sich an nichts halten wollen. Diese Kinder zeigen typisch an, dass sie etwas leben sollen, was sie von ihrem Urnaturell aus gar nicht sind. Eltern solcher Kinder sollten einmal darüber nachdenken, was sie von ihren Kindern erwarten. Immerhin sind Kinder sehr sensitiv und auf die Liebe der Eltern angewiesen, und wenn die sich dann etwas wünschen, werden die Kinder versuchen, dieses zu erfüllen. Das wiederum bedeutet jedoch auch, dass die Kinder dabei ihre ei-

genen Prägungen vernachlässigen und mehr auf die Eltern eingehen als auf sich selbst.

Um den Eltern dies jedoch deutlich vor Augen zu führen, nerven sie diese, um ihnen zu zeigen: Stopp, hier stimmt was nicht. Es gibt keine nervigen Kinder, außer denen, die sich zu stark mit den Problemen der Eltern auseinandersetzen. Wird dies nicht früh genug erkannt und ist das Kind älter als drei Jahre, dann hat das Kind diesbezüglich eine eigene Struktur geprägt, die auch weiterhin auf die Eltern und deren Verhaltensmuster fixiert sein wird.

Bis zum siebten Lebensjahr ist die Basis der eigenen auch äußeren Lernfähigkeit gewährt. Das Kind ist bereit, das vertraute Heim in Teilen zu verlassen, um sich neuen Lebensaufgaben zu stellen. Doch auch zu diesem Zeitpunkt bestimmt das Kind seinen Rhythmus und seine Geschwindigkeit. Wir werden uns mit dem Thema Lernfähigkeit noch kurz ein wenig näher auseinandersetzen. Jedes Kind nimmt unterschiedlich wahr und auf. Das heißt, jedes Kind lernt anders und hat von daher unterschiedliche Kanäle geprägt. Ein auf seinen Körper bezogenes Kind wird über das Betasten der Situation seine Erfahrungen sammeln, hingegen muss ein Seelenkind die Sache spüren können und ein Geistkind die Logik benutzen, damit es versteht, um was es geht.

Manche Kinder/erwachsene Menschen haben alle Bereiche gleich gut entwickelt, dann steht der Lernfähigkeit eines Kindes kaum etwas im Wege. Doch was ist, wenn ein Seelenkind auf einen Geistlehrer stößt? Was ist dann? Das Kind wird den Lehrer mit seiner Seele kaum erfassen können und das wiederum wird es unsicher werden lassen. Kinder, die in der Schule nicht mitkommen, bilden eine Antilernhaltung und das wiederum verhindert die Aufnahme von Wissen. Leider beschäftigen sich heutzutage noch viel zu wenige

mit der individuellen Aufnahmefähigkeit von Kindern. Dies wird sich jedoch in der Zukunft mit Sicherheit noch drastisch ändern.

Also, wenn du Kinder haben solltest, achte auf deren Sinnesöffnung und du wirst dein Kind gleich viel besser verstehen lernen. Ach ja, kennst du selbst deine Sinnesöffnung. Nein? Dann wird es aber höchste Zeit. Es gibt fast nichts Interessanteres als sich mit seiner individuellen Fähigkeit Wissen anzueignen zu beschäftigen.

## Teenie, die Prägung fürs Leben

Was passiert in der Teenagerzeit zwischen dem 13. und 17. Lebensjahr? Diese Zeitphase ist eine der Wichtigsten, die ein Mensch durchlebt. Jeder Mensch erlebt, wie im oberen Kapitel ausführlich erwähnt, Prägungen, die für den Erlebenden vorteilhaft als auch belastend sein können. Was der junge Mensch jedoch aus den gesammelten Erfahrungen macht, wie er das Erlebte verarbeitet, wie er damit umgeht, alles das kann er wiederum nur selbst entscheiden. Ein Kind erfährt Prägungsmuster, von denen es sich jedoch auch sehr leicht wieder entfernen kann. Dies hängt alleine von dem Bewusstseinszustand des Kindes ab.

Sollte beispielsweise ein Therapeut dem Kind erklären, dass es ein solch gelebtes Verhalten nicht an den Tag legen muss, passiert es nicht selten, dass sich das Kind symbolisch betrachtet einmal um die eigene Achse dreht, und sich von der bis dato belastenden Struktur wieder weg bewegt und dadurch frei wird. Das heißt, je mehr einem Kind bis zu seinem 13. Lebensjahr bewusst wird, dass es sich von Strukturen und belastenden Themen, die es durch die erlebte Kindheit in sich trägt, lösen kann, desto freier kann sich dieses Kind auf sein zukünftiges Leben vorbereiten.

Erst ab dem 13. Lebensjahr prägt das Kind sein eigenes Leben und übernimmt alle bis dato in ihm schlummernden Aspekte mit in sein weiteres Leben. Es prägt sein eigenes Lebensbuch, nach dem es lebt. Alle Prägungen, die es dann mit übernimmt, werden in seinem zukünftigen Leben entsprechende Plätze belegen. Somit ist jedem Kind geholfen, sich von Mustern und Prägungen zu lösen, indem es therapeutische Hilfe erfährt.

Schauen wir uns das Ganze ein wenig näher an. Alle Prägungen, die wir in der Kindheit erfahren haben und die wir noch nach dem 13. Lebensjahr als Thema in uns tragen, nehmen wir zu 98 % in unser eigenes Erwachsenenleben hinein. Alles das, was wir vorher erfahren und verarbeitet haben, löst sich auf und wird in unserem zukünftigen Leben kaum eine Gewichtung haben. Ein einfaches Beispiel: Du musst dich einer Prüfung unterziehen. Dafür musst du viel lernen, das machst du dann auch.

Näher und näher rückt der Tag, an dem du endlich geprüft wirst und an dem das Lernen ein Ende hat, vorausgesetzt, du schaffst die Prüfung. Dann bist du wieder frei und kannst dich auf andere Dinge konzentrieren. Der Tag kommt: Du lässt dein Wissen entsprechend der geforderten Reife überprüfen und erfährst, ob du den Anforderungen auch entsprichst. In unserem Fall hast du deine Prüfung bestanden. Nun bekommst du deine Bescheinigung über den abgeschlossenen „Lebensbereich“. Du bist um eine Erfahrung reifer und kannst dich entspannt zurücklehnen.

Doch was passiert, solltest du die Prüfung nicht bestanden haben? Dann musst du auf den nächsten Termin warten und weiterhin lernen. Wie wirst du dich dabei fühlen? Immer noch das alte Thema im Nacken zu haben, wird dich mit Sicherheit nicht besser fühlen lassen. Solltest du dann aus lauter Frust von einer weiteren Prüfung absehen,

ist das Thema in dir in den meisten Fällen trotzdem nicht erledigt, da du innerlich mit einer nicht geschafften Überprüfung auch nicht gut leben kannst. Immerhin hast du versagt, und da du dich einmal vor längerer Zeit dazu entschlossen hattest, dich dieser Überprüfung zu unterziehen, kannst du diese nicht einfach boykottieren und so tun, als wäre nichts geschehen. Also wird dich diese unerledigte Sache immer weiterverfolgen und einen bestimmten Platz in deinem Leben einnehmen.

Genauso können wir uns das im Teenageralter vorstellen. Immer dann, wenn man sich mit einem bestimmten Themenbereich auseinandergesetzt, jedoch immer noch nicht richtig verstanden hat, worum es geht, spukt dieser Bereich auch weiterhin in einem herum. Und gerade ein Teenager übernimmt dieses nicht erledigte Thema in sein eigenes Erwachsenenleben, um immer wieder damit konfrontiert zu werden. Noch einmal im Klartext: Jeder Mensch, der sich mit Lebensthemen bewusst auseinandersetzt, wird sich vor seinem Leben und den damit verbundenen Themen wohl kaum fürchten müssen. Immerhin ist er jederzeit gewappnet sich seinen inneren Themen zu stellen.

Umgekehrt jedoch, wenn ein Kind alleine durch die Inflexibilität der Eltern erfahren hat, dass man sich gegen seine eigenen Lebensthemen stellen muss, dann wird auch das Kind sich unbewusst gegen die eigenen Aufgaben stellen, da die Angst vor dem, was in ihm steckt, zu groß ist. Das heißt aber auch, dass Menschen, die sich ihren inneren Lebensthemen stellen, stark, mutig und auch selbstbewusst sind. Alle anderen, die sich eher gegen sich stellen, haben Angst vor ihren inneren Schattenanteilen, die wie Spukgespenster aus dem Nichts immer wieder auftauchen, um sich bemerkbar zu machen.

Die inneren Dämonen gewähren auch den äußeren Dämonen Einlass und somit sind Menschen, die sich innerlich gegen ihre eigenen

Lernthemen stellen, eher dunkel und ziehen somit auch andere dunkle Wesenheiten an. Typisch dafür ist auch oftmals, dass diese Menschen sich stetig über andere beklagen, immerhin fühlen sie sich permanent betroffen, was sie innerlich auch sind. Doch nicht andere treffen sie. Nein, dafür sorgen sie schon selbst.

Sie selbst sind unzufrieden mit sich und da sie zu wenig auf sich selbst achten, suchen sie andere, denen sie die Schuld aufdrücken können. Immerhin ist es für sie viel einfacher sich über andere zu leben als über sich selbst. Sie fühlen sich zumeist grundlos angegriffen, obwohl kein wirklicher Gegner in Sicht ist. Sie stören sich an sich selbst und wissen nicht, wie sie mit sich umgehen sollen. Da sie vor ihren inneren Aspekten Angst haben, stellen sie sich gegen sich selbst und versuchen alles, um sich abzulenken. Doch je mehr sie sich gegen sich stellen, desto abgestumpfter werden sie.

Viele Menschen leben so und treffen auch immer wieder auf andere, die ähnlich reagieren. All diese Menschen fühlen sich eingesperrt und meinen, immer wieder im Außen kämpfen zu müssen, um den inneren vermeintlichen Frieden zu finden. Doch den können sie wirklich nur in sich selbst finden. Solange ihnen das nicht bewusst ist, werden sie immer wieder mit anderen kämpfen, die genauso wie sie gelagert sind. Immerhin gibt es auf dem Kampfplatz der Disharmonie genug Kämpfer, die sich bereit erklären, anderen bei ihren inneren Kämpfen eine starke Unterstützung zu gewähren.

Und solange wir nicht lernen, auf uns selbst zu schauen, werden wir uns immer wieder bekriegen, im schlimmsten Fall könnte dies sogar einen wirklichen Krieg auslösen. Es mag für dich jetzt ein wenig kurios klingen, doch denk mal darüber nach. Ein Volk, das einen Krieg erlebt, hat somit aus dem Urprinzip heraus auch kriegerische Absichten und die werden wir mit Sicherheit auf allen Ebenen wiederfinden. Das

heißt, solange wir nicht auf uns selbst schauen wollen, solange suchen wir uns andere, über die wir uns ärgern können, mit denen wir uns kriegerisch auseinandersetzen und auch streiten können.

Die meisten Menschen sind mit anderen energetisch verstrickt, um sich über diese Art entladen zu können. Stellen wir uns einmal unsere Energie vor. Auf der einen Seite haben wir unsere eigen produzierte Energie, mit der wir uns intim austauschen können und auf der anderen Seite kosmische. Je näher wir einem anderen Menschen kommen, desto eher werden wir dies spüren. Das heißt, wir nehmen einen anderen energetisch sehr stark wahr. Dies können wir bewusst tun, indem wir mit einem anderen Menschen unserer Wahl in Liebesenergie verschmelzen oder andersherum, indem wir uns mit einem anderen Menschen unserer Wahl emotional streiten.

Es wird ein und dieselbe Energieform angesprochen, nur das wir unsere intimen Energien zu unterschiedlichen Zwecken einsetzen und auch eine unterschiedliche Resonanz erhalten. Deswegen passiert es nicht selten, dass wir Menschen, mit denen wir uns einst in Liebesenergie verbunden hatten, später im Streit fast hassen. Wir leben somit eine polare Struktur in uns mit ein und demselben Partner aus. Erst Liebe, dann Hass - ein sehr häufig anzutreffender Liebesbeweis. Ein Hauptgrund, der in Partnerschaft oftmals zur Trennung führt. Doch schauen wir uns dies ein wenig näher an.

Wir nehmen eine Kindheitsprägung: In unserem Beispiel hat die Tochter von der Mutter die Information erhalten: „Es gibt keine glückliche Beziehung. Partnerschaft zu leben, heißt auch gleichzeitig, zu trauern.“ Sollte die Tochter bis zum 13. Lebensjahr keine andere Information erhalten, wird sie höchstwahrscheinlich diesen Glaubenssatz, erlernt in der Kindheit, in das eigene Erwachsenenleben übernehmen. Das

heißt, dieser übernommene Glaube der Mutter, wird ihr eigener Lebensglaube, nach dem sie sich richten wird.

Natürlich wird ihr dies nicht gleich bewusst sein, doch mit der Zeit wird sie im Erwachsenenalter in Partnerschaften immer wieder dieselbe Erfahrung machen: Egal, welche Mühe sie sich auch gibt -sie kann mit ihrem Herzpartner nicht glücklich werden. Anfänglich wird sie es auf die Umstände der „Charakterschwächen“ des Partners zurückführen, doch mit der Zeit und nach häufigen Probeläufen wird sie selbst feststellen, dass irgendetwas nicht stimmen kann.

Sie hat dann nur drei Möglichkeiten. Die erste: Sie bleibt weiterhin unwissend über ihre eigen geprägte Struktur und gibt sich dem Leidenbild hin, bleibt einem Partner treu und wird nach ihrer eigenen Manie unglücklich leben. Die zweite: Sie spürt, dass sie mit dem Partner ihrer Wahl mal wieder nicht glücklich ist, trennt sich, um erneut einen Versuch zu starten -dies kann sie dann ein Leben lang so weiter machen. Oder die dritte und meines Erachtens die einzige Möglichkeit, die sinnvoll ist: Sie beobachtet sich kritisch, stellt fest, dass sie darauf wartet, mal wieder unglücklich zu sein. Fragt sich, warum das so ist und wird sich entsprechend mit der verinnerlicht und geprägten Struktur auseinandersetzen. Dann kann sie erkennen, dass sie von der Mutter einen Glaubenssatz übernommen hat, der gar nicht ihr eigener ist. Durch das bewusste Erkennen kann sie sich von diesem Muster auch wieder lösen. Immerhin hat sie erst durch das Bilden ihrer eigenen Lebensmuster diese Struktur kopiert und auf sich selbst übertragen. Schon alleine das Erkennen wird einiges zur Auflösung beitragen.

Im Klartext übernimmt ein Teenager zwischen dem 13. und 17. Lebensjahr Strukturen, die für ihn besonders wichtig sind und transformiert diese in sein eigenes Leben. Diese Muster werden dann solange auf sein

Leben einwirken, bis er sich bewusst von diesen Verhaltensmustern auch wieder löst. Das ist die einzige Möglichkeit, die er hat. Doch bedarf es dafür meist etwas mehr Arbeit an sich selbst. Du hast nun bestimmt verstanden, dass du an deiner eigenen Lebenseinstellung einiges verändern kannst, wenn du es nur willst.

Wir inkarnieren, um uns unseren Aufgaben/Arbeiten zu stellen, die wir uns einst selbst auferlegt haben. Erst wenn wir auch bereit sind, uns diesen Aufgaben zu stellen, erst dann werden wir unser Leben in Harmonie erleben. Stellen wir uns jedoch gegen unsere Lernaufgaben, werden wir unser eigenes Lebenslicht verdunkeln, da wir uns innerlich gegen unsere Uraufgabe stellen. Je öfter wird dies tun, desto weniger werden wir in Harmonie leben können. Immer häufiger werden wir dann, wenn wir endlich zur Ruhe kommen, unsere Aufgaben spüren, die sich in uns bemerkbar machen. Doch solange wir unsere innere Unruhe über andere zu kompensieren versuchen, solange haben wir keine Chance, unsere innere Wahrheit zu finden.

Häufig passiert es auch, dass Eltern versuchen, ihre inneren Strukturen über ihre Kinder zu kompensieren. In einem solchen Fall sollen die Kinder für die Eltern etwas ausleben, was die Eltern sich selbst nicht eingestehen wollten. Das heißt, diese Kinder werden in eine Rolle gedrängt, die sie original getreu nach den vorgegeben Bildern nachleben sollen. Auch handelt es sich hierbei oftmals um Wünsche, die die Eltern sich selbst nicht gestatten zu leben, aber von ihren Kindern erwarten, dass sie dies tun. Ein Kind kann sich einer solchen Aufgabenstellung nicht erwehren und muss sich zwangsläufig den Wünschen der Eltern beugen.

Doch zumeist tun Kinder dies nicht freiwillig. Sie haben das Gefühl bevormundet zu werden und etwas leben zu müssen, was sie gar nicht sind. Ist das der Fall, kann es sehr wohl sein, dass das Kind im frühen

Alter sehr „lieb“ ist und in der Pubertät rebelliert. Dann wehrt sich das Kind gegen die Übernahme seiner Persönlichkeit seitens der Eltern. Es will seinen eigenen Weg gehen und das kann es nur, wenn es auch gehen darf. Doch viele Eltern klammern und wollen ihre Kinder unter keinen Umständen aus der gewohnten Struktur entlassen.

Damit das Kind symbolisch gesehen frei kommt, wird es alles tun, um sich unbeliebt zu machen. Ein typisches Bild dafür ist der Punker, dem angeblich alles egal ist, der sich nur rebellisch gegen alles Normale auflehnt, um seinem Umfeld und vor allem den Eltern zu zeigen: „Guckt mal, ich bin anders, aggressiv und vor allen Dingen hässlich. Mich kann man doch gar nicht lieben.“ Sollte er dieses Konzept erfolgreich durchbringen, wird er den gewünschten Erfolg erzielen. Die Eltern lassen den fast erwachsenen Menschen, einst ihr kleines Kind, los und akzeptieren seine Handlungsweisen. Ihre Erziehungspflicht ist fast erloschen und sie haben keine andere Wahl, als diesen Zustand zu akzeptieren und dem Halbwüchsigen endlich seine Verantwortung für sein Leben zu übergeben. Doch so manch rebellisches Kind vergisst allzu oft, warum es diesen Weg eingeschlagen hat.

So passiert es nicht selten, dass ein Teenager brutal auftritt, um sich vom Elternhaus und den auferlegten Strukturen „loszutreten“, damit er sich selbst finden kann. Hat er sein Ziel erreicht, könnte er für seine Verhältnisse wieder „normal“ werden. Doch leider vergessen zu viele, warum sie diesen Weg eingeschlagen haben und leben weiterhin rebellisch gegen ihr Umfeld und vor allen Dingen gegenüber sich selbst. Je länger er diese Struktur in sich behält, desto eher wird er von seinem eigentlichen Weg abgleiten und einen Weg einschlagen, der ihm bei weitem nicht guttun kann. Und damit werden wir uns nun im nächsten Kapitel mehr auseinandersetzen.

## Der falsche Weg

Was passiert eigentlich, wenn sich ein Jugendlicher für einen Weg entscheidet, der ihn letztlich sogar daran hindert, seinen wahrhaftigen Weg zu gehen? Dann lebt dieser Mensch gegen sich, ohne genau zu wissen, welchen Weg er hätte einschlagen müssen. Jeder Mensch muss sich in Eigenverantwortung um sein Leben kümmern. Symbolisch betrachtet: Einer Arbeit nachgehen, eine Familie gründen und sich um seinen Nachwuchs kümmern. Hört sich jetzt sehr klischeehaft an, ist es jedoch nicht.

Wir brauchen Arbeit, damit wir Geld verdienen, um uns ernähren zu können. Würden wir in einer anderen Zeitepoche leben, müssten wir uns Lebensmittel suchen, damit wir uns am Leben erhalten können und um mehr geht es nicht. Keiner ist für einen anderen, ausgenommen die eigenen kleinen Kindern und die greisen Eltern, verantwortlich. Jeder muss sich selbst versorgen, dafür braucht er Arbeit, um sich dies auch ermöglichen zu können.

Des Weiteren muss er eine Lebensgemeinschaft, ähnlich verbindlich einer Ehe, gründen, damit er dem Prinzip der Nachkommenschaft gerecht werden kann. Wir alle sind dafür verantwortlich, für

unsere Nachkommen zu sorgen. Somit müssen wir nicht direkt in jeder Inkarnation Kinder bekommen, doch in der nächsten wahrscheinlich wieder. Auch wir hatten eine Mutter und einen Vater, die uns ermöglichten einen eigenen Körper zu produzieren, die Grundvoraussetzung für eine Inkarnation.

Somit können wir nicht einfach davon ausgehen, dass genug „Bäuche“ für uns zur Verfügung stehen, wenn wir selbst nicht unseren eigenen „Bauch“ für eine Seeleninkarnation bereitstellen. Es gibt nichts ohne eine Rückgabe. Dies gilt für Väter genauso wie für Mütter. Doch was machen wir, wenn wir selbst zu wenig Sorge getragen haben, uns mit der Nachkommenschaft auseinanderzusetzen? Was ist dann, wenn es wieder an der Zeit ist zu inkarnieren? Wen können wir ansprechen? Da wir keine „Gutscheine“ mehr haben, können wir auch keinen Anspruch stellen und müssen warten, bis wir auf irgendeine Seele treffen, die sich bereit erklärt, uns eine Möglichkeit der Inkarnation zu gewähren.

Sollten wir es dann geschafft haben zu inkarnieren, werden wir mit Sicherheit einige „Gutscheine“ sammeln, indem wir einigen Seelen die Möglichkeit gewähren bei uns zu inkarnieren. Doch Vorsicht: Sollten wir uns mit der Kinderschar überfordert fühlen, kann es uns passieren, dass wir nicht gerade harmonisch mit unseren Kindern umgehen. Bedenke: All das, was unsere Kinder durch uns erleben, das werden auch wir höchstwahrscheinlich in einem späteren Leben erleben, damit wir erfahren können, wie es ist, solche Eltern zu haben. Dies ist schon mal eine Erklärung dafür, warum wir manchmal Eltern erleben, die nicht gerade zimperlich mit uns umgegangen sind. Einen Gedankengang, den es sich mit Sicherheit lohnt, einmal genauer zu verfolgen.

Eltern und Kinder sind, -wie schon erwähnt- karmisch miteinander verstrickt. Somit tragen sie, abgesehen von dem in diesem Leben gültigen Eltern- und Kindschaftsverhältnis, noch andere Aufgaben und unerledigte Aspekte aus früheren Inkarnationen in sich. Jeder Mensch sucht sich seinen Lebensweg aus, genauso wie die Eltern es einst getan haben. Der Mensch inkarniert dort, wo er am meisten lernen kann. Also ist die Annahme, dass wir Menschen uns unser Leben so einfach wie möglich gestalten wollen, mit Sicherheit falsch. Wir suchen uns unter Umständen den schwersten Weg aus, nur um unsere Lernerfahrungen zu machen.

Wenn wir noch einmal die These verfolgen, dass wir in der Kindheit unseren Grundstock für dieses Leben setzen, können wir sehr klar erkennen, dass wir uns unser Leben unter Umständen sehr schwer gestalten. Gerade dann, wenn wir freiwillig nicht bereit sind zu lernen, brauchen wir härtere Grundbedingungen, damit wir ziemlich sicher gehen können, in diesem Leben an unseren Lernaufgaben nicht vorbeizukommen. Das heißt, wir suchen uns ein entsprechendes Elternhaus aus, welches uns in seiner Art und Weise an unsere eigenen karmischen Themen erinnert, damit wir diese Themen noch einmal doppelt geprägt mit in unser jetziges Leben übernehmen, in der Hoffnung endlich aufräumen zu können.

Somit können wir auch jetzt schon davon ausgehen, dass wir bestimmte Konstellationen brauchen, die wir auch nicht einfach in der Kindheit beiseite legen können, um uns an unsere Themen zu erinnern.

Nehmen wir zur Verdeutlichung ein Beispiel: In einem früheren Leben haben wir eine Ehe gelebt, die erst durch den Tod angeblich geschieden wurde. Der Tod trennte beide Lebenspartner, die sich jedoch bei weitem zu Lebzeiten nichts mehr zu sagen hatten. Beziehungsweise mochten die beiden sich gar nicht mehr und fühlten sich alleine durch

die Anwesenheit des anderen gestört und verletzt. Die Ehe glich einer inneren Hölle. Doch keiner der beiden traute sich den passenden und entscheidenden Schritt zu machen. Nein, im Gegenteil man ärgerte sich, beließ jedoch alles beim Alten.

Dann endlich, der Tod soll die angebliche Erlösung sein. So stimmt es natürlich auch nicht. Weder sind die Eheleute aus früherer Inkarnation durch den Tod geschieden worden, noch haben sie ihrer Lebensaufgabe -in vollem Bewusstsein ihr Leben in Harmonie zu gestalten- Folge geleistet. Nein, sie haben sich innerlich gegen sich selbst und auch gegen den Partner gestellt. Somit haben sie die Aufgabe der damaligen Inkarnation verfehlt.

Auf ein Neues: Nun müssen sie beide in diesem Leben lernen miteinander und vor allen Dingen mit sich selbst umzugehen. Zu einem späteren Zeitpunkt werden sie wieder aufeinandertreffen, das haben sie sich zumindest vor Eintritt in die jetzige Inkarnation vorgenommen. Doch bis dahin müssen sie erst einmal ihr Kinderdasein durchleben und dafür brauchen sie Eltern, von denen sie idealerweise lernen können. Also sucht jeder für sich solche Eltern, die genauso in einer Ehehölle leben, damit der Blick aus der Beobachterperspektive das reale frühere Leben noch einmal deutlich nach vorne bringt.

Das Kind lernt durch die Fixierung auf die Eltern, wie diese miteinander umgehen. Es ist also in diesem Fall nicht direkt betroffen und auch nicht handlungsfähig, sondern Zuschauer und Mitbetroffener der negativ gelagerten Energie. Es kann sich sein eigenes früheres Szenario aus einer anderen Perspektive heraus betrachten. Das Kind wird sich von der Problematik auch direkt emotional angesprochen fühlen, da ihm diese Struktur so vertraut ist.

Geschwisterkinder würden in dieser Konstellation bestimmt andere Prägungsthemen erfahren, jedes nach seiner eigenen Urprägung und nach dem Muster, auf das es seinen Fokus gerichtet hat. Jeder erlebt sein Elternhaus anders, deswegen können Gespräche unter Geschwistern Klärung bringen, müssen es jedoch nicht. Jeder erlebt eine Situation anders, da jeder einen anderen karmisch geprägten Fokus ausgerichtet hat.

Somit sind unsere Eltern auch Erinnerungsmechanismen unserer eigenen karmischen Urstrukturen, die durch die Kindheit noch einmal richtig nach vorne geholt werden, um sich im Leben breit zu machen, damit wir diesmal nicht an unseren Altlasten vorbei huschen können. Je weniger wir in früheren Leben bereit waren, unser wahrhaftiges Gesicht zu sehen, desto eher werden wir in der Kindheit erleben müssen, wie uns unsere Wahrheit ins Gesicht geschleudert wird, damit wir diese nicht mehr ignorieren können.

Jedem sollte doch jetzt schon klar sein, dass es uns wesentlich besser gehen wird, wenn wir gewillt sind, an unseren Strukturen zu arbeiten, um altgewohnte Prägungen zu verstehen und all das loszulassen, was nicht wirklich zu uns gehört. Also nicht vergessen: Wir alle, die inkarniert sind, haben Lernthemen, denen wir uns stellen müssen. Steh zu dir selbst und du wirst dich gleich viel besser fühlen!

Solange wir durch unsere Kindheit lernen und uns unserer eigenen Prägungen bewusst werden, desto einfacher und klarer können wir unseren Lebensweg beschreiten. Doch was ist, wenn wir uns innerlich dagegenstellen? Dann leben wir symbolisch betrachtet gegen uns und werden kaum eine Möglichkeit haben, ein leichtes Leben zu leben. Wir lenken alle Energie darauf, um uns auf unsere Lernthemen zu konzentrieren und gleichzeitig auch ganz viel dagegen, um uns

innerlich aufzulehnen. Somit ist viel zu viel Energie auf ein und dieselbe Sache gerichtet.

Erst wenn wir lernen, ehrlicher zu uns zu sein, können wir die restliche Energie -und die ist reichlich vorhanden- dafür einsetzen, um unseren Lebensweg zu beschreiten. Lenken wir jedoch alle Energien dagegen, brauchen wir viel zu viel, nur um unser Lebensthema aufzuräumen. Dann bleibt uns kaum noch etwas übrig, um uns frei zu leben. Somit bauen wir zumeist wieder neues Karma auf, nur weil wir meinen, uns gegen uns und unser Leben stellen zu müssen.

Der Mensch verstrickt sich in einem solchen Fall immer mehr. Im schlimmsten Fall wird er sich selbst aus dem Leben katapultieren, um sich von der Verstrickung zu lösen. Das ist eine Möglichkeit dem vermeintlichen Traum der Befreiung zu folgen. Eine andere ist jedoch, sich emotional und energetisch stark einzuengen und sich dadurch der Freiheit des Lebens zu berauben.

Menschen, die sich in der Mitte ihres Spinnennetzes aus inneren Lügen und Intrigen verstrickt haben, berauben sich ihrer Lebensenergie. Sie leben sehr stark gegen sich selbst und müssen immer wieder darauf achten, dass sie sich nicht von ihrer Lebensenergie abschneiden. Je weniger sie bereit sind, auf sich selbst zu achten, desto mehr werden äußere Umstände dazu führen, sie immer wieder daran zu erinnern.

Dies lenkt den Menschen enorm von seinem eigentlichen Lebensweg ab. Er kann sich kaum mehr auf andere Dinge konzentrieren und darauf einlassen. Somit verliert er ein wertvolles Potenzial an Lebensqualität, was ihm wiederum innerlich Kummer bereiten wird. Wir alle brauchen andere, um uns an ihnen messen zu können. Und je mehr wir erfahren, was alles möglich ist, desto mehr erkennen wir selbst, was wir leben.

Viele Menschen leben sich über virtuelle Ebenen/Filme aus. In dem Moment des Zuschauens/Erlebens fühlen sie sich fast gleich stark dem Hauptdarsteller verbunden, der sich selbstgerecht für andere aufopfert und dann die lobende Anerkennung erhält. Ist der Film vorbei, schwindet auch die damit verbundene Emotion. Die Nüchternheit des Alltags kehrt zurück. Was bleibt ist das reale Leben.

Doch damit man dies überhaupt aushalten kann, sucht man sich am nächsten Abend erneut einen Film aus, um sich wieder berieseln zu lassen. Viele leben danach und stumpfen immer weiter ab. Doch was passiert, wenn die „Droge“ Fernsehen nicht mehr funktioniert? Was ist dann? Dann tritt die reale Monotonie ein, dann ist der Alltagstrott greifbar nahe. Doch wie viele Menschen gibt es, die sich innerlich gegen ihr Leben stellen? Solange wir innerlich ausharren, indem wir immer wieder Betäubungsmittel finden, die uns die Realität ein wenig versüßen, solange halten wir es doch aus, oder? Und danach, was ist dann?

Wir alle tragen einen inneren Ansporn in uns, der uns die Möglichkeit der laufenden Wandlung und Veränderung gewährt. Wir streben vorwärts und müssen stolz auf uns sein. Das ist ein Grundgesetz, nach dem wir alle leben. Der eine mehr oder weniger bewusst. Doch wir selbst sollten hin und wieder überlegen, auf was wir stolz sein können.

Wenn wir morgens in den Spiegel schauen und über unser Leben nachdenken, stellt sich nun einmal die Frage: „Bin ich mit dem, was ich lebe, auch zufrieden?“ Taucht dann als Antwort ein „Nein“ auf, ist Wandlung angesagt. Dann müssen wir darüber nachdenken, was uns stört und was wir gerne verändert wüssten. Nur darüber können wir zu unserer wahrhaftigen Stärke finden, anders geht es nicht. Was brauchen wir, damit wir zufrieden und auch stolz auf unser Leben

sein können? Stelle dir selbst einmal diese Frage und du wirst ganz bestimmte Bilder und Vorstellungen in dir zum Leben erwecken.

Oftmals unterdrücken wir unsere Wünsche, da wir meinen, so nicht sein zu dürfen. Doch was nützt uns das? Alles das, was wir in uns spüren, das sind wir auch. Wir können uns nicht ständig innerlich versklaven und gegen unser Urnaturell leben, nur weil wir meinen, der reale Weg wäre zu schwer für uns. Ich gebe zu, je mehr du materialisierst, desto mehr Punkte in deinem Leben wirst du haben, mit denen du dich auch auseinandersetzen musst.

Doch was nützt es dir, wenn du dich nicht darum kümmerst? Du würdest immer unzufriedener werden und kaum noch eine Möglichkeit der Kompensation der inneren Wünsche finden. Übrig bleibt Frust, der dann zumeist über andere ausgelebt wird. Doch jeder ist sich selbst der Nächste und jeder kann für sich selbst nur ermessen, was für ihn wichtig und auch richtig ist. Anders geht es nicht. Schon alleine der Lebensstart ist ausschlaggebend für den Lebensweg. Beschäftigen wir uns damit im nächsten Kapitel.

## **Berufung, der erfüllende Weg**

Jeder Mensch, der sich bereit erklärt, einer inneren Berufung nachzugehen, wird sich innerlich wohl fühlen, da seine Tätigkeiten und Handlungen einen wirklichen Sinn ergeben. Oftmals können wir dieses Phänomen bei Selbstständigen finden, die sich sehr intensiv um ihren Beruf kümmern. Sie gehen gerne ihrer Arbeit nach und freuen sich über den Erfolg als Resonanz. Doch nicht alle Selbstständigen reagieren so. Nein, es gibt einige, die sich um ihre Arbeit kümmern, dies jedoch in dem Glauben tun, dass ihre Angehörigen ihnen dies zollen müssen.

Viele Menschen gehen ihrer Arbeit nach und denken gleichzeitig an andere, mit denen sie sich ihrer Meinung nach emotional austauschen müssen. Nach dem Motto: Alles das, was ich tue, tue ich rein für dich. Doch so stimmt das nie! Jeder tut immer das, was er selbst meint tun zu müssen. Gibt er sich selbst jedoch nicht die passende Anerkennung, dann verlangt er diese Emotion von anderen und wählt dafür eine für ihn wichtige Personen aus.

So passiert es häufig, dass der Vater vom Sohn erwartet, die passende Ernte für seine mühevollen Arbeit zu bekommen. Nach dem Motto:

„Du bist mein eigen Fleisch und Blut. Ich zeige dir den Arbeitsweg. Und das, was mir selbst gut getan hat, wird auch dir gut tun, dessen bin ich mir sicher.“ Der Sohn in unserem Fallbeispiel fühlt sich durch den Vater in eine enge Berufsrolle gepresst und hört trotzdem zu, da er gewohnt ist, sich nach der Meinung des Vaters zu richten.

Kinder lernen von den Eltern und da diese zumeist recht haben, fühlen sie sich auch im späteren Alter angesprochen, ein Stück entmündigt, wenn die Eltern sich immer wieder um Lebensbereiche des Kindes kümmern, obwohl diese schon alt genug sind. So wird beispielsweise ein Sohn verunsichert, wenn der Vater dominant meint, seine eigene berufliche Einstellung als die Allgemeingültige vermitteln zu können. Noch extremer, sollte vom Sohn automatisch die Übernahme des elterlichen Betriebes erwartet werden. Dann stehen sich zumeist zwei verschieden denkende Generationen gegenüber, die sich um das „Dritte“, die Firma, kümmern wollen und auch sollen.

Der Vater wird die Firma nach seinen Erfahrungswerten aufgebaut haben. Nun wird er von seinem Sohn genau dieselbe Disziplin und Arbeitsmoral, wie er sie an den Tag gelegt hat, erwarten. Und genau das wird nicht funktionieren. Der Vater erwartet von seinem Sohn, dass dieser sich so verhält, wie er das will, und das wiederum wird bei dem Sohn eine Art Antihaltung auslösen. Die innere Rebellion gegen die auferlegten Strukturen wird nichts Positives übrig lassen.

Doch abgesehen von den auferlegten Verhaltensmustern, eins sollten wir nicht vergessen: Wir alle müssen viele, viele Jahre arbeiten, um uns am Leben zu erhalten. Immerhin sorgen wir auch schon während unserer Arbeitszeit für die Zeit danach, für unsere Rente. Das Thema Arbeit, Beruf, Berufung wird uns lange Zeit intensiv beschäftigen und deswegen ist auch die Wahl so wichtig, damit wir überhaupt eine Erfüllung finden können.

Sollten wir uns zu früh einsperren und in einen Berufsbereich zwingen, der uns gar nicht zu liegen scheint, können wir mit dieser selbst auferlegten Geißel nicht ein Leben lang fröhlich leben. Wir würden somit früh eine Rolle erfüllen, die gar nicht unsere eigene ist. Wir können in jungen Jahren nicht genau wissen, was alles in uns steckt und welche Erfahrungswerte wir in unserem Leben noch alle erleben werden. Der Mensch reift mit der Zeit und jede Reife bringt auch eine andere Einstellung mit sich. Somit können wir unter keinen Umständen wissen, ob der Berufsbereich, den wir uns mit zwanzig Jahren aussuchen, auch der ist, der uns noch mit vierzig entspricht. Wir müssen uns zumindest die Freiheit gewähren, uns jederzeit wandeln zu dürfen, wenn wir es wollen.

Sollte nun der Vater den Sohn überreden wollen, in einen bestimmten Berufsbereich einzutreten, dann bevormundet er seinen Sohn und sieht die Angelegenheit lediglich aus seiner eigenen Perspektive. Als Berater mag er mit Sicherheit eine gute und auch positive Funktion ausüben, doch als strenger Vormund kann er nur mehr Schaden anrichten als Nutzen bringen. Jeder muss selbst seine Erfahrungen machen. Wie viele Menschen gibt es, die einen Beruf ausüben, den sie wahrhaftig gar nicht ausüben wollen und somit frustriert und gelangweilt reagieren? Wem oder was soll die Ausübung des Berufes dann nützen? Wie lange kann ein Mensch es durchhalten, einer Tätigkeit nachzugehen, die er innerlich doch gar nicht ausüben will? Je klarer uns das wird, desto freier können wir entscheiden, was wir wollen. Wir müssen uns diese Freiheit der eigenen Meinungsbildung jedoch erst einmal wieder erlauben.

Wenn der Sohn dann die Firma des Vaters übernehmen sollte und Jahre später den inneren Druck nicht mehr aushalten kann, was macht er dann? Geht er zu seinem greisen Vater hin und beichtet ihm seine innere Einstellung, oder was wird er tun? Da gibt es mehrere

Varianten. Da die meisten Menschen nicht gelernt haben, offen miteinander zu reden, passiert es nicht selten, dass sie andere Formen des leidvollen Ausdrucks wählen, um sich von innerem und äußerem Druck zu lösen. Die Firma dann unbewusst in den Ruin zu treiben, wäre eine Möglichkeit, die eine Art der Befreiung darstellen kann. Dies passiert häufiger als wir denken. Nur, dass der Sohn in einem solchen Fall auch nicht glücklich werden kann, immerhin werden Vater und Sohn wissen, was wirklich passiert ist.

Die Wahrheit auszusprechen wird zukünftig noch viel wichtiger sein als bisher. Und jeder, wirklich jeder, sollte sich erlauben, sich wandeln zu dürfen, wenn es an der Zeit ist. Doch Vorsicht, wenn wir lange Zeit ein und dasselbe leben und irgendwann feststellen, dass es das für uns nicht ist, ist es wichtig, dass wir bewusst auf uns achten, wie wir mit uns umgehen. Sollten wir uns lange Zeit innerlich bewusst zurückhalten, dann werden wir irgendwann den Wunsch nach Freiheit in uns spüren und dann kann es sein, dass zügellos die inneren Pferde mit uns durchgehen. Erst wenn wir uns klar darüber geworden sind, was wir wollen, können wir uns langsam erlauben, einen anderen Weg zu beschreiten. Ich benutzte bewusst das Wort „erlauben“. Immerhin verbieten nur wir selbst uns, bestimmte Lebensbereiche zu leben. Das heißt, wir selbst engen uns ein und nur wir selbst können uns auch wieder befreien. Erst wenn wir das verstanden haben, können wir uns von alten Fesseln befreien. Schauen wir uns dies etwas genauer an.

In der Kindheit lernen wir anhand der Grenzsetzung der Eltern, was wir dürfen und was nicht. Doch nicht die Eltern können uns wahrhaftig Grenzen setzen, nein, das tun wir selbst. Wir selbst akzeptieren die Grenzen, die uns die Eltern auferlegen. Wir selbst müssen dem zustimmen. Nur so erziehen wir uns selbst. Noch einmal deutlicher: Nicht unsere Eltern erziehen uns, sondern sie geben uns vor, was

sie meinen von uns Kindern haben zu wollen. Die Kinder stimmen innerlich diesen Wünschen zu und erziehen sich selbst.

Wenn du das verstanden hast, kannst du sehr leicht erkennen, dass auch nur du selbst dich umerziehen kannst. Und das bedeutet eine Art von Disziplin an den Tag zu legen. Je klarer du dir über deine Verhaltensstrukturen bist, desto besser und klarer wirst du dich erkennen können und das ist wichtig zu wissen. All die Glaubenssätze und Muster, nach denen du lebst, kannst du selbst wandeln, wenn du dies wollen würdest. Das heißt, du selbst hast dich in der Kindheit erzogen, zwar nach den Wünschen deiner Eltern, doch du selbst hast dir diese Strukturen auferlegt. Erst wenn du selbst bereit bist, diese Verhaltensmuster auch wieder aufzulösen, dann kannst du dies tun.

Solltest du somit Glaubenssätze deiner Mutter übernommen haben, bist du es, grob gesagt, selbst schuld, wenn du ein Leben lang danach lebst und stets darunter leidest. Immerhin bist du derjenige, der sich selbst diese Last aufgebürdet hat und auch heute noch aufbürdet. Auch wenn du diese Struktur einst unbewusst übernommen haben solltest, kannst du sie jederzeit auch wieder ablegen. Die Frage stellt sich dann nur noch: Warum machst du es nicht? Wenn du endlich dein Leben frei und offen leben willst, dann löse dich von unliebsamen Verhaltensmustern und Glaubenssätzen, die nicht deine eigenen sind und du wirst dich wesentlich besser fühlen.

Ein Argument zieht jedoch mit Sicherheit: Die wenigsten wissen, dass sie sich selbst in die „Schuld“ begeben haben und sich somit selbst auch nur wieder davon lösen können. Wenn du dich über deine auferlegten Verhaltensmuster klar werden willst, dann überprüfe dich selbst. Ich bin mir sicher, du wirst interessante Aspekte finden, die du nachlebst, doch die im Grunde genommen eher gegen dich

gestellt sind als für dich. Vergiss nicht, du musst dich leben, das ist deine wirkliche Aufgabe.

Dasselbe gilt für den Beruf. Wenn wir offen und ehrlich einen Beruf ausüben wollen, sollten wir auch ehrlich darauf achten, was wir gerne arbeiten möchten. Einfach nur das zu tun, was wir einst gelernt haben und dann darauf sauer zu sein, dass wir uns innerlich, wie in einem Gefängnis eingesperrt fühlen, kann es nicht sein. Wir sind unseres eigenen Glückes Schmied und können unser Leben jederzeit neu gestalten, wenn wir dies wollen. Überprüfe dich: Was würdest du gerne beruflich machen? Was steht zwischen der Realität und deinen Wünschen? Ist es nur der Wechsel in eine neue Arbeitsstätte oder ist es mehr? Achte darauf: Was kannst du tun, damit du dich in deinem Leben besser fühlst? Versuche alles zu unternehmen, damit dies der Fall sein kann. Viel Erfolg.

## Der innere Vater- und Mutteranteil

Gehen wir nun einmal in eine fiktive Beispielfamilie hinein: Eine Frau wird mit 25 Jahren das erste Mal Mutter. Der Vater, ein Bankangestellter, tut viel für seine Familie, da er sich eine eigene Familie gewünscht und dies auch genau geplant hat. Nun ist das erste Kind, ein Mädchen, endlich da. Natürlich haben sich die Eltern die Zeit mit ihrem neugeborenen Kind harmonisch und glücklich vorgestellt. Leider kommt es anders, denn entgegen ihrer Vorstellung leidet die Tochter unter Koliken und schreit manchmal die ganze Nacht hindurch, eine wirkliche Belastungsprobe für junge Eltern.

Unsicher und ein wenig verzweifelt gehen sie von einem Arzt zum anderen und wissen sich bald keinen Rat mehr. Sie überlegen, woher das Problem kommen könnte, können sich jedoch keinen Reim darauf bilden. Immerhin wurde ihre Tochter unter relativ normalen Bedingungen in einer hervorragenden und modernen Klinik auf die Welt gebracht. Die Säuglingsstation hat sich hervorragend um Mutter und Kind gekümmert und die Mutter konnte sich, da die Tochter von den Säuglingsschwestern gut versorgt wurde, um sich selbst kümmern. Immer dann, wenn sie ihre Tochter gebracht bekam, freute sie sich besonders.

Wenn die Säuglingsschwestern ihre Kleine dann wieder abholten, spürte sie sehr wohl einen inneren Schmerz, doch war das für sie ganz normal. Jeder erzählte ihr, dass Mutter und Kind Ruhe bräuchten. Sie fügte sich diesen Ratschlägen, immerhin wollte sie das Beste für ihr Kind. Doch emotional hätte sie ihr Kind gerne bei sich gehabt. Dann endlich kommt der Tag, an dem sie mit ihrem Kind die Klinik verlassen kann. Stolz bringt sie ihre Tochter nach Hause. Auch der Vater kümmert sich sehr liebevoll um sein Kind. Und dann geht das Chaos los, die Koliken melden sich, das Kind schreit und schreit und das auch noch gerade in der Nacht. Sie weiß nicht, woher sie kommen, doch innerlich vermutet sie fast, dass es etwas mit Sehnsucht zu tun hat. Sie versucht ihre Tochter zu beruhigen und ihr die Schmerzen zu nehmen. Doch innerlich ist sie selbst verzweifelt und löst sich immer weiter von ihren tiefen inneren Gefühlen ihrer Tochter gegenüber ab.

Woher kommen solche Störungen? Kinder, die viel schreien, rufen nach der Mutter, nach den Eltern. Sie fühlen sich alleine gelassen und können die Mutter oder den Vater nicht richtig wahrnehmen. Mutter und Kind haben innerhalb der ersten Tage bis ersten sieben Wochen einen absolut tiefen emotionalen Verbund. Sollte das Kind der Mutter weggenommen werden, aus welchen Gründen auch immer, dann reißt ein wenig die Verbindung und das Kind ruft nach der Mutter, obwohl die Mutter es auf den Armen hält. Das Kind erfährt eine Einsamkeit, die bei weitem nicht sein müsste. Jede Mutter kann diese Emotionen der Verbundenheit gut fühlen.

Lass eine junge Mutter das Säuglingszimmer blind betreten, wenn alle Babys schreien, sie wird ihr Baby heraus hören können. Sie spürt es. Sie spürt, wie es ihrem Kind geht. Unterbricht man diesen Kontakt oder lässt sie selbst diesen Kontakt unterbrechen, da sie meint, sich so verhalten zu müssen, dann löst sich der Energieverbund zwischen Mutter und Kind ein wenig auf. Für die Mutter mit Sicherheit ein

Leidensthema und für das Kind fast lebensgefährlich, da es sich nun einsam fühlen wird. Was tut das Kind, um dem zu entgehen? Es ruft nach der Mutter, lauter und lauter, fast bis zur Besinnungslosigkeit, immerhin kämpft es um sein Überleben und dabei schluckt es jede Menge Luft.

Die Mutter wird in einem solchen Moment von ihrem Kind kaum mehr wahrgenommen. Das heißt, das Kind kann die Mutter nicht mehr richtig spüren. Und da die Mutter selbst verzweifelt ist, wird sie kaum mit der Situation fertig werden können. Meist nach ein paar Wochen hört das ganze Szenario auf, das Kind hat seine Mutter auf einem anderen Kanal wieder identifiziert und kann von daher ganz anders mit der Situation umgehen, zumal auch gerade die Sinnesorgane/ beispielsweise die Augen zu diesem Zeitpunkt anders ausgeprägt sind. Das Kind lernt zu sehen und seine lebensnotwendige Mutter anders wahrzunehmen. Der innere Frieden kehrt in Teilen wieder ein.

Doch schon hierbei hat sich eine Struktur gebildet, die mit Sicherheit nicht einfach zu leben sein wird. Ein Kind kann jedoch in einer solch früh geprägten Konstellation noch sehr viel Sicherheit erfahren. Sollte das Kind sich jedoch innerlich in der Urstruktur nicht mehr sicher sein, wird der erwachsene Mensch später immer wieder Angst vor Verlust haben. Beispiel: Die Struktur hat sich in der Kindheit nicht aufgelöst und die spätere Frau hat in engen Verbindungen, beispielsweise zu einem Partner, immer Angst, dass der Partner sie verlassen und sie ihn somit verlieren könnte. Hierbei handelt es sich nicht um ein logisches Lebensmuster, nein, sondern um eine emotionale Struktur, die sich immer wieder bemerkbar macht.

Immer dann, wenn der Partner sich wegbewegt, löst das in ihr das Gefühl der Einsamkeit aus. Für sie kaum auszuhalten, zumal ein wirklicher Grund nicht sichtbar ist. Sie fühlt sich verlassen und

weiß mit dem tief in sich gelagertem Gefühl nichts anzufangen. Wir rekonstruieren: In der ganz frühen Anfangsphase hat sie erfahren, wie es ist, die Mutter emotional zu verlieren. Erst nach einer Weile hat sie einen anderen Verbund geschlossen, in dem Moment haben sich auch die Koliken teilweise wieder gelöst. Doch die innerlich geprägte Struktur des Verlassenwerdens ist in ihr eingemeißelt und jeder, mit dem sie einen tief emotionalen Verbund erlebt, wird sie an ihren alt bekannten Schmerz heranführen.

Sie wird mit Sicherheit den Grund ihrer Emotionen in ihrer Partnerschaft suchen, doch dort wird sie nicht fündig werden. Gerade Partner sind ähnlich eng wie Eltern und Kinder miteinander verbunden und das wiederum bedeutet, dass sie sich genauso emotional angesprochen fühlen. Deshalb ist auch gerade eine solche Emotion spürbar. Sie hat keine andere Wahl, als sich dieses Lebensmanko bewusst zu machen, emotional in die frühe Kindheit hinein zu gleiten, um sich vorzustellen, dass ihre innere Mutter diesem Kind/also ihr all die Wärme gibt, die es braucht. Doch was ist der innere Mutter- und Vateranteil?

Wir alle sind immer nur selbst in der Lage uns das zu geben, was wir brauchen. Wir alleine befriedigen das, was wir benötigen. Andere Personen können uns höchstens dazu verhelfen, unsere eigene Befriedigung zu finden. Je mehr uns dies bewusst ist, desto einfacher und befriedigender können wir unser eigenes Leben gestalten. Immer dann, wenn wir von einem anderen das erwarten, was wir letztlich selbst brauchen, befinden wir uns in einer direkten Abhängigkeit zu der anderen Person, die uns letztlich nur schaden kann.

Noch einmal deutlicher: Alles das, was wir brauchen, können wir uns nur selbst geben. Erwarten wir dies von anderen, würden wir fast alles dafür tun, um den anderen zu ermutigen, uns das zu geben, was

wir meinen zu brauchen. Dies wäre ein absolut unsinniger Umweg, der niemals zum Erfolg führen kann. Wir können uns nur selbst das geben, was wir benötigen.

Wir alle tragen verschiedene Teilenergien in uns, die wir auch unterschiedlich zum Einsatz kommen lassen. Aus dieser Perspektive heraus betrachtet, sind wir multiple und nicht als gesamtes Individuum zu betrachten. Somit reagieren wir auch unterschiedlich, da sich unterschiedliche Energieanteile in uns angesprochen fühlen. Wir hören verschiedene Stimmen in uns, die auch unterschiedliche Auswirkungen haben.

Symbolisch betrachtet vertreten wir innerlich unterschiedliche Meinungen und müssen immer darauf achten, dass wir uns mit unseren Energieanteilen in Harmonie befinden. Gerade in der Kindheit lernen wir anhand der Perspektive zu den Eltern unterschiedliche Gewichtungen vorzunehmen, und damit beschäftigen wir uns jetzt genauer.

Damit wir Rückgrat in unserem Leben haben, brauchen wir innere stabile Elemente, die uns helfen, unseren Lebensweg zu beschreiten. Wenn wir uns ein Kind betrachten, können wir sehr leicht erkennen, dass ein Kind, welches ein für sich stabiles Elternhaus erlebt hat, mit Rückgrat durchs Leben schreiten kann. Egal, was ist, dieses Kind kann sich seelenruhig auf das Leben einstellen, Situationen ausprobieren und im Extremfall ins Elternhaus zurückkehren, um dort wieder Kraft und Schutz zu finden.

Die reifen Eltern stehen wie ein Fels in der Brandung für den jungen Menschen parat. Ein schönes Bild, nicht wahr? Stell dir einmal vor, du hättest solche Eltern erlebt und würdest eine solche Sicherheit in dir tragen. Dies wäre bestimmt ein tolles Gefühl. Jetzt sind bist

du bestimmt betrübt, da du ein anderes Elternhaus erlebt hast. Was machst du nun damit? Fehlt es dir an Rückgrat? Hast du keine Chance aufrecht durch dein Leben zu gehen? Kennst du jemanden, der ein solches Elternhaus erlebt hat? Nun, ich gehe einmal davon aus, dass dies bei dir, wie bei vielen anderen und auch bei mir selbst, anders war.

Das Leben ist dynamisch und es gibt keine Eltern, die ihr eigenes Leben opfern, um sich für das Leben des Kindes zurückzustellen. Das dürften sie auch gar nicht, immerhin muss jeder Mensch sein Leben selbst gestalten und leben, anders geht es nicht. Doch was machen wir jetzt? Laufen wir rückgratlos durchs Leben? Sind wir schwach, da wir die Stärke der Eltern nicht erlebt haben? Solange wir dies glauben, sind wir dies mit Sicherheit. Schau dich um, kennst du viele Menschen, die mit Rückgrat und felsenfest durch ihr Leben schreiten? Ich nicht, aber es werden immer mehr. Woran das liegt? Ganz einfach, wir alle haben einen inneren Mutter- und auch einen Vateranteil und diese Anteile gilt es zu aktivieren. Wenn wir durch unser Leben schreiten wollen, brauchen wir Rückgrat und Schutz, damit wir uns überhaupt trauen, ins reale Leben hinüber zu gehen.

Es gibt genug Menschen, die sich im Kindesalter die Finger verbrannt haben und nun immer noch über die alten Schmerzen klagen. Sie trauen sich nicht, nach vorne ins Leben zu schreiten. Sie machen somit nur das, was sie wirklich für notwendig und wichtig halten. Nur das Notwendigste wird gelebt und alles andere vernachlässigt. Wie gesagt, die Medien sind ein ideales Mittel, damit man sich um das reale Leben herum mogeln kann. „Hilft“ jedoch nur für einen begrenzten Zeitraum, dann wird die Unzufriedenheit wachsen und das nützt keinem etwas.

Noch einmal deutlicher, solange ich mich gegen mich selbst stelle, desto mehr beschäftige ich mich mit meinen verletzten Anteilen, anstatt die schönen Seiten des Lebens zu sehen. Das Leben hat so viel zu bieten, dass es wirklich schwer fallen muss, nur am Rande als Zuschauer zu stehen und all die anderen Lebenden vorbeiziehen zu sehen. Die Kunst des Lebens besteht darin, sich selbstbewusst dem Leben zu stellen. Je mehr wir dies tun, desto mehr nehmen wir auch aktiv an unserem Leben teil. Und nur darauf kommt es an.

Damit wir uns jedoch trauen, dies zu leben, brauchen wir einen inneren Schutz, der auch den äußeren Schutz aktiviert. Anders geht es nicht. Das bedeutet jedoch auch, dass wir, wenn wir uns nicht bewusst sind, was wir tun können, oftmals nicht trauen, das Leben in all seiner Vielfalt anzunehmen. Gehen wir noch einmal zurück zu der These der stabil erlebten Eltern, die wie ein Fels in der Brandung dastehen. Diese Eltern würden die inneren Elternanteile der Person, also den inneren Mutter- und auch Vateranteil entsprechend aktivieren.

Der innere Mutteranteil ist die Seelsorgerin, die sich um Seelenverletzungen kümmert, damit diese auch ausgeheilt werden können. Also die innere Beraterin, die treue Freundin, die fürsorgliche Liebende, die einen mit allen Macken, die man hat, verständnisvoll aufnimmt. Der innere Vater hingegen ist der Fels in der Brandung, der Ruhegeber, der genau weiß, was er will. Er ist absolut handlungsfähig und wird alle Schwierigkeiten diplomatisch aus dem Weg räumen. Er ist die Stütze des Lebens.

Jetzt geh einmal davon aus, dass der äußerlich erlebte Vater Alkoholiker war, der sich nicht unter Kontrolle hatte. Gespickt mit Gewaltausbrüchen, hat er die gesamte Familie tyrannisiert. Das prägt das innere Vaterbild enorm. Das heißt, der innere stabile Vater nimmt die Form des leiblich erlebten Vaters an, knickt bei jeder Kleinigkeit

sofort ab, bricht innerlich stetig zusammen und hat sich absolut nicht unter Kontrolle. Auch seine Launenhaftigkeit wird eher ein weibliches Bild abgeben.

Nun kommt es noch darauf an, wie sich die äußere Mutter verhalten hat. Hatte sie Angst vor dem gewalttätigen Partner? Wenn ja, dann kann es sein, dass das Kind seinen weiblichen Anteil auch danach geprägt hat. Dann hätte beispielsweise das Kind/die spätere Frau einen inneren Mutteranteil, der ängstlich auf den inneren Vateranteil Obacht gibt, immer in der Hab-Acht-Stellung: Bekomme ich nun eins drüber?

Somit beobachtet der eine Anteil den anderen, und solch eine Verbindung schwächt sich gegenseitig enorm. Dies kann keinen Vorteil für eine Person bringen. Immerhin wird diese Person wissen, dass sie nur Rückgrat für ihr Leben haben kann, wenn sie auch gestärkt ist. Ist das nicht der Fall, wie wir uns nun gut vorstellen können, wird sie wahrscheinlich einen Partner suchen, der ihr die vermeintliche Sicherheit geben soll. Da wir jedoch Partner nach dem Prinzip der Resonanz aussuchen, wird sie hundertprozentig auf einen Partner stoßen, der ein ähnliches Prinzip in sich trägt.

Das Ganze wäre perfekt inszeniert, wenn der Partner dann auch noch gerne zur Flasche greifen würde und den Vater leibhaftig wiedererscheinen lässt. Dann übernimmt sie, also die frühere Tochter und Beobachterin, die einst vorgelebte Rolle der Mutter, um sich dieser Verhaltensmuster, die sie tief in sich verwurzelt trägt, wieder bewusst zu werden. Dieses ganze Rollenverhalten läuft natürlich unbewusst ab.

Sie würde sich in die Rolle der Mutter begeben, um mit dem Problem Vater/Mann ähnlich zu verfahren. Dies passiert automatisch und sie

wird solange damit konfrontiert werden, bis sie bereit ist, sich der inneren Disharmonie und des Zwiespalts bewusst zu werden, und sich aus dem inneren Gefängnis zu befreien. Wie sie das tun kann? Ihr muss bewusst werden, welchen Part sie in ihrer Kindheit übernommen hat. Dann sollte sie sich von diesem unliebsamen „Weggefährten“ auch wieder lösen und vor allen Dingen das Wichtigste: Sie muss ihr inneres Vater- und Mutterbild neu prägen. Nun hat sie eine Chance eigenständig und auch neugierig in Harmonie und Stärke ihrem Leben bewusst zu begegnen.

Denk einmal darüber nach: Wie stellst du dir eine Urmutter und einen Urvater vor? Beschäftige dich intensiv damit. Visualisiere diese innerlich geprägten Bilder. Löse dich von den erlebten, übertragenen Musterbildern der Eltern, die kannst du in dir kategorisch unter „Erlebnisse“ parken. Manifestiere dir Stärke und Kraft. Du wirst sehen, es funktioniert. Vergiss bitte dabei niemals, dass du selbst Geduld brauchst, bis du deine Ziele erreicht hast. Doch was haben wir mehr als Zeit in unserem Leben? Nun werden wir uns mit einem weiteren Thema, dem inneren Kind, beschäftigen

## Das innere Kind

Nachdem wir uns nun ein wenig mit dem inneren Vater- und Mutterbild auseinandergesetzt haben, widmen wir uns nun dem inneren Kind. Das innere Kind ist geschlechtlich gesehen ein Neutrum, ist spielerisch für unser Leben da, damit wir aus lauter Neugierde uns immer wieder auf neue Lebensebenen einlassen. Ein Kind braucht das Spiel, um vieles austesten und ausprobieren zu können. Auch das innere Kind ist neugierig und treibt uns stetig an, uns immer wieder mit neuen Situationen zu konfrontieren.

Wir können viele Menschen im Büroalltag beobachten, die auf der einen Seite ein Geschäftstelefonat erledigen und gleichzeitig auf der Ablage „Männchen“ malen. Das innere Kind macht sich auch gerade in Partnerschaften gerne bemerkbar, immer dann, wenn die Partner miteinander spielerisch umgehen. Hätten wir unser inneres Kind nicht, würden wir viel zu monoton leben. Doch was ist, wenn wir uns die Leichtigkeit des Lebens nicht erlauben, was ist dann? Dann versteinern wir innerlich und werden hart zu uns selbst. Woher kann so etwas kommen?

Gerade wenn Kinder Eltern erleben, die sehr viele Probleme haben, dann übernehmen sie automatisch einen Teil Verantwortung und kümmern sich viel zu früh um Lebensbereiche, für die sie zumeist viel zu jung sind. Das wiederum lässt sie innerlich sehr schnell altern. Das innere Kind wird dann zumeist totgeschwiegen und kommt kaum noch zu Wort.

Die Kinder, denen so etwas passiert, sind zumeist auch schon in früheren Leben sehr verantwortungsvoll gewesen, so dass sie auch in diesem Leben wieder Menschen/die Eltern um sich herum versammelt haben, um ein ähnliches Prinzip wie in einer vorherigen Inkarnation nachzuleben. Nehmen wir dieses Beispiel und schauen uns das ein wenig näher an. Es gibt Personen, die sich grundsätzlich für alles verantwortlich fühlen. Jeder Mensch in ihrer Nähe wird dies zu spüren bekommen. So üben sie auch eine Art Kontrolle über andere aus.

Dass man es diesen Menschen zumeist nicht recht machen kann, dürfte hierbei sehr schnell klar werden. In unserem Beispiel soll das auch der Fall sein. Doch je mehr sich diese Person um andere kümmert, desto weniger kümmert sie sich letztlich noch um sich selbst. Damit sie lernt, sich endlich verantwortlich um sich selbst zu kümmern, braucht sie wiederum passende Personen, die sie darauf aufmerksam machen. Und so passiert es nicht selten, dass die verantwortungsvolle Person bei Eltern inkarniert, für die sie sich früher eh schon verantwortlich gefühlt hat.

Somit inkarniert die Seele als Kind bei Personen, für die sie sich automatisch verantwortlich fühlen wird. Diese alt geprägte Struktur dann wieder zu aktivieren, ist mit Sicherheit schnell geschehen. Das Kind kritisiert die Eltern, guckt aus erwachsenen, kritischen Augen, erkennt Schwächen, verstärkt diese, übernimmt Verantwortung, übt

einen Rollentausch aus und schon ist das Schauspiel perfekt. Wie? Das schauen wir uns jetzt genauer an.

Wir nehmen eine Mutter und eine Tochter. Die Tochter war die frühere Überverantwortliche, die ihre eigene Verantwortlichkeit gegenüber ihrer eigenen Person vergessen und somit besonders vernachlässigt hat. Die Mutter in unserem Fall muss lernen, in die eigene Verantwortung zu gehen und darf somit unter keinen Umständen wieder einer anderen Person die Verantwortung für ihr Leben übergeben. Mutter und Tochter leben nun in einer ähnlichen Konstellation wie früher, nur dass die Mutter die Erwachsene ist und die Tochter das Kind.

Die Mutter in unserem Beispiel leidet, da sie sich mit ihrem Leben und gerade auch mit ihrem Partnerschaftsleben überfordert fühlt. Die Tochter spürt dies und leidet mit der Mutter mit. Nach einer Weile kann sie das Leiden nicht mehr ertragen und damit die Situation/ das Kinderdasein trotzdem erträglich wird und auch bleibt, geht sie hin und übt mit der Mutter einen Rollentausch aus. Das heißt, sie stellt sich in die verantwortungsvolle Position der Mutter und transformiert die Mutter einfach in die kindliche Rolle. Die Mutter akzeptiert diese Handlung und stimmt somit dem Rollentausch zu.

Wenn nun die Mutter mit ihren Problemen konfrontiert wird, wird sie sich kindlich fühlen. Und da ein Kind viel spielerischer und einfacher mit Lebenssituationen umgehen kann, werden die alltäglichen Lebensprobleme die Mutter bei weitem nicht mehr so stark treffen. Das Kind hingegen empfängt nun alle Belastung und wird dadurch viel zu früh mit Lebensproblemen konfrontiert, die eigentlich gar nicht zu ihm gehören. Sollte die Mutter diese Rolle auch bewusst annehmen wollen und das wird sie mit Sicherheit genau spüren, wird das Kind weiterhin in dieser Konstellation belassen werden.

Das heißt, das Kind wird viel zu früh verantwortlich und die Mutter bleibt kindlich. Das wird übrigens nicht auf allen Ebenen spürbar sein, sondern nur in bestimmten Lebenskonstellationen und Problembereichen. Die Mutter bleibt bei anderen Konstellationen auch weiterhin Mutter und das Kind einfach nur Kind. Doch gerade in der Leidensstruktur findet der einmal festgelegte Rollentausch solange statt, bis einer der beiden bewusst die Position wieder verlässt. Die größte Gefahr bei solchen Situationen ist die, dass der Mutter die Kinderrolle gefällt und sie mehr und mehr aus Gewohnheit ihr Kind in die Verantwortung nimmt. Sollte sich diese Struktur in der Kindheit nicht mehr auflösen, wird sie in das Teenageralter übernommen. Dann wird die Tochter stetig für die Mutter verantwortlich sein und das könnte im schlimmsten Fall ein Leben lang andauern.

Wir erinnern uns: Die Tochter sollte lernen, für sich selbst verantwortlich zu sein und sich nicht immer für andere, vermeintlich Schwächere zu opfern. Also wird sie immer mehr Verantwortung auf sich laden, bis sie irgendwann unter der Belastung fast zusammenbricht, und dann endlich bereit ist, an sich selbst zu glauben und für sich selbst verantwortlich zu sein. Wenn die Tochter der Mutter energetisch wieder die Verantwortung übergibt, kann sie sich auch um sich selbst kümmern. Mutter und Tochter werden mit Sicherheit eine andere Basis der Harmonie entwickeln können, da in einem solchen Fall der Auflösung die zwanghafte Struktur nicht mehr gelebt werden muss.

Keiner wird sich wohl fühlen, wenn er Strukturen für einen anderen mit leben muss. Jeder möchte eigenverantwortlich sein Leben gestalten können. Die Übernahme von Verantwortung ist übrigens ein sehr häufig anzutreffendes Thema, das Menschen immer wieder aus der Bahn werfen wird. Dabei ist jeder nur für sich selbst verantwortlich und muss sich selbst leben.

Einzigste Ausnahme sind unsere Kinder, wenn diese noch klein sind. Dann sind sie auf unsere Hilfe angewiesen und ich bin mir sicher, alle Eltern wollen sich gerne kümmern. Sollten diese jedoch nicht gelernt haben, für sich selbst verantwortlich zu sein oder sollten sie sich zu stark um andere kümmern müssen, dann können die eigenen Kinder eine absolute Überforderung darstellen. Deswegen ist es meines Erachtens auch besonders wichtig, gerade bei Problemen zwischen Eltern und Kinder auf fremde gelebte und übernommene Verantwortlichkeiten in Bezug auf andere Personen zu achten. Oftmals sind junge Eltern wirklich mit vielen verschiedenen Verantwortungsbereichen so überfordert, dass sie nicht mehr wissen, wie sie damit umgehen sollen. Eine Hilfe kann somit nur die Befreiung und Entlastung aus diesen Verpflichtungen sein.

Auch ein Ehemann, der sich für seine Frau absolut verantwortlich fühlt, da der Vater bei der Hochzeit ihm die Tochter und somit auch die Verantwortung übergeben hat, wird mit dieser Situation überfordert sein. Eine der häufigsten belastenden Energieverbindungen ist mit Sicherheit die Übertragung von Verantwortungsbereichen, nur um einen anderen zu schönen und auch gleichzeitig zu belasten. Wie soll wer was lernen, wenn man ihm die Lernebenen entzieht?

Du kannst nun selbst gut erkennen, dass das innere Kind nur leben kann, wenn es auch in der Kindheit leben durfte. Dann hat dieser Energieanteil/dieser Mensch eine wirklich gute Basis für sein Leben bekommen. Die innere Mutter und der innere Vater werden das Kind schützen und ihm somit eine Stabilität geben. Wenn du jetzt in dein inneres Kind hinein fühlst, was empfindest du dann? dein inneres Kind trägt mit Sicherheit noch Kummer in sich. Wichtig ist, dass dieses innere Kind auch zu Wort kommen darf. Wir müssen unserem inneren Kind zuhören und Verständnis für uns entwickeln. Die Liebe zu uns selbst sollte unser oberstes Lerngebot sein.

Übrigens, jeder Vorwurf gegenüber den Eltern bringt keine Harmonie. Das Erkennen, welche inneren Strukturen geprägt wurden, bringt die Erlösung. Vor allen Dingen jedoch ist es wichtig, die inneren Glaubenssätze, die man sich einst selbst auferlegt hat, wieder zu revidieren und sich somit neuen Aufgaben zu stellen. Das ist die einzige Form, die funktionieren kann. Das innere Kind muss in Harmonie gelebt werden, dann haben wir eine wirkliche Basis spielerisch mit den Lebenssituationen umzugehen. Das ist die Aufgabe, die dahinter steht. Nun weiter zu Übertragungsmustern, die wir einst übernommen haben und nach denen wir auch heute zumeist immer noch leben.

# Übertragungsmuster und ihre Auswirkungen

„Lachen ist gesund“, heißt es und so ist es auch. Nun stellt sich die Frage: Wer bringt uns unseren Humor bei? Von wem lernen wir, wann und vor allen Dingen über was wir lachen sollen? Kinder lachen von Natur aus gerne. Sie können sich über Kleinigkeiten des Alltags dermaßen erfreuen, dass sie sich vor Lachen kugeln könnten. Viele Erwachsene lassen sich gerne anstecken und lachen mit. Dieses Verhalten erfreut natürlich auch gerade die Kinder, die darüber erfahren, dass in einem solchen Moment die Atmosphäre zu Hause viel leichter wird. Somit werden sie immer wieder versuchen, die Eltern zum Lachen zu bringen. Dabei lassen sie sich jede Menge einfallen. Manchmal sogar so viel, dass es ihnen persönlich gar nicht mehr so richtig gut tun kann. Es gibt Kinder, die stellen sich zur Verfügung, damit über sie und ihre Verhaltensweisen gelacht werden darf, doch ihnen selbst vergeht dabei zumeist das Lachen.

Erinnern dich, ich habe bewusst erwähnt, dass nur wir selbst unser Leben prägen und kein anderer das für uns tun kann. Somit können auch nur wir selbst uns in ein solches Verhaltensmuster bringen.

Schauen wir uns das Ganze noch direkter an: Ein Kind erfährt, dass es den Eltern besser geht, wenn diese lachen. Und da es möchte, dass es den Eltern gut geht, wird es nun dafür Sorge tragen. Auch dann noch, wenn das Schauspiel zu seinem eigenen Nachteil abläuft. So passiert es nicht selten, dass sich ein Kind die Rolle des Hampelmanns auswählt, nur um andere zum Lachen zu bringen. Je mehr sich das Kind jedoch diese Rolle selbst auferlegt, desto mehr wird es dieser Rolle auch gerecht werden. Legt das Kind, der spätere Erwachsene diese Rolle nicht mehr ab, wird er immer zum dauerhaften Gespött der Menschen in seinem Umfeld werden und dies natürlich zum Nachteil für sich selbst.

Solltest du Kinder haben und eins dieser Kinder solch eine Rolle übernommen haben, dann überlege, ob du dem Kind nicht helfen möchtest, diese Rolle zu verlassen. Keiner sollte sich zur Verfügung stellen, nur damit es anderen besser geht. Wenn das Kind jedoch aus Leibeskräften mit lacht, ist alles in Ordnung. Schauen wir uns noch einmal an, was Lachen alles bewirken kann. Rein symbolisch betrachtet, haben wir eine Hülle, unsere Aura, die aus mehreren Schichten besteht. Auf unserer Aura können sich jede Menge Schmutzpartikel ansammeln. Wenn wir lachen, dann bewegt sich unser Körper so stark, dass wir die Schmutzpartikel auf unserer Aura herunterwerfen. Lachen ist gesund und hilft somit jedem weiter. Je bewusster wir uns dessen werden, desto gesünder werden wir mit unserem Körper verfahren. Menschen, die zu wenig lachen, verbittern innerlich, wirken fad und auch depressiv.

Du kennst das doch bestimmt auch: Sollte eine Person, mit der du zu tun hast, versuchen, dich anzugreifen, kannst du noch frei wählen: Gehe ich auf den Kampf ein, der mich wahrscheinlich sehr viel sinnlos verschleuderte Energie kosten wird, oder lachen ich einfach darüber, kümmere mich zwar trotzdem um die Sache, dies aber mit

leichtem Humor. Und schon wird die ganze Angelegenheit dir viel weniger Energie kosten. Also bevor die positive Stimmungslage abbaut, bring ein bisschen Humor hinein und versuche so, die anderen zu motivieren, damit die mitmachen, und es wird allen gleich viel besser gehen.

In vielen Familien wird leider viel zu selten gelacht, was gleichzeitig bedeutet, dass die Energie im Haus viel zu ernst gelebt wird. Das wiederum vernachlässigt jedoch das Gefühl von Häuslichkeit und Harmonie. Die Menschen, die dort leben, fühlen sich belastet und können ihrem Leben nicht fröhlich begegnen. Eltern, die sich mehr mit den Schattenseiten des Lebens auseinandersetzen, werden viel eher Leid als Freude in sich spüren. Somit wirken sie häufig bedrückt und traurig, und diese Emotion wird sich wiederum in der gesamten Familie breit machen. Das bedeutet, dass die Familienenergie durch die nicht bewältigten Probleme der Erwachsenen düster erscheint. Ein Kind verliert dann meist auch noch seinen eigenen Humor und erfährt, dass das Leben extrem hart und düster sein muss, sonst würden sich seine Eltern wohl besser fühlen. Der tiefe Glaube an die dunklen Seiten des Lebens wird diese Menschen wohl ein Leben lang begleiten.

Schauen wir uns das ein wenig näher an: Wir nehmen ein Ehepaar, beide haben große Probleme miteinander. Der Mann ist unzufrieden mit seinem Leben, da er das Gefühl hat, nicht frei wählen zu können. Er fühlt sich innerlich unter Druck gesetzt, sieht nicht den inneren Verbund zu seiner eigenen erlebten Kindheit, sucht die Ursache für sein Leid im Außen und macht somit seinem gelebten Frust kein Ende. Er zeigt offen, dass ihm das Leben, das er nun lebt, nicht gefällt.

Seine Frau fühlt sich dadurch betroffen, zumal auch sie spürt, dass er sie für sein Unglücklich sein verantwortlich macht. Innerlich nimmt

sie diesen Vorwurf auch an, da sie in der Kindheit gelernt hat, sich für den Frust der Eltern verantwortlich zu fühlen. Sie fühlt sich mit der nun auftretenden Situation überfordert und weiß sich nicht zu helfen. Trotzdem versucht sie alles zu tun, damit das „Familienklima“ einigermaßen erträglich bleibt. Da sie Mutter von zwei Kindern ist, will sie ihre Kinder vor den mittlerweile starken energetischen Wutattacken ihres Mannes schützen. Somit ist sie jedoch auf seine Struktur sensibilisiert. Das heißt, sie „klopft“ ihn energetisch immer wieder ab, um zu überprüfen, in welchem Gemütszustand er sich nun befindet.

Ihn nervt das jedoch gewaltig, da sie somit immer wieder auf seinen wunden Nerv drückt, um seine Reaktion zu überprüfen. Mit der Zeit baut sich ein richtiges Spiel auf. Sie tastet ihn ab, wobei sie immer wieder seine empfindlichen Stellen berührt. Er fühlt sich mit der Zeit im wahrsten Sinne des Wortes durch ihre Handlungsweisen genervt und möchte sich am liebsten zurückziehen. Da sie jedoch Angst vor seinen Wutattacken hat, holt sie diese somit auch stetig nach vorne. Sie reißt die alten Wunden immer wieder auf. Ein Spiel, das ewig dauern kann. Doch je mehr die beiden dieses Spiel des Lebens leben, desto mehr rutscht der eigentliche Gedanke an Partnerschaft und Familie in den Hintergrund.

Die Kinder spüren dies auch und merken, dass die Mutter unter dem Druck kaum noch Gelegenheit findet, ein paar unbeschwerte Stunden zu erleben. Sie wollen der Mutter helfen, immerhin schützt die Mutter auch sie, und so übernimmt ein Kind eine Teilstruktur der Mutter und fängt an, den Vater zu reizen, ja, auch zu nerven, damit er den Blick auf die Mutter gerichtet ein wenig reduziert und sich um das Kind kümmert. Kinder sind oftmals hart im Nehmen und stecken auch einiges weg, wenn es sein muss. Natürlich kann kein

Kind von Anfang an wissen, was ihm wirklich blühen wird, wenn es sich auf eine solch gefährliche Struktur begibt.

Dem Kind ist das in dem Moment auch egal: „Hauptsache, der Mutter helfen“, denkt es und fängt an, den Vater zu provozieren, der sich dann natürlich auch provozieren lässt. Das Kind steckt dafür viel weg, Schläge und Demütigungen prasseln auf es ein, doch es lässt alles über sich ergehen, in der Hoffnung das es eines Tages doch enden möge. Leider falsch gedacht. Ein Ende kann nur in Sicht sein, wenn die Erwachsenen bereit sind, durch ihre eigenen Fehlhandlungen zu lernen. Doch wer ist das schon?

Die Mutter wird sich zwar auf der einen Seite durch die Opferung des Kindes ein wenig entlastet fühlen, doch gleichzeitig wird sie leiden, da ihr Kind angegriffen wird und ihr ganzes Bestreben darin lag, ihre Kinder zu schützen. Sie wird mit der nun folgenden Gewalt von Vater und Kind gar nicht umgehen können. Wahrscheinlich wird sie innerlich resignieren, stetig in der Hoffnung das der nächste Tag das harmonische familiäre Überleben doch noch garantieren wird. Doch irgendwann gibt sie auch diesen Gedanken auf, dann wartet sie nur noch bis die Kinder groß sind und hofft, dass sie dann endlich dem Eheszenario entfliehen kann.

Danach folgt eine Zeit, in der sie feststellt, dass sie nicht mehr warten kann. Dann denkt sie: „Wenn ich mit den Kindern das Haus verlasse, dann geht es ihnen bestimmt besser.“ Sie lebt in dieser Hoffnung, doch sie kann nicht wissen, ob ihre Kinder danach auch wirklich besser leben werden. Und genau das lässt sie zweifeln und so handelt sie nicht. Wir betrachten uns die Sorge einmal genauer: Die Kinder müssen ihre Erfahrungen verdauen und ihre inneren Glaubensmuster erst einmal verändern, damit sie nicht Gefahr laufen, dasselbe in ihrem eigenen Erwachsenenendasein nachzuleben.

Gehen wir dafür spielerisch ein paar Jahre weiter: Wie so oft, wacht dann irgendwann die Tochter in ihrem Ehebett an der Seite ihres Mannes auf und spürt seine unbändige Wut, die sich entladen will. Damit sie ihre eigenen Kinder schützen kann, stellt sie sich wie einst schon ihre Mutter auch als Prellbock zur Verfügung, bis sie irgendwann wach wird und merkt, dass es so nicht mehr weitergehen kann. Und wenn sie ihren Kindern wirklich etwas Gutes tun will, dann arbeitet sie an ihren Kindheitsstrukturen, wandelt diese und verlässt, wenn ihr Mann nicht selbst an sich arbeiten will, ihre Beziehung/ ihren Mann. Sie startet dann neu durch und ihre Kinder werden eine lebenswichtige Erfahrung machen: Erwachsene können Probleme haben, das Leben kann zeitweilig schwierig sein, doch was immer wir tun, wir können uns wandeln und jederzeit neu entscheiden, was wir wollen. Das alleine ist die Lebendigkeit des Lebens.

Eine mit Sicherheit düstere, doch leider viel zu häufig anzutreffende Geschichte. Jeder muss lernen, mit dem was er hat umzugehen. Es nützt nichts sich gegen sich selbst zu stellen und einfach immer weiter im Sumpf der unerledigten Probleme zu walken. Kinder, denen das Lachen vergangen ist, die viel zu ernst wirken, sind Kinder, die zumeist aus Familien kommen, die nichts mehr zu lachen haben, da die Eltern viel zu viele Themen nicht verarbeitet haben.

Doch was können Eltern tun, die sich in einer solch schwierigen Situation befinden? Als erstes immer handlungsfähig bleiben, nie innerlich absterben und resignieren. Jeder Mensch wird immer einen für sich passenden Lösungsweg finden. Die Chance ist die, zu verstehen, worum es eigentlich geht. Ein Berater, der einen neutralen Blick auf eine Sache werfen kann, wird mit Sicherheit eine gute Klärungshilfe bieten. Eine therapeutische Unterstützung, die den Prozess, die Loslösung aus der inneren gewohnten Umklammerung fördert, kann auch nur von Nutzen sein. Doch brauchen wir dazu nicht

unendlich viele Therapiestunden. Nein, wir alleine können jeden Tag etwas für uns tun. Schon alleine das Verstehen, warum eine Situation so oder so ist, wird schon eine Wandlung beinhalten. Je mehr wir in einer Familie erkennen können, wer welches Rollenverhalten lebt, desto eher können wir lernen, wieder anders miteinander umzugehen.

Über den Partner stundenlang nachzusinnen, warum er das so oder so tut, wäre der absolut falsche Weg. Solange wir unsere inneren Themen beim Partner suchen, können wir nicht fündig werden. Nein, wir müssen schon bei uns selbst suchen, damit wir eine andere Ebene der Stärke erleben können, anders geht es nicht. Je klarer wir uns über uns selbst werden, desto eher können wir auch die Spielebene, die wir zumeist miteinander leben, verlassen, um eine neue und eigene Ebene zu entwickeln. Sollte im oberen Beispiel die Frau ihre eigenen Kindheitsstrukturen erkannt und auch gewandelt haben, verlässt sie automatisch die Spielfläche, dann ist er an der Reihe. Sollte er dann erneut eine verletzbare Struktur suchen, um sie weiterhin unter Kontrolle zu halten, hat sie keine andere Chance als ihr Leben alleine und ohne ihn auszurichten. Beschäftigen wir uns nun einmal etwas mehr mit Partnerschaftstrennungen und den so genannten Scheidungskinder.

## Scheidungskinder

Wenn nichts mehr geht und einer der Partner überlegen sollte, den anderen zu verlassen, ist das kein einfaches und leichtes Unterfangen. Nein, im Gegenteil, immerhin steht die Gewohnheit noch im Raum und will weiterhin gelebt werden. Wir nehmen nun noch einmal das Beispiel aus dem vorherigen Kapitel und ändern das

Ende ab. Die Frau/Mutter merkt, dass sie mit ihrem Mann so nicht mehr weiterleben kann. Solange sie sich selbst als Opfer und als Schutz vor ihre Kinder stellte, konnte sie mit ihrer Bürde noch einigermaßen umgehen. Doch nun, wobei sich auch noch eins ihrer Kinder als Angriffsstelle den Wutattacken des Vaters zur Verfügung stellt, hält sie es nicht mehr aus. Sie will die Trennung. Innerlich hat sie natürlich Angst davor, immerhin meint sie zu wissen, zu was ihr Mann alles fähig ist. Da sie kaum Freunde hat, muss sie schon sehr gezielt vorgehen, damit sie eine Möglichkeit der Wandlung bekommt. Sie denkt alles genau durch, ohne ihren Mann oder auch nur die Kinder über ihr geplantes Vorhaben zu informieren.

Schnell findet sie eine Wohnung, plant den Umzug, holt sich gebrauchte Möbel und findet doch noch die eine und andere helfende Hand. Dann

am Tage X, ohne dass ihr Mann es auch nur erahnen könnte, nimmt sie nur das Nötigste, holt ihre Kinder von der Schule ab und fährt in die neue Wohnung. Gehen wir noch einmal ein kurzes Stück zurück: Das Herz schlägt ihr bis zum Hals, als sie bepackt die Türe der alten Wohnung abschließt. Sie hat ein schlechtes Gewissen sich einfach wegzustehlen. „Doch was soll ich anders machen?“, denkt sie und schlägt die Türe hinter sich zu.

Ihre Kinder wundern sich natürlich, dass sie in eine andere Richtung fährt. Nun ist es an der Zeit und sie erklärt ihnen, was abläuft. Die Kinder reagieren sehr unterschiedlich. Das Mädchen steht wie unter Schock: „Angst, was kommt jetzt alles auf mich zu?“ Der Junge atmet erleichtert auf und macht der Mutter Mut. „Wir schaffen das schon“, sagt er leise und streichelt dabei sanft ihren Arm. Er spürt, wie angstvoll seine Mutter ist, doch auch er weiß, dass es nur für ihn persönlich besser werden kann. „Egal, welchen Weg wir jetzt auch einschlagen werden, es ist alles besser, als in dieser Tyrannei zu ersticken“, denkt er und ist neugierig auf die Wohnung. Die Wohnung stellt kein tolles Ambiente dar, doch das alles ist egal. „Hauptsache friedlich“, denken sie und atmen erleichtert auf.

Ist damit der Ärger gebannt? Nein, natürlich nicht, immerhin wird der Mann nicht damit einverstanden sein, seine Frau und seine Familie einfach so zu verlieren. Er braucht seine Frau und auch die Kinder auch wenn er sie nicht gut behandelt hat, so waren sie doch ein wichtiger Part in seinem Leben. Er sieht seine Felle wegschwimmen, ist stocksauer auf seine Frau, die aus einer „Mücke einen Elefanten“ macht. „Die soll sich mal nicht so anstellen. Hat doch alles gehabt, was sie brauchte. Was die jetzt will?“ denkt er und will bei weitem seine eigenen Fehler nicht sehen. Natürlich denkt er auch ein wenig über sein Verhalten der Familie gegenüber nach.

Mehr und mehr kann er sich an Szenen erinnern, in denen er sich mit Sicherheit nicht gut benommen hat. Doch dann gleitet er weiter und sinkt gedanklich in seine Kindheit ab. Er sieht den Vater, der die Mutter genauso behandelt hat. „Die ist ihm doch auch nicht weggelaufen“, denkt er und macht sich wütend auf die Suche nach seiner Frau. Natürlich treffen die beiden auch bald real aufeinander. Die Frau rechnet mit einem solchen Treffen und auch damit, von ihm erneut verletzt zu werden. Sie ist sich jedoch im Inneren absolut klar, was sie will, die Trennung. Er sieht auf einmal eine Struktur in ihr, die ihm absolut fremd ist. So hat er sie noch nie gesehen. „Dann wird es doch mal Zeit“, sagt sie sich und stellt sich gegen jede Annäherung seinerseits. Als er merkt, dass es kein Halten mehr gibt, zieht er sich innerlich zurück und sinnt nach einer anderen taktischen Vorgehensweise. Immerhin braucht er seine Familie als Blitzableiter. „Da können die doch nicht einfach so aus meinem Leben verschwinden“, denkt er wütend.

Er wird alles versuchen, um seine Familie an die alte Gewohnheit zu erinnern und dann fällt ihm ein, was er tun kann. Er hat doch ein Besuchsrecht, also geht er über die Kinder, die seine Frau doch schon seit eh und je schützt. Diese Taktik funktioniert, die Kinder müssen, ob sie nun wollen oder nicht, den Vater sehen. Für die Kinder ein absoluter Gräuel. „In die Höhle des Löwen“ zurückversetzt, die Wutattacken spürend, haben sie Angst ihm ausgeliefert zu sein. Doch die Gesetze sind eigens für solche Situationen gemacht und man muss sich ihnen fügen. Mit dieser entsprechenden Einstellung treffen die Kinder erstmalig nach der Trennung ein wenig ängstlich auf ihren Vater.

Das Treffen verläuft anders als anfänglich gedacht. Der Vater benimmt sich human und ist zum Erstaunen der Kinder sehr freundlich. Ihm ist bewusst, er darf jetzt nicht ausrasten, sonst könnten die Kinder weitere

Treffen verweigern. Also zeigt er sich von seiner besten Seite. Da er es jedoch gewohnt ist, dass seine Familie seinen Schmerz offenbart bekommt, nimmt er auch vor seinen Kindern keine Rücksicht und zeigt sich von seiner inneren gebrochenen und schwachen Seite. Seine Kinder sollen sehen, wie schlecht es ihm geht. Ihnen soll es genauso schlecht gehen und er versucht, zwischen den Kindern und ihrer Mutter einen Zwiespalt zu schaffen. Die Kinder spüren dies sehr genau und haben sogar ein wenig Mitleid mit ihm, immerhin ist er doch ihr Vater.

Auch die Mutter fühlt sich durch dieses Treffen belastet, immerhin hat sie Angst, dass er den Kindern etwas antun könnte. Solange er weit genug weg war, hat sie sich mit ihm kaum beschäftigen müssen, doch nun, wo er die Kinder hat, setzt sie wieder sehr viel Energie in ihn, damit er keinen Schaden anrichten kann. Natürlich ist alles nicht mehr ganz so schlimm wie vorher, doch immer noch schlimm genug. Immerhin will er nichts anderes, als weiterhin an ihre Energie zu kommen, damit er sich an ihr bereichern und laben kann. Das ist seine gewohnte Struktur, die er nicht ablegen will. Nun hat er zumindest in Teilen sein Ziel erreicht, seine Frau denkt wieder an ihn und nährt ihn dadurch mit ihrer Energie. Ihr ist dies auch bewusst, immerhin betrübt es sie sehr, dass sie sich weiterhin um ihn kümmern muss. „Irgendwann wird es vorbei sein“, denkt sie und schaltet zur Ablenkung den Fernseher an.

Dann endlich ist es so weit, ihre Kinder kommen nach Hause. Sie sieht ihren Mann nicht, da er die Kinder, wie versprochen, vor der Haustüre abgesetzt hat. Sie spürt, dass ihre Kinder energetisch belastet sind und redet mit ihnen. Sie ist froh, dass er sich „benommen“ hat. Doch als sie hört, inwieweit er sich in angeblicher Trauer beschwert hat, ist sie doch ganz schön wütend auf ihn. „Die Kinder damit zu belasten ist nicht richtig, immerhin müssen wir Erwachsenen miteinander

klarkommen.“ Sie fasst den Entschluss ihren Mann anzurufen, um ihm mitzuteilen, dass er, wenn er Probleme mit ihr hat, dies mit ihr selbst ausmachen und nicht über die Kinder ausleben soll. Sie ist stolz auf sich, dass sie überhaupt in der Lage ist, so zu reagieren. Mittlerweile kennt sie sich gut und weiß genau, wie sie reagiert, wenn jemand anderes versucht, eine ihr nahestehende Person anzugreifen. Dann wehrt sie sich. Leider kann sie diesen Abwehrmechanismus zu ihrem eigenen Schutz noch zu wenig einsetzen, doch zum Wohle anderer geht das sehr gut.

Die Zeit vergeht und ihr Mann versucht alles, um sich bei ihr bemerkbar zu machen. Er möchte, dass sie Mitleid mit ihm hat und zurückkommt. Doch das wird ihr mit Sicherheit nicht einfallen. Je mehr er merkt, dass es ihr Ernst ist, desto eher lässt er auch in Teilen los. Er sucht sich eine neue Partnerin und findet auch schnell eine Frau, die sich auf ihn einlassen will. Immerhin hat er eine besonders gute Ader, andere auf sich aufmerksam zu machen. Seine Mitleidstour: „Ich bin verlassen worden und weiß gar nicht, warum“, zieht, so dass er Interesse bei Frauen weckt, die selbst errettet werden wollen. Ich erkläre es dir einmal kurz, wie das funktioniert: Wenn wir selbst nicht bereit sind, an uns zu arbeiten, suchen wir unseren Heiler im Außen.

Das heißt, unser inneres Schlichtungsteil, der innere Heiler, ist nach Außen gerichtet und sucht Menschen/einen Menschen, der errettet werden will, in der Hoffnung, dass dann die errettete Seele uns rettet. Doch zumeist geht gerade diese Rechnung nicht auf. Schau dir dazu unsere Beispielperson an, die ist wohl kaum in der Lage, wirkliche Gefühle für einen anderen Menschen zu entwickeln. Wenn er noch nicht einmal in der Lage ist, ein Gefühl für seine Frau und seine Kinder zu entwickeln, wie soll er dies dann für eine ihm fremde Person tun können? Auch gerade die Masche, dass er sich über die Mitleidsschiene beliebt machen will, zeigt nur allzu deutlich, wie

kindlich er auf gewisse Bereiche reagiert. Nun gut, er wird seine Erfahrungen machen müssen, wie jeder andere auch.

Da er es gewohnt ist, durch weibliche Energie genährt zu werden, wird er alles dafür tun, um in den Köpfen der anderen weiterhin herumzuspuken. So natürlich auch bei seiner Frau. Jede noch so gering zu regelnde Sache, wird für ihn ein Anlass sein, sich im Streit auszuleben. Dann fühlt er sich wichtig und diese Phase möchte er nun wie immer genüsslich auskosten. So wird jede Kleinigkeit zu einer großen Sache, die nur Energie kostet. Doch seine Frau weiß, dass sie nichts daran ändern kann. Ihre einzige Chance ist, es locker mit der Sache umzugehen und keinen allzu großen Energieeinsatz zu investieren.

Sie ist klug genug so zu handeln, um sich aus seinen Klauen zu befreien. Sie geht diplomatisch vor. Da sie selbst stark bleibt, werden sich auch ihre Kinder gestärkt fühlen und sich nicht auf eine Ebene des Zwiespalts einlassen. Sie erleben die Mutter stark und klar, und können mit ihrer neuen Lebenssituation entsprechend gut umgehen. Als Scheidungskinder werden sie somit kaum Blessuren davon tragen. Die Scheidung selbst werden sie höchstwahrscheinlich als Lebenserfahrung verbuchen. Ganz anders ergeht es da Kindern, die als Spielball der Eltern benutzt werden und somit lange Zeit einer Zerreißprobe ausgesetzt sind. Schauen wir uns das aus einer anderen Perspektive genauer an.

Wir nehmen wieder unser Beispiel als Ausgangsposition: Die Frau weiß nicht so recht, wie sie mit der Trennungssituation umgehen soll. Sie fühlt sich absolut überfordert. All die Jahre musste sie viel Pein und Schmerz ertragen, nun kann sie sich nicht von heute auf Morgen regenerieren. Nein, sie braucht Zeit und sehr viel Ruhe. Doch letzteres hat sie leider nicht. Sie steht noch in einem direkten

Energieverbund zu ihrem Mann, obwohl sie mit ihren Kindern schon ausgezogen ist. Tief im Inneren hat sie Angst vor ihm und aus alter Gewohnheit heraus tastet sie ihn weiterhin täglich energetisch ab.

Du liest richtig, die beiden leben zwar nicht mehr unter einem Dach, haben jedoch einen tiefen Energieverbund zueinander und über diesen Energietransfer, der übrigens keine Entfernung kennt, spüren die beiden sich gegenseitig. Er spürt genau, dass sie sich lösen will. Doch genau das will er unter allen Umständen verhindern. Es liegt ihm fern sich von ihr zu lösen, immerhin hat er auch viel Nutzen aus der Beziehung gezogen. Vor allen Dingen weiß er aber auch, dass er bei vielen anderen unten durch sein wird, da ihn seine Frau verlassen hat, und das wiederum ist für ihn persönlich sehr unangenehm. So wird er innerlich sehr wütend auf seine Frau sein, da sie ihn angeblich in diese Lage gebracht hat.

Natürlich wird auch er zeitweise darüber nachdenken, was er alles falsch gemacht hat. Immerhin sind ihm seine begangenen Fehler nicht verborgen geblieben, doch weichen diese Gedanken sehr schnell, und er erinnert sich an erlebte Verhaltensweisen seiner Eltern, besonders seines Vaters und dies wiederum rechtfertigt in seinen Augen seine eigenen Umgangsformen. Nein, die Frau hat Schuld. Innerlich angeblich klar und wütend denkt er an sie. Sie spürt dies genau, obwohl sie ihn in dem Moment nicht sieht. Sie spürt ihn und reagiert auf die energetische Wutattacke mit Angst. Sie weiß sich nicht zu helfen und versucht sich abzulenken. Wüsste sie jetzt einige gedanklich ausgerichtete Übungen, wie sie mit der Situation verfahren könnte, würde es ihr bestimmt besser gehen. Doch leider spürt sie nur die negativ ausgesandten Energien und nimmt diese sogar auf. Sie glaubt sich leider selbst zu wenig, so dass sie unbewusst darauf reagiert.

So passiert genau das, was schon seit Jahren läuft. Er kompensiert seine Aggressionsenergie über sie und reinigt sich energetisch dabei. All der Schmutz und die Belastung bleiben bei ihr und belasten sie erneut. Er spürt genau, dass es ihm besser geht, grinst sich einen und lehnt sich entspannt in seinem Sessel zurück. Sie versucht ihren Kindern mit einem verkniffenen Lächeln Abendbrot zuzubereiten, doch tief im Inneren trauert sie. Das spüren auch ihre Kinder und da die Mutter, die einzige ist, die sie am Leben erhalten kann immerhin ist sie nun alleinerziehende versuchen sie der Mutter zu helfen. Die Kinder spüren genau, wie es der Mutter geht und versuchen sie aufzumuntern, was ihnen auch in Teilen gelingt.

Der Mutter geht es wieder ein Stückchen besser. Das spürt auch der Vater und reagiert erneut. Wieder versucht er mit Aggression an sie zu denken, um ihr seine negativ geankerten Energien zu übersenden, doch diesmal geht der Deal nicht auf. Die Kinder schützen die Mutter, indem sie sie ablenken und das bewirkt, dass sie die Ladung geballter Energie kaum spürt und somit auch nicht empfängt. Was passiert dann? Die geballte Ladung Energie geht an den Absender zurück und nun spürt der Mann seine eigene Energie und tobt. Immerhin will er damit nichts zu tun haben. Er spürt, dass es seiner Frau gut geht und das lässt ihn noch wütender werden. Er überlegt taktisch, wie er sie wieder „kriegen“ kann. Dann kommt ihm die Idee und er will das Besuchsrecht der Kinder nutzen.

Er meldet sich bei seiner Frau, um einen Termin auszumachen, an dem er die Kinder sehen kann. Im Grunde genommen geht es ihm gar nicht um die Kinder, sondern nur um sich selbst. Seine Frau ist leicht wütend, als er ihr erklärt, dass er ein Recht auf die Kinder hat. Nun, die Gesetze sind so, sie kann nichts machen und Samstag wird er die Kinder holen kommen. Den Rest der Woche denkt sie immer wieder daran. Sie hat Angst, dass dieses Treffen ihren Kindern nicht

gut tun wird. Immerhin müssen die Kinder erst einmal zur Ruhe kommen, das können sie jedoch nicht, wenn der Vater sie sehen will. Mehr und mehr verbinden sich wieder die Energien zwischen ihr und ihrem Mann. Mehr und mehr spürt sie ihn wieder, allabendlich seine Wut, die gegen sie persönlich gerichtet ist. Innerlich ergibt sie sich, sie lässt es über sich ergehen, in der Hoffnung das es die Kinder dann weniger treffen wird. Er spürt das genau und kann sich wieder über sie laben.

Dann ist Samstag, wie abgesprochen steht er Punkt zehn Uhr auf dem Parkplatz, um die Kinder abzuholen. Den Kindern ist dieses Treffen auch unangenehm, doch sie fügen sich. Er begrüßt sie freundlich und blickt gleichzeitig nach oben, in der Hoffnung, dass er wieder genug Zuschauer hat besonders seine Frau sieht ihn, die seine intensive Begrüßung auch wahrgenommen hat. Nun ist er ihr durch die Kinder wieder ein Stückchen näher. Er unternimmt einiges mit den Kindern und hat seine Energien gut unter Kontrolle. Keine Wut, keine Aggressionen, die Kinder atmen erleichtert auf. Doch eins lässt er bewusst seine Kinder spüren er ist einsam und traurig und wünscht sich doch so sehr seine Kinder und somit seine Familie zurück. Geschickt fädelt er das Gespräch ein, in der Hoffnung das seine Kinder seinen inneren Schmerz zu ihrer Mutter tragen. Alle sollen wissen, wie er leidet. „Immerhin hatte doch keiner einen echten Grund mich zu verlassen“, denkt er und leidet laut weiter vor sich hin.

Die Mutter hingegen wartet sehnsüchtig auf ihre Kinder. Die ganze Zeit ist sie energetisch dabei. Sie traut ihrem Mann nicht und hat Angst, dass er die Kinder einschüchtern könnte. Immerhin geht es den Kindern nach dem Umzug immer noch nicht gut, zu viel müssen sie noch verarbeiten und auch verdauen. Das geht nicht von heute auf Morgen. Dann endlich es ist fünf Uhr, sie schaut besorgt nach draußen und sieht sein Auto vorfahren. Sie beobachtet, wie die Kinder

aus dem Auto steigen. Er verabschiedet sich freundlich, die Kinder gehen zur Türe, ohne sich noch einmal umzudrehen. „Endlich sind sie da“, denkt sie und öffnet freudig die Tür. Sie schließt ihre Kinder in die Arme und spürt auch gleichzeitig, dass die beiden ganz gut belastet sind. Die Worte des Vaters haben ihre Wirkung getragen.

Die Kinder fühlen sich nun schuldig und können mit dem Entschluss der Mutter ausziehen nicht mehr so einfach umgehen. Natürlich haben die Kinder einen energetischen Verbund zu ihrem Vater. Keiner kann seine Herkunft verleugnen und somit empfinden Kinder immer sehr viel für ihre Eltern. Solange ein Elternteil etwas tut, was er für richtig hält, solange brauchen die Kinder sich keine Sorgen zu machen. Kommen sie jedoch mit dem anderen Elternteil in Kontakt, welches die Handlungen gar nicht befürwortet, sondern im Gegenteil noch darunter leidet, werden die Kinder sich unsicher und auch ein wenig schuldig fühlen.

All diese Gefühle nimmt die Mutter wahr. Sie spürt: „Er hat immer noch Einfluss auf uns und er wird nicht ruhen, bis er es geschafft hat, uns weiterhin einsperren und einengen zu können.“ Sie weiß sich keinen Rat mehr. Just in diesem Augenblick ruft auch noch ihr Mann an, um auch ihr mitzuteilen, wie er sich nun fühlt. Er ist alleine und will, dass sie zurückkommt. Er schiebt die Kinder vor und macht ihr Vorwürfe, wie es den Kindern geht. Der eine sieht so aus und der andere so. Egal, welche Gründe er auch benennen mag, er wird sie auf jeden Fall emotional treffen. Tief im Inneren hat sie Angst einen Fehler gemacht zu haben, unter dem ihre Kinder leiden könnten. Wenn nun auch noch der Vater sagt, dass er der Meinung ist, den Kindern gehe es schlecht, wird sie sich auf eine Art und Weise angesprochen fühlen, die es ihr nicht gerade einfach macht, ihren Entschluss des Weggangs noch zu festigen. Nein, im

Gegenteil, nun ist sie auch noch emotional getroffen und versinkt symbolisch in den Erdboden.

Er hingegen freut sich. Er spürt, dass er sie emotional getroffen hat. „Die mache ich fertig“, denkt er und überlegt genüsslich, wie er weiter vorgehen kann. Je nachdem, wie weit er sich jetzt strategisch vorwärts traut, kann es sogar sein, dass er sein Ziel erreicht und sie irgendwann davon überzeugt, dass sie zurückkehren muss. Es gibt genug Frauen, die entgegen jeder Logik zu ihrem Peiniger zurückkehren. Warum? Sie können innerlich nicht anders. Sie sind ihm hilflos ausgeliefert. Schon alleine aus der Kindheit gewohnt sich einem Mann unterzuordnen, suchen sich diese Frauen zumeist Männer, die sie wieder in die gewohnte Rolle pressen. Egal, welche Versprechen der Mann auch abgeben wird, er wird keines davon halten können. Immerhin ist er innerlich kalt. Er hat kein Mitgefühl und es wird ihm egal sein, was ein anderer fühlt oder empfindet. Er ist nur auf sich selbst bedacht und das zumeist mit einem inneren Rechtsempfinden, das auch so manchen Richter überzeugen wird.

In unserem Beispiel vertraut sich die verzweifelte Frau in ihrer inneren Hilflosigkeit einer Freundin an, die Rat weiß. Sie kennt eine Therapeutin, die ihr weiterhelfen kann. Gesagt, getan. Die Therapeutin hilft ihr, ihre innere Kraft und Stabilität wiederzufinden. Natürlich wird sie noch einige Monate Zwist vor sich haben. Doch da sie weiß, mit wem sie darüber reden kann, kommt sie mit der Situation einigermaßen gut klar. Irgendwann hat der Spuk ein Ende und sie kann sich emotional von ihrer Leidensstruktur und dem äußerlich verkörperten Leid, in Form ihres Mannes, lösen. Sie ist stolz auf sich, diesen Weg gegangen zu haben.

Ja, und die Kinder, die werden es ihr danken. Kinder, die zwischen beiden Partner stehen müssen, werden immer versuchen zu vermitteln.

Sie sind mit der ungeklärten Kommunikation beider Elternteile selbst absolut überfordert. Zumal ein Elternteil erwartet, über sie Informationen des anderen Elternteils vermittelt zu bekommen. Somit werden Kinder als Sprachrohr missbraucht, was sie dann auch schnell spüren werden. Kinder brauchen oftmals den Kontakt zum anderen Elternteil, damit sie sich auch in ihrem Leben orientieren können. Und jeder Elternteil, der die Kinder sehen will, sollte sich klar darüber sein, dass diese Zeit nur für die Kinder und den Erwachsenen gelten. Kinder haben nichts mit dem Zwist der Eltern zu tun. Mit dieser Einstellung können auch Kinder, die eine Trennung der Eltern erlebt haben, gut leben und werden es ihren Eltern danken. Solange sich die Eltern über sich selbst klar sind, desto klarer und besser für die Kinder.

Scheidungskinder sind somit oft Kinder, die von den Eltern zum Zwecke des Ehestreites benutzt werden. Sie werden innerlich zerrissen und sollen sich für einen Elternteil entscheiden. Doch genau das können sie nicht. Sie lieben beide. Egal, wie die Eltern auch sein mögen, Kinder lieben ihre Eltern, das ist ein Naturgesetz. Jeder Elternteil sollte sich nach einer Trennungsphase auch darüber klar sein, was dies für die Kinder bedeutet. Immerhin wollen die Kinder nur leben und hoffen, dass es ihren Eltern gut geht. Egal, welchen Weg die Eltern auch beschreiten werden. Kinder werden immer damit gut leben können, wenn die Eltern sich einig sind.

Sollte dein Kind einmal ein Scheidungskind gewesen oder immer noch sein, dann gewähre ihm therapeutische Hilfe, damit es lernt, dass die Themen, die es sich aufgeladen hat und unter denen es zu ersticken droht, zu den Eltern gehören und nicht zu ihm. Wenn das Kind dies verstanden hat, dann kann es sich befreien und wird sich wieder seines Lebens erfreuen können. Und ehrlich gesagt, wenn

unsere Kinder lachen können, lachen unsere inneren Kinder mit und was Schöneres kann es doch kaum geben.

Ein ewig währender Streit unter den Erwachsenen wird weniger bringen, als eine klare Trennung und die Gründung neuer Partnerschaften, die dann nach Verständnis der inneren Aufgabenlage auch zum Erfolg führen können. Kinder sind flexibel und lernwillig und werden auch bei beiden Elternteilen neue Partner akzeptieren. Dies jedoch nur, wenn auch die Eltern selbst den neuen Lebensweg des anderen respektieren. So einfach sind unsere Kinder. Wir Erwachsene machen es uns nur zumeist zu kompliziert und denken zu weit. Faustregel: Je klarer wir unsere eigenen Wege beschreiten, desto einfacher werden unsere Kinder unsere Fußspuren verstehen lernen.

# Energiemissbrauch

Was verbirgt sich hinter dem Begriff „Missbrauch“? Jeder Mensch, der einen anderen, einen Schwächeren, für seine eigene Zwecke benutzt, um sich stärker zu fühlen, um sich über dessen Energien zu bereichern, missbraucht die Energien des Schutzbefohlenen. Ein Mensch, der schwächer ist als wir selbst und darunter fallen besonders Kinder sollte durch die, die stärker sind, geschützt werden. Wenn zwei Menschen sich streiten, sollten sie zumindest gleich stark sein, sei es vom Geiste oder vom Körper her. Ist das nicht der Fall, ist einer dem anderen überlegen. Dann handelt es sich nicht mehr um ein Kräftemessen im üblichen Sinn, sondern rein um eine Bereicherung. Doch wie selten stellen sich heutzutage Menschen dem wirklichen Kampf. Viel öfter erleben wir, dass sie ihre Energien an Schwächeren auslassen und diese somit unterdrücken.

Schauen wir uns die Energie von ihrer Ursubstanz her an. Der Mann, somit alles Männliche um uns und in uns, hat kämpferische Energien. Er ist es gewohnt seine Kräfte zu messen. Er braucht den Kampf, damit er sich überhaupt in seiner Haut wohl fühlen kann. Heutzutage haben jedoch viele Männer ihre Courage verloren, fühlen sich innerlich gebrochen und schwach. Woher das kommt?

Schauen wir uns eine Generation vor uns an. Vor uns gab es einen lang andauernden Krieg, in dem viele Männer starben. Männer können kriegerisch kämpfen, um ihre Frauen und Kinder und auch sich selbst zu verteidigen. Ähnlich wie in der Tierwelt lauern auch auf uns Menschen Gefahren, denen wir uns stellen müssen.

Der Mann ist innerlich ausgerichtet zu kämpfen, er ist dazu in der Lage. Kriege zum Dienste anderer, die keine Gefahr darstellen, um diese zu entmachten, gehören jedoch nicht zu den kriegerischen Aufgaben eines Mannes. Dies ist jedoch gerade in der vorher lebenden Generation unserer Großväter passiert. Männer ließen ihr Leben, nur um anderen, die sich bereichern wollten, zu dienen. Sie ließen ihre Frauen und Kinder im „Stich“, die daraufhin auch erheblichen Schaden nahmen. Die Männer wurden durch die Abhärtung des Krieges immer härter und handelten eher wie Maschinen als wie Menschen. Sie verloren teilweise ihre Menschlichkeit. Da sie somit innerlich gegen sich lebten, hassten sie sich selbst. Das Resultat: Sollten Männer Frauen des angeblichen „Feindes“ begegnen, ließen sie all ihre Wut und ihren inneren Zorn gegen ihre eigene emotionale Vergewaltigung an diesen Frauen aus. Sie machten sich somit Luft und handelten noch unmenschlicher.

Doch was passiert mit all dieser Energie? Ist sie vergessen, abgegolten? Nein, sie steckt noch ein wenig in jedem von uns. Viele Männer haben heutzutage Angst davor, ihre Stärke zu leben. Angst dem Vergangenen wieder ähnlich zu werden. Angst Ähnliches erleben zu müssen. Und die Frauen? Viele Frauen haben Angst vor Männern. Trauen sich nicht ihre Weiblichkeit zu leben und unterdrücken sich selbst. Dies ist nur ein kleiner Einblick, warum so viele Männern heutzutage ihre verantwortungsvolle Männlichkeit noch nicht leben wollen. Doch werden wir in der Zukunft wieder aufatmen können: Die Generation, die wir ins Leben gerufen haben, kann sich schon

viel freier mit der Vergangenheitslast bewegen. Der Krieg und die damit verbundene Last wird bald ein Ende haben. Diesem Gedanken, lieber Leser, musst du nicht unbedingt folgen. Doch denke einmal persönlich darüber nach, was du empfindest, wenn du über den Krieg nachdenkst. Meines Erachtens steckt in jedem von uns noch etwas von dieser enormen Brutalität und dies hindert uns zumeist an einem freien und lockeren Leben.

Nun, was hat das mit Energiemissbrauch in der Familie zu tun? Männer, Väter, die sich innerlich gegen ihre eigene Männlichkeit stellen, brauchen ein Ventil, um all die geballte Energie wieder ablassen zu können. Das heißt im Klartext, sie unterdrücken ihre Energie, da sie keinem Schaden wollen, stauen diese und lassen sie dann unkontrolliert heraus. Hinterher haben sie ein schlechtes Gewissen, da der Schaden, den sie damit angerichtet haben, nicht unerheblich ist. Doch was brauchen sie, um sich entladen zu können? Eine weibliche oder kindliche Energie, die sie an ihre inneren Grenzen führt. Sie fühlen sich provoziert und entladen sich.

Nehmen wir dazu ein alltägliches Beispiel: Eine Familie mit zwei Kindern. Der Vater ist in sich und auch in seinem Beruf unzufrieden. Er fühlt sich nicht genug gewertet und wertet sich auch selbst nicht. Das hat zur Folge, dass er sich gegen sich selbst lebt. Da keiner ihn auf sein Problem anspricht und er selbst auch nicht die Bereitschaft in sich trägt, sich um seine Probleme zu kümmern, fühlt er sich innerlich unter Druck gesetzt. Immer wieder versucht er sich sein Leben schön zu reden, doch es klappt nicht. Mehr und mehr wird er unzufrieden, fühlt sich der Lebenssituation ausgeliefert und weiß nicht, was er mit sich und seinem Leben anfangen soll. Seine Frau versteht ihn auch nicht mehr und die Kinder leben in ihrer eigenen Welt. Mehr und mehr wächst in ihm das Gefühl, dass er sich wie in einem Gefängnis befindet. Er weiß nicht, wie er damit umgehen soll

und fühlt sich unter Druck gesetzt. Dass es sich hierbei um seinen eigenen Druck handelt, will er nicht wahrhaben. Und so passiert es, dass er die Meinung in sich trägt, als hätte die Welt sich gegen ihn verschworen. Natürlich stimmt das nicht, doch das kann er nicht ermaßen. Er fühlt sich halt so.

Somit hat seine Familie mit daran Schuld, dass er sich in einem Gefängnis befindet. Innerlich trauert er um die vergangenen Zeiten, in denen er noch Hoffnung hegte und sich auf sein Leben freute. Doch dann kam die Familie, das erste Kind, die ersten Sorgen. Mehr und mehr kümmerte er sich darum, um endlich sorgenfrei leben zu können. Doch genau das traf nicht ein. Immer mehr Sorgen kamen hinzu und dann auch noch das zweite Kind. Was nun? Noch mehr Sorgen, die ihn aufzufressen drohten. Mehr und mehr versteckte er sich in seinem inneren Kämmerlein. Wem sollte er sich anvertrauen? Den anderen ging es doch genauso.

Ein Mann braucht das Gefühl gut und wertvoll zu sein. Er braucht den Kampf, die tatsächliche Auseinandersetzung, um sich gut zu fühlen. Lebt er diese Aspekte nicht aus, dann verweichlicht er und wird sich immer mehr unwohl fühlen. Da er sein eigenes „Elend“ nicht länger sehen will, sieht er den Spiegel, der um ihn herum lebenden Schwächeren, die sich ihm in den Weg stellen. Die sind Schuld, dass er sich nicht leben kann. Immerhin muss er sich um alles mögliche andere kümmern, da bleibt kaum noch Zeit für ihn selbst. Und so wächst seine Wut gegenüber sich selbst, mit dem Blick auf seine Familie. Und die Person, die ihn am stärksten an seine eigene Schwäche erinnert, wird für ihn zum Opferlamm, damit er sich in dieser Beziehung wenigstens ein wenig männlich fühlen kann. Seine Wut wächst und die Familie spürt die geballte Energie, die auf sie herabzusinken droht. Die Gefahr ist spürbar und sichtbar und wird

in den Herzen der anderen immer mehr dem Gefühl der Liebe und Zuneigung weichen.

Er wird sich besonders ein Familienmitglied aussuchen, mit dem er sich streiten kann. Die Familie wird versuchen sich zu schützen und je mehr diese Schutzenergie im Raum spürbar wird, desto mehr fühlt sich sein männlicher Teil aufgerufen zu kämpfen. Ein Beispiel für dieses Phänomen sind Hunde: Hunde reagieren auf Angst mit Angriff. Sie spüren die Energien des Gegenübers und fühlen sich angegriffen. Sie nehmen somit keine Angst sondern emotionalen Angriff wahr und reagieren darauf. Genauso ist es bei unseren Urinstinkten. Wir schalten hierbei oftmals den Kopf aus und begeben uns auf eine Ebene, die wir bewusst niemals ansteuern würden. Das heißt, der Mann in unserem Beispiel fühlt sich durch die Angst seiner Familienmitglieder angegriffen und wehrt sich. Egal was seine Familie nun unternehmen wird, er wird sich wehren und die Energien werden immer heftiger.

Würde er nun erwachsen reagieren, dann würde er dem Geschehen sofort Einhalt gebieten und damit aufhören, seine Familie zu tyrannisieren. Noch einmal um es zu verdeutlichen: Ein Mann, der sich durch die angstvolle Energie seines Umfeldes angegriffen fühlt, wehrt sich. Wenn die Familie sich dann aus dieser Angstenergie befreit, wird auch er ein wenig zur Besinnung kommen. Sollten sich täglich solch heftige Energiekämpfe in einem Haushalt abspielen, wäre zumindest eine Trennung auf Zeit eine Möglichkeit, um dem Ganzen ein wenig Luft zu schaffen. Immerhin schadet dieser Zustand allen Personen, die damit zu tun haben und das kann es nicht sein. Diese Energieballung kann sich von selbst nicht wieder lösen. Ein Mensch, der sich auf eine solche Disharmonie einlässt und sich nicht mehr unter Kontrolle hat, muss sich lösen, damit er einen anderen Einblick bekommen kann.

Wir sollten jedoch berücksichtigen, dass wir einen solchen Zustand jederzeit verändern können, wenn wir die Muster erkannt haben und diese auch wandeln wollen. In einem solchen Fall ist es bestimmt ein weiter Weg, bis Ruhe einkehren kann. Nichtsdestotrotz lohnt es sich. Ob die Familie jedoch nach so viel erlebtem Schmerz jemals richtig wieder zusammenwachsen kann, ist fraglich. Doch jeder muss seine Lernerfahrungen machen und keiner darf sich auf Kosten anderer ausruhen. Und somit beschäftigen wir uns nun mit dem bewussten Missbrauch.

Wir erleben es oft, Kinder werden zum Vorteil für die Eltern missbraucht. Dies kann verschiedene Formen annehmen. Beispielsweise: Wenn die Mutter ihren Sohn als Partnerersatz missbraucht, da sie sich mit ihrem realen Partnerleben nicht auseinandersetzen will, dann geht sie ihm symbolisch an die „Wäsche“. Das heißt, sie aktiviert seine partnerschaftlichen Energien, die bei einem kleinen Kind noch schlummern, um ihn sich gefügig zu machen. Dann spürt sie seine Kraft und Unterstützung. Er muss jederzeit für sie da sein. Der Unterschied zum wirklichen Partner ist dann der, dass das Kind sich nicht beschwert, sondern sich in sein Leid fügt. Woran wir einen solchen Missbrauch feststellen können? Die Mutter umklammert ihren Sohn und sieht ihn nicht mehr als Sohn sondern als emotional verbundenes Eigentum.

Oftmals spielen dabei auch sexuelle Fantasieenergien eine Rolle. Das heißt, es läuft ein sexuell gesteuerter Energietransfer zwischen Mutter und Sohn ab, der jedoch nicht körperlich gelebt werden muss. Doch beide wissen, dass es so ist. Sollte der Sohn sich dieser Rolle über seinem 13. Lebensjahr hinaus fügen müssen, ist er partnerschaftlich besetzt und kann sich auf keine „neue“ Partnerschaft mehr einlassen. Sollte auch der Kopf Ausschau nach einer Freundin halten, wird sein Gefühl ihm einen Strich durch die Rechnung machen. Er ist

dann nicht in der Lage eine solche Ebene zu leben. Er ist nicht mehr partnerschaftsfähig. Die Mutter braucht ihn nur gedanklich zu rufen und schon muss er reagieren.

Sollte er sich dann auch noch mit einer Liebesgespielin auf der sexuellen Ebene austauschen wollen, geht er symbolisch fremd und wird kein „sauberes“ oder klares Gefühl zu seinen Handlungen haben können. Doch wie so oft wird auch ein solcher Mann eine Frau finden, die ihn haben möchte. Der Kampf mit der Schwiegermutter um den Mann/Sohn wird dann unübersehbar sein. Doch letztlich und das sollte man wissen, wenn man sich auf eine solche Beziehungsebene einlässt, gewinnt die Mutter und nicht die Freundin/Frau. Die Mutter besetzt die Rolle der Erstfrau und die wird immer spürbar bleiben. Zumindest solange, bis der Sohn seine Mutter endlich verarbeitet und sich von ihr auf dieser ungesunden Ebene gelöst hat, dann ist der Spuk vorbei und alle Wogen sind geglättet. Dies passiert übrigens öfter, ist somit kein Einzelfall.

Andersherum gibt es jedoch auch viele Männer/Väter, die ihre Töchter missbrauchen. Ein Mann braucht weibliche Energie, um sich wohl zu fühlen. Natürlich findet er diese Energien in sich, doch das ist ihm zumeist nicht bewusst. So schaut er auf seine Frau und fühlt sich eine Weile genährt. Doch dann kommen die Kinder und die Frau muss ihre Energie auf die Kinder lenken. Ja, und die Kinder, die strotzen vor Energie. Wenn der Vater sich nun mit der ganzen Situation überfordert fühlt, kann es sehr wohl sein, dass er sich innerlich von seiner weiblichen Energie abgespaltet hat. Dann schaut er auf seine Frau, die ist jedoch mit den Kindern beschäftigt und kann ihn nicht noch mit ernähren. Er schaut auf seine Tochter und sieht sie in ihrer ganzen Energie strahlen.

Kleine Mädchen haben absolut weibliche Energien, die sie wie ein Schutzfilm umgeben. Kaum einer vermag diesen Schutzmechanismus zu durchbrechen, es sei denn mit brachialer Gewalt oder durch eine Person, die das Kind absolut liebt. Und ein Vater wird von seinem Kind geliebt. Das ist Gesetz und so spürt der Vater die Energie seiner Tochter und neidet ihr ihre Unschuld und Unbeschwertheit. Er trauert über sein Dasein und fühlt sich mehr und mehr mit seinem Leben überfordert. Dann kommt er auf die Idee, einen Teil dieser Unbeschwertheit seiner Tochter zu entwenden. Immer dann, wenn er in ihrer Nähe ist, fühlt er sich leicht und locker; das tut ihm gut und so überlegt er, was er tun kann. Er kommt seiner Tochter immer näher und gerade auch dann, wenn sein innerer Druck besonders groß ist. Dann lässt er sich von ihr trösten und fühlt sich gleich ein wenig befreiter.

Und seine Tochter will den Papa trösten, immerhin will sie, dass es ihm gut geht. Er soll doch nicht leiden, denkt sie und das ist für sie besonders wichtig. Sie gibt ihm immer wieder Energie, teilweise unbewusst beobachtet sie ihn, um ihn mit ihrem Lächeln ein wenig von der Lebenslast zu lösen. So versucht sie alles, um ihn aufzumuntern. Der Energiekontakt zwischen den beiden wird stärker. Wenn es ihm schlecht geht, denkt er an seine Tochter, die empfängt sein Signal und wird ihm Energie geben. Er nimmt diese auf und fühlt sich wohl. So hat er sich diese unaufgeforderte und permanente Aufmerksamkeit immer schon von seiner Frau gewünscht und dann wechselt das Bild der Tochter in eine reife weibliche Persönlichkeit. Er sieht nicht mehr die kindliche Tochter, sondern eine reife, kleine Frau, die sich um ihn kümmert. Das wiederum erinnert ihn an seine Mutter und sein inneres Kind fühlt sich angesprochen. Er fühlt sich in ihrer Gegenwart absolut wohl. Mehr und mehr weichen seine Probleme und er fühlt sich leicht und unbeschwert fast schon ein wenig kindlich.

Das Kind, seine Tochter wird immer mehr in die Rolle der Verantwortung gedrängt. Noch mag ihr dieses Spiel vielleicht gefallen. Immerhin ist sie für den Papa besonders wichtig und wertvoll, und das ist für sie selbst wiederum interessant. Die Mutter wird mit höchster Wahrscheinlichkeit das Energiespiel zwischen ihrem Mann und ihrer Tochter bemerken. Doch leider treten in einem solchen Fall zumeist Rivalitätskämpfe auf. Die Mutter spürt die Tochter mehr als Partnerin ihres Mannes und wird entsprechend abweisend reagieren.

Die Tochter wiederum, die sich bei weitem nicht bewusst zwischen ihre Eltern stellen wollte, kann mit der nun bestehenden Situation schlecht umgehen. Doch was soll sie tun? Der Vater will, dass sie die Rolle seiner „kleinen Frau“ übernimmt und die Mutter reagiert eifersüchtig und abweisend. Doch gerade mit mütterlicher Abweisung kann kein Kind gut umgehen. So wird das Kind versuchen, der Mutter näher zu kommen, was jedoch nicht ganz einfach sein wird. In unserem Fall will die Mutter sich auf einen energetischen Verbund mit ihrer Tochter nicht mehr einlassen. Die Tochter wiederum kann damit schlecht umgehen und wird sich noch mehr mit dem Vater verbinden. Immerhin erlebt sie in diesem Verbund die Liebe und Zuneigung, die sie braucht.

Der Verbund zwischen Tochter und Vater wird inniger und der Vater sehnt sich immer stärker danach, mit seiner „kleinen Frau“ zu verschmelzen. Nun spielen auch sexuelle Emotionen eine Rolle. Zuerst in Gedanken und dann kommen die ersten Übergriffe. Wie das passieren kann? Der Mann reagiert auf die weiblichen Energien und macht genau das, was in ihm steckt: Er verführt seine Partnerin, um einen Energieaustausch vorzunehmen. Wenn ein Mann sich sexuell mit einer Frau einlässt, dann will er ihre Energien spüren und einen energetischen und körperlichen Transfer vornehmen.

Durch den Sexualakt und auch gerade den Orgasmus der Frau, erhält der Mann weibliche Energien, die ihm ein Gefühl des Vertrauens und der Geborgenheit schenken. Sollte ein Mann sich mit einer Frau einlassen, die keinen Orgasmus bekommt, wird er symbolisch betrachtet leer ausgehen. Also, eine befriedigende Sexualität kann er nur erlangen, wenn er sich emotional mit seiner Partnerin auch einlässt und einen wirklichen und wahrhaftigen Energietransfer erlebt.

Nun wieder zum Vater: Er will sich energetisch mit seiner Tochter austauschen und dafür scheint ihm wohl alles recht zu sein. Er nähert sich seiner Tochter und versucht sie sexuell zu verführen. Anfänglich wird die Tochter sich in Teilen noch darauf einlassen, immerhin handelt es sich um ihren Vater, der ihr doch nichts Böses antun kann, denkt sie. Doch dann zeigt der Vater sein wahres Gesicht. In seinem sexuellen Rausch überschreitet er Grenzen, die er niemals überschreiten dürfte. Das Kind spürt dies und fürchtet sich. Es erlebt nun nicht nur einen energetischen, sondern auch gerade einen körperlichen Missbrauch. Es wird zum sexuellen Willensobjekt des Vaters. Ohne Schuld und Gnade befriedigt er sich an seiner Tochter, ohne an die Folgen zu denken.

Das Kind wird dieses Erlebnis ohne therapeutische Hilfe niemals verarbeiten können. Es fühlt sich leer und schmutzig. Die negativen Energien des Vaters haben ein großes Loch in die Schutzhülle, die Aura, des Kindes gerissen. Es wurde seiner Kindlichkeit beraubt. Es fühlt sich als ein halber Mensch. Nichts mehr in ihm ist an seinem Platze. Das Kind ist verletzt und wirkt apathisch. Eine solche Verletzung wird das Leben des Kindes nachhaltig verändern. Und der Vater, wie wird er damit umgehen? Da er es so weit hat kommen lassen, muss er sich der Situation stellen. Doch das wird er wahrscheinlich nicht tun und die weiblichen Energien, ausgesandt von der Tochter, für seinen Übergriff verantwortlich machen. Somit

erfährt das Kind, das eh schon willenlos ist, dass es auch noch Schuld an dem Vorfall hat. Das wiederum wird es noch mehr resignieren lassen.

Da es zumeist bei einem Übergriff nicht bleibt, wird das Kind immer stärker und auch dominanter in das Sexualleben des Vaters eingebunden. Fast wie bei einer Sklavin geht es jetzt nur noch um die Befriedigung des Vaters. Der Ausgangspunkt, das Erhaschen der weiblichen Energie, ist nun in den Hintergrund gerutscht. Der Vater wird sich immer weiter des Kindes bedienen und versuchen, seine sexuellen Praktiken dem Kind „schmackhaft“ zu machen.

Er will dem Kind die Lust vermitteln und wird versuchen, es so weit zu stimulieren, dass es selbst einen Orgasmus erlebt. Dies wird dann auch passieren, da auch schon kleine Kinder eine Art Orgasmus erleben können. Da das Kind nun selbst eine Art Lust erfahren hat, die Schuld und Verantwortung für diese Taten in sich trägt, wird es sich noch willensloser fühlen. Es gibt sich innerlich auf, wird sich bekämpfen und alles dafür tun, um sich, beziehungsweise die dunkle Seite in ihm, zu vernichten. Dies hört sich jetzt schrecklich an, ist jedoch oftmals Realität.

Natürlich gibt es eine Reihe von anderen Fällen, die sich auch anders aufgebaut haben. Dies ist nur ein Ausschnitt, eine Möglichkeit, die jedoch keinen Bestand haben muss. Viele Einzelfälle lassen einen immer wieder erschrecken. Tatsache ist jedoch, dass es Kindesmissbrauch gibt und der sollte endlich ernster genommen werden. Wie oft begegnen wir Kindern, die uns durch ihren Blick über ihr Leid einiges mitteilen wollen. Wer reagiert noch darauf, wenn er in fast tote Augen schaut? Wie können wir einen Missbraucher enttarnen? Immerhin sehen wir Menschen, die ihre Taten nicht auf der Stirn

geschrieben haben. Und wer möchte schon gerne seine Leichen im Keller offiziell zur Schau stellen?

Doch was wird aus all den Kindern, die der seelischen und körperlichen Gewalt von Erwachsenen ausgeliefert sind? Sie müssen damit leben und sie werden sich einen Weg suchen, wie sie damit umgehen können. Natürlich werden sie ihre Vergangenheit und gerade die nicht verarbeiteten Erlebnisse aus der Kindheit nicht einfach auslöschen können. Nein, die dunklen Seiten in den kleinen Wesen werden kräftig im zukünftigen Leben des Erwachsenen mitmischen. Doch damit der Missbrauch nicht ewig währt und wir nicht immer wieder durch andere Missbraucher an den inneren, nicht verarbeiteten Schmerz erinnert werden müssen, brauchen wir Therapie, die uns hilft, die alten Schmerzen zu heilen, damit wir endlich wieder eins sind. Eins mit unserem Körper, unserer Seele und unserem Geist. Frei von Fremdbestimmungen, entfernt von der inneren Sklaverei, die uns weiterhin beherrschen will.

Es gibt immer einen Weg aus dem Sumpf herauszugehen. Wir müssen uns nur trauen, ihn zu beschreiten. Und damit alle diejenigen, die sich mit Sicherheit durch die oberen Zeilen emotional angesprochen gefühlt haben, nicht weiterhin in ihrer Depression und Hilflosigkeit versinken, beschäftigen wir uns nun mit Therapiemöglichkeiten, den Heilungschancen und somit dem Weg aus dem Missbrauch heraus.

## Der heilende Weg der Befreiung

Um uns dies noch einmal vor Augen zu führen: Ein Kind, welches missbraucht wird, verdunkelt seine Energien und übt einen Energietransfer mit dem Missbraucher aus. Das heißt, der Missbraucher erhält reine und saubere, strahlende Energie und übergibt seine negativ geladene. Das Kind wird beschmutzt und mit negativer Energie überschüttet. Der Missbraucher wird heller und fühlt sich sauberer. Er wäscht seine Hände in göttlicher Unschuld.

Jedes Kind ist sensitiv und spürt diese klebrige Energie, die es nun nicht mehr so einfach abstreifen kann. Sollte der Mann in der Nähe des Kindes sein oder an das Kind denken und sich dabei sexuell stimulieren, wird das Kind automatisch erneut einen Energietransfer erleben. Es ist dem Täter von nun an schutzlos ausgeliefert. Diesem Zustand muss zuerst ein Ende gesetzt werden. Das Kind/der heutige Erwachsene muss lernen sich zu schützen. Solange er den Missbrauch immer noch in sich trägt und nicht gelernt hat seine Freiheit zu leben, solange wird er immer wieder in seinen inneren Gefängnismauern aufwachen.

Erst wenn der Erwachsene lernt, sein inneres Kind zu schützen, ist er in der Lage, sich dem erlebten Missbrauch zu stellen. Dann erst wird er verstehen lernen, dass es keinen Menschen in seiner Umgebung mehr geben darf, der ihn einfach zu seinen eigenen Zwecken missbrauchen kann. Das ist der Weg und den schauen wir uns jetzt einmal genauer an.

Wir nehmen einen seelisch, und auch körperlich erlebten Missbrauch, der in der Kindheit nicht aufgearbeitet wurde. Die Energie des Missbrauchs ist somit in der Person als unverarbeitetes Erlebnis noch gespeichert. Da wir uns zumeist den Erlebnissen der Kindheit freiwillig nicht stellen wollen, passiert es häufig, dass wir versuchen, diese zu verdrängen und meinen nun, einen anderen Lebensweg beschreiten zu können. Was wir dabei nicht vergessen sollten ist, dass wir alles das, was in uns ist, nicht einfach mal eben begraben können.

Nein, die inneren Leichen werden sich immer wieder zu Wort melden, bis wir sie bearbeiten und die Erlebnisse in Frieden begraben können. Doch wie melden sie sich zu Wort? Sie spuken immer wieder in unserem Leben herum und versuchen ein Mitspracherecht zu erhalten. Sie mischen sich stetig regelrecht in unser alltägliches Leben ein. Und damit wir sie nicht vergessen, suchen sich missbrauchte Energieanteile äußere Missbraucher, damit uns unser erlebter Missbrauch auch wieder bewusst wird.

Würden wir uns jedoch dann nur der momentan wichtigen äußeren Streitsituation stellen, dann würden wir die inneren Missbrauchsanteile mal wieder nicht bearbeiten und das bedeutet, dass sich unsere inneren Spukgeister erneut ans Werk machen müssen, um eine neue Möglichkeit des neu zu erlebenden Missbrauchs zu inszenieren, damit wir mal wieder mit unserem inneren Schmerz konfrontiert

werden. Je weniger wir jedoch auf diese Ebenen eingehen wollen, desto stärker werden wir im Außen mit uns selbst konfrontiert.

Erst wenn wir lernen zu erkennen und auch zu wandeln, wenn wir uns unseren inneren missbrauchten Energieanteilen stellen, erst dann brauchen wir keine äußeren Missbraucher mehr zu erleben, die sich an uns bereichern können. Also wenn wir ein besseres, einfacheres Leben leben wollen, können wir dies nur erreichen, indem wir ehrlich zu uns selbst sind und uns trauen mit einer leuchtenden Laterne zu unseren inneren Dämonen hinab zu gleiten.

Was sind unsere inneren Dämonen? Je mehr wir negative Erlebnisse, die wir nicht bearbeitet haben, noch in uns tragen, desto mehr werden wir diese ungeliebten Energien in uns begraben wollen. Da jedoch alles, was in uns ist, lebt, können wir diese nicht einfach totschrveigen. Sollten wir dann versuchen, diese unliebsamen Aspekte lebendig zu begraben, werden wir auch keine Chance haben inneren Frieden zu finden.

Diese Energien werden sich nicht unterdrücken lassen, sondern bilden eine Art Eigendynamik, ein Eigenleben, was mit unserem bewussten Leben zumeist nicht viel gemein haben muss. Sie werden sich immer wieder zu Wort melden. Da nützen positive Gedanken oder Sprüche wenig, sie werden sich immer wieder einmischen und dafür Sorge tragen, dass es ihnen besser geht. Denn besser gehen wird es ihnen immer dann, wenn sie bei uns Gehör gefunden haben, egal, welchen Weg sie dafür beschreiten müssen.

Ein einfaches Beispiel dafür: Vieles in deinem Leben läuft rund und gut. Nur dann auf einmal hast du Probleme mit deinen Nachbarn. Ein kurzer Augenblick und vorbei ist es mit der Ruhe. Du fühlst dich verfolgt, belastet und unwohl. Du hast keine andere Wahl

mehr, du musst dich nun, mit der für dich, so unangenehmen Sache beschäftigen. Warum? Ganz einfach, Deine Schattenanteile haben dafür gesorgt, dass es dir wieder gut geht und nun musst du dich kümmern. Du kümmerst dich zwar um den anderen/den Nachbarn, doch eigentlich bist du betroffen, da du deine inneren Schattenanteile so deutlich und wahrhaftig auf einmal wieder spürst.

Nicht der Nachbar kann dich so in Beschlag nehmen. Nein, das meinst du nur. Er ist lediglich das äußere Bild deiner inneren Dämonen, die dich in Beschlag nehmen wollen, damit du dich um die Altlasten kümmerst. Und da du nur auf den Nachbarn blickst, hast du kaum eine Chance die innere Wahrheit zu sehen. Würdest du nun mehr auf dich selbst Acht geben, dann könntest du dich emotional von dem Nachbarn lösen und dich auf das Wesentliche, dein inneres Ich und deine inneren Schmerzen konzentrieren. Das, worum es eigentlich geht.

Die inneren Schattenanteile machen sich bemerkbar und wollen die komplette Aufmerksamkeit, damit sie endlich ihren inneren Frieden finden können. Somit dient der Spuk letztlich nur dazu, dass die alten Themen endlich bearbeitet werden können. Doch wie sollen wir diese bearbeiten, wenn wir innerlich davor Angst haben uns damit zu beschäftigen? Dies ist eine gute Frage. Eine Antwort darauf können wir leicht bekommen, wenn wir uns unser Schmerzverhalten vorstellen. Dazu nehmen wir das Beispiel einer Schwangerschaft: Je weiter die Schwangerschaft voranschreitet und je näher die Geburt des Babys heranrückt, desto mehr verändert sich unser Schmerzempfinden. Wir nehmen Schmerz später ganz anders wahr und können uns auf das zukünftige Ereignis einstellen. Genauso funktioniert dies mit den inneren Schattenanteilen, auch hierbei werden wir immer mehr an den Schmerz heran geführt, bis wir die Bereitschaft haben, uns unserem inneren Schmerz zu widmen. Das heißt im Klartext,

solange wir nicht bereit sind, uns unseren inneren Schattenanteilen zuzuwenden, solange haben wir keine andere Wahl, als über äußere Lebenssituationen an unser inneres Schmerzgeschehen heran geführt zu werden. Somit werden unsere Erlebnisse immer härter, bis wir bereit sind, genau hinzuschauen.

Oftmals befinden sich Menschen in richtigen Lebenskrisen, tapsen von einem Fettnäpfchen ins nächste und wundern sich, warum ihnen das passiert. Auf die Idee, dass sie selbst dafür verantwortlich sind, kommen die wenigsten. Immerhin schmieden wir unser eigenes Leben, nur wer in uns für welche Form der Spielvariante verantwortlich ist, das vergessen wir zumeist. So passiert es häufig, dass wir vergessen, dass nur wir selbst für unser Leben verantwortlich sind. Uns mit dem äußeren Übeltäter zu beschäftigen, lenkt uns nur kurzweilig von unseren eigenen inneren Problemen ab, hilft uns jedoch absolut nicht weiter. Erst wenn wir bereit sind genau hinzuschauen, werden wir eine Möglichkeit der inneren Klärung finden. Und nun schauen wir uns an, was uns so alles widerfahren kann, wenn wir auf unsere inneren Stimmen, auch die aus dem Schattenreich, nicht hören wollen.

Sollte eine Person als Kind seelischen, körperlichen und/oder sexuellen Missbrauch erlebt haben und nicht bereit sein, sich dem Thema zu stellen, dann werden die missbrauchten Energieanteile in der Person dafür sorgen, dass sie permanenten Missbrauchern in die Arme läuft. Das muss aber bei weitem nicht auf derselben Ebene geschehen. Das heißt, eine Person, die sexuellen Missbrauch in der Kindheit erlebt hat, muss somit nicht weiterhin sexuell missbraucht werden. Die Missbraucher in ihrer Umgebung werden jedoch mit Sicherheit einen partnerschaftlichen Touch haben und ihr das Gefühl vermitteln, sie zu missbrauchen.

Ob das nun dann wirklich der Fall ist, mag einmal dahin gestellt sein. Aber immerhin wird die Person es so empfinden und auf der einen Seite sehr sensibel darauf reagieren, doch auf der anderen Seite auch blind sein. Sie wird sich immer wieder sehr schnell emotional missbraucht fühlen und mit Sicherheit auch solche Themen erleben, da sie diese magisch anzieht, solange bis sie innerlich bereit ist, sich ihrem getragenen Schmerz zu stellen. Dann werden die äußeren Missbrauchskonstellationen schlagartig enden und sie kann endlich durchatmen. Doch bis dahin wird es noch ein weiter Weg sein, immerhin bedarf es sehr viel Therapiearbeit, bis ein Missbrauch überwunden ist. Meist ändert sich danach das ganze Leben der Person und sie wird endlich wieder lachen können.

Ein sehr wichtiger Aspekt einer sexuell missbrauchten Person ist der, dass diese Person sich oftmals gar nicht lieben und annehmen kann. Der eigene Körper wird dabei zumeist abgelehnt und von daher ist ein innerer Zwiespalt da, der bei weitem keine einfache Lösung beinhaltet. Somit wird diese Person nach Auflösung der Problematik auch ein ganz anderes Körperbewusstsein und auch Gefühl für sich selbst bekommen. Ein missbrauchtes Kind entwickelt leider viel zu viele Antihaltungen gegenüber sich selbst. Somit braucht es auch lange, bis sich diese innere Abwehrhaltung Stück für Stück wieder auflösen kann. Woher diese ganze Abwehr kommt, ist klar: Das Kind muss lernen mit der Situation umzugehen und das ist besonders schwer, zumal die meisten Missbraucher ihre Opfer einschüchtern, bedrohen und ihnen sogar die Schuld für ihre eigenen Handlungen übertragen. Das Kind empfindet sich später nur noch als Fußabtreter, obwohl dies vom Täter mit Sicherheit so nicht gewollt gewesen ist.

Ich habe gerade im oberen Kapitel deutlich genug erklärt, wie sich eine solche Verbindung beispielsweise zwischen Vater und Tochter entwickeln kann. Der Vater geht in eine unverantwortliche Kindesebene

hinein und übergibt dem eigentlichen Kind die verantwortungsvolle Erwachsenenposition. Somit wird das Kind symbolisch von einem nicht verantwortungsvollen Kind in Gestalt eines erwachsenen Mannes missbraucht, welches das Kind für seine Handlungen noch nicht einmal zur Verantwortung ziehen kann. Und was machen wir, wenn wir nicht handeln können? Wir reagieren zumeist apathisch und begeben uns in die Situation hinein. Innerlich lösen wir uns von unseren eigenen Lebensstrukturen und lassen eine andere Person über uns regieren.

Stell dir vor, du lebst in einer anderen Zeitepoche und wirst für ein Vergehen, das du gar nicht begangen hast, verhaftet und eingesperrt. Ein Leben lang, für den Rest deines Lebens wirst du in einem Verlies festgehalten. Dein Leben ändert sich von einer Sekunde auf die nächste und du hast keine andere Wahl mehr, als diese Lebenssituation zu akzeptieren. Die meisten resignieren nach kurzer Zeit und versuchen mit der Situation umzugehen, damit sie überleben können. Doch nach kurzer Zeit wird man sich die Frage stellen, wofür man überhaupt noch leben soll? Was kann mir das Leben noch bieten?

Die Hoffnung auf Freiheit, auf Erlösung wird eine Art der Motivation sein, die die Person eine Zeit lang am Leben erhält. Doch dann wird auch dieser Hoffnungsschimmer mehr und mehr verschwinden und die Person wird sich ihrem Lebensschicksal hingeben. Irgendwann kommt die angebliche Erlösung, der Tod des Körpers. Doch auch wenn der Körper gestorben ist, ist die Seele noch lange nicht geheilt. Immerhin stellt der Körper lediglich „nur“ die Möglichkeit dar, dass wir uns in unserem Leben bemerkbar machen können. Der Seelenpein müssen wir uns dann immer noch stellen.

Ich möchte an dieser Stelle auch noch erwähnen, dass wir, sollten wir eine solch schwierige Handlung selbst am eigenen Leibe erfahren

haben, aus dieser Konstellation lernen müssen. Das heißt, wir alle haben unsere Lernaufgaben und müssen lernen damit umzugehen mit dem, was wir uns einst selbst auferlegt haben. Wir können mit unseren irdischen Augen kaum wahrnehmen, um was es sich hierbei handeln könnte. Doch muss sich jeder seiner inneren Konstellation stellen.

Auch möchte ich hier noch erwähnen, dass ein missbrauchtes Kind den Missbrauch zumeist nicht das erste Mal erlebt. Nein, es gibt mindestens zwei karmische Gründe, warum es das, aus dieser Perspektive betrachtet, erleben musste. Grund eins könnte sein, dass es sich bei diesem Kind selbst um einen früheren Täter handelt, der nun aus der Opferposition erfährt, wie es ist, so etwas erleben zu müssen. Die zweite Möglichkeit ist die, dass das Kind sich selbst vor längerer Zeit in eine Opferposition, egal aus welchen Gründen auch immer, begeben hat und nun durch den Missbrauch bewusst erkennen muss, dass es sich von dieser Thematik endlich lösen muss. Natürlich gibt es noch viele andere Möglichkeiten, doch ich wähle hier bewusst nur zwei aus, die häufiger vorkommen. Egal, welche Thematik wir aus früheren Leben auch mitgebracht haben, wenn wir uns unserem jetzigen Leben stellen, das tun, was wir für richtig halten, uns jeden Tag offen und ehrlich im Spiegel begegnen können, werden wir uns mit Sicherheit von Altlasten lösen und weiterhin neue Erfahrungen machen, doch kaum neues Karma aufbauen.

Ein Missbraucher hingegen baut neue Last auf und muss diese auch wieder auflösen. Ein Trost für alle, die durch das Zusammenspiel mit anderen Menschen Leid erfahren haben: Solltest du es selbst nicht schaffen, deinen Peiniger rechtlich/gerichtlich zu belangen, sei dir trotzdem sicher, er wird seiner gerechten Strafe nicht entgehen können. Immerhin muss auch er sich seinem Leben stellen und glaube mir: In seiner Haut möchtest du dann mit Sicherheit nicht stecken.

Es gibt eine so genannte höhere Gerechtigkeit, das heißt eine Stelle, die für die Taten der Menschen verantwortlich ist. Doch kann eine Person wegen einer Tat nur belangt werden, wenn das Opfer diese damit verbundenen Energien auch abgibt. Viele Menschen, die Leid erleben müssen, verlieren den Glauben an Gott, an das Licht. Sie fühlen sich verlassen und wissen nicht mit der Härte des Lebens umzugehen. Doch wenn wir das Leben aus der Perspektive betrachten, dass wir alle Aufgaben haben, denen wir uns stellen müssen, dann sieht dies doch gleich ganz anders aus. Dann müssen wir das, was wir erleben, zumeist durchmachen, damit wir sicher sein können, unsere Lernaufgaben zu verstehen.

Noch einmal deutlicher: Je mehr wir gewillt sind, das Leben zu verstehen und uns nach dem kosmischen Licht und den spirituellen Wegweisern zu richten, desto einfacher und unproblematischer wird unser Leben verlaufen. Je mehr wir uns gegen uns selbst auflehnen, desto schwieriger wird unser Lebensweg sein. Wenn wir das verstanden haben, können wir mit unserem Leben viel einfacher umgehen. Sollten wir uns jedoch gegen unser Licht und unsere Aufgaben stellen, wird unser Leben mit Sicherheit sehr hart verlaufen bis wir bereit sind hinzuschauen.

Somit müssen wir auch in einer solchen Missbrauchssituation davon ausgehen, dass sich Täter und Opfer schon länger kennen und „wieder“ aufeinander treffen, um sich entsprechend zu begegnen. Das heißt jedoch bei weitem nicht, dass der Täter das Recht hat sein Opfer zu missbrauchen, sondern viel mehr, dass Täter und Opfer eine ähnliche Thematik haben und somit eine Sensibilität auf diesem Sektor in sich tragen. Inwieweit diese Thematik dann wieder offen ausgelebt wird, ist zumeist nicht vorgegeben. Immerhin ist es kein Gesetz, dass ein veranlagter Pädophiler sich auch wirklich seiner Veranlagung hingibt und seine Tochter zu seiner sexuellen Sklavin erzieht.

Jeder Mensch trägt viele Aspekte in sich und muss sich diesen auch stellen. Eine Person, die in einem früheren Leben gemordet hat, muss auch nicht unbedingt in diesem Leben zum Mörder werden. Doch wird er seine inneren Gelüste und teilweise Mordgedanken öfter in sich spüren. Wir können unsere Vergangenheit nicht wegwischen, immerhin wird sie weiterhin in uns leben, bis wir irgendwann gelernt haben, damit umzugehen. Dann wird sich unser Leben verändern und wir werden eine andere Basis haben, mit uns umzugehen. Noch einmal: Täter und Opfer kennen sich in den meisten Fällen schon aus früher erlebtem Leid, also aus früheren Leben. Je mehr sie sich in diesem Leben begegnen, desto klarer können sie sich erkennen.

Sie müssen lernen anders miteinander umzugehen, das ist ihre Aufgabe. Damit wir uns karmisch nicht immer wieder verstricken, ist es wichtig, stetig darüber nachzudenken, ob das, was wir nun leben, auch das ist, was wir wollen. Wir müssen hundertprozentig zu dem stehen, was wir leben, nur so kommen wir weiter. Je mehr wir uns gegen uns selbst und auch unser Leben stellen, desto schwieriger werden wir unser Leben empfinden, so einfach ist das.

Fazit: Auch ein Täter wird für seine Taten „bestraft“ und zukünftig Lernsituationen ausgesetzt sein, damit er lernt, anders mit dem Leben umzugehen. Auch er muss eine Chance haben zu verstehen. Sollten die Opfer jedoch alle negativen Erlebnisse in sich gespeichert halten und diese nicht abgeben wollen, werden diese wichtigen Informationen nicht an den Kosmos übergeben. Somit sollte jedes Opfer, egal in welcher Form es sich auch befinden mag, einmal darüber nachdenken, sein erlebtes Leid und die damit gesammelten Erkenntnisse an den Kosmos, an das höhere Gericht abzugeben und um „Vergeltung“ zu bitten. Das Ganze hat zwei Vorteile, zum einen entlasten wir uns selbst, wenn wir uns von den „Schmutzpartikeln“, die uns umgeben, reinigen, und zum anderen erhalten wir Gerechtigkeit und können

sicher sein, dass auch unser Gegenüber erfahren wird, was es heißt, eine solche Hölle durchlebt zu haben. Hier ist keine Wertung angezeigt, alles das, was wir erleben und durchmachen, kommt einer inneren Hölle gleich. Wir können uns somit nur befreien, wenn wir loslassen.

Doch was ist mit der irdischen Gerechtigkeit, die uns tagtäglich umgibt, was ist damit? Wir können von unserem normalen Gedankengeschehen heraus nicht neutral werten. Somit kann es sehr wohl sein, dass auch ein Richter eine kosmische Fehlentscheidung trifft, da er aus lauter emotionaler Betroffenheit nicht anders werten kann. Der Beruf eines Richters sollte jedoch der Wahrheitsliebe dienen. Doch wie so oft kann sich auch hierbei der Blick verklären, zumal Rechtsanwälte mit Wonne versuchen, den Blick zu vernebeln. Die erlaubte und somit legitime Lügenliste, derer sich viele Rechtsanwälte bedienen, ist zumeist endlos lang. Alles legitim und normal. So auch Verbrechen, die sich hinter geschlossenen Türen abspielen.

Ob Gewalt in der Ehe oder gegenüber anderen Familienmitgliedern, dies spielt bei der Rechtsprechung kaum eine Rolle. Genauso wenig wie die große Zahl von Pädophilen aus allen möglichen Schichten, die sich der Kinder bedienen, sie sogar bei der Ausübung ihrer Gelüste töten und einfach unbeschadet davonkommen. Solange keiner den Finger erhebt, weil andere und das sind eindeutig die Erwachsenen und niemals die Kinder großen Einfluss haben, kann keine Gerechtigkeit auf Erden stattfinden. Doch der Versuch, neutral zu unterscheiden zwischen irdischem Recht und Unrecht, scheiterte bisher kläglich, wie uns die Geschichte deutlich genug zu verstehen gibt. Erst wenn wir alle ehrlicher mit uns umgehen und verantwortungsvoller unser Leben betrachten, werden wir alle mehr zur Ruhe kommen.

Ich möchte jedoch diese Gelegenheit hier ergreifen und wirklich meine eigene Meinung zum Thema Kindesmissbrauch kundtun.

Meines Erachtens nach kommen die Täter viel zu häufig rechtlich unbestraft davon. Ein Kind ist verstört und eingeschüchtert und hat kaum eine Chance sich zu wehren, zumal wenn beide Elternteile über den Missbrauch Bescheid wissen und kaum etwas -man könnte sagen nichts unternehmen. Sollte dann der erwachsene Mensch sich diesem Thema stellen und den Täter/beispielsweise Vater vor Gericht ziehen wollen, hat er kaum eine Chance. Immerhin wird häufig abgestritten, dass Kinder sich wirklich erinnern können. Die meisten Gerichte sind viel zu sehr auf die Meinung der Missbraucher eingestellt.

Manche Rechtsanwälte, auch wenn sie von der Tat selbst überzeugt sein sollten, schüchtern die Opfer gerne ein, die es nach dem Resonanzgesetz gewohnt sind, eingeschüchtert zu werden. Somit kommt es zu einem unklaren Ergebnis im Gerichtssaal und ein noch so guter Richter kann dann kaum ein klares Urteil sprechen. Jeder der Beteiligten sollte sich über die Wichtigkeit seiner Aufgabe klar sein. Jeder Vater, jeder Missbraucher, der sich an einem Kind vergeht und über die Außenwelt erfährt, dass ihm kaum etwas widerfahren kann, dass es kaum eine Möglichkeit gibt, ihn dingfest zu machen, wird sich einen Freifahrtschein ausstellen, der ihm ermöglicht sich ohne Reue des Kindes zu bedienen.

Wenn wir diesem Martyrium Einhalt bieten wollen, können wir dies nur tun, wenn wir auch die Täter als Täter identifizieren und uns ihrer annehmen. Ich persönlich würde es begrüßen, wenn sich noch mehr Personenkreise, die eine Interessengemeinschaft gegen Missbrauch bilden wollen, zusammentun, um sich in Teamarbeit diesem Thema zu widmen. Eine Vereinigung, die sich bewusst mit diesem Thema beschäftigt, auf die Ursachen und somit auf die wahrhaftigen Hintergründe zugeht, die den Opfern und auch den Tätern eine wirkliche Hilfe bietet und auch rechtlich Ansprüche der Opfer vertreten kann, wird eine Lösung darstellen. Je offener

das Thema in der Gesellschaft angepackt wird, desto mehr wird die Dunkelziffer sinken. Je versteckter wir es halten, desto mehr wird es im Dunklen weiter praktiziert werden und immer neue Opfer finden.

Wo sollen sich die Opfer hinwenden? Wer wird sie verstehen? Wer wird ihnen helfen ihren Seelenschmerz zu lindern? Wer vertritt sie rechtlich? Wer kennt sich mit diesem brisanten Themenbereich wirklich aus? Solltest du diesbezüglich aktiv werden wollen, kann ich dich nur ermutigen, bleib nicht mehr still sitzen, wenn du dich angesprochen fühlst, sondern nutze deine Ressourcen und setze dich ein. Je mehr Menschen auf das Thema Missbrauch achten und je mehr eventuell zukünftige Täter verstehen, dass sie für ihre Taten haften müssen, desto weniger Kinder werden einen wirklichen Missbrauch erleben müssen.

Die Angst mancher Gerichte, dass die Unterstellung eines Missbrauchs zu eigenen Zwecken Vorteile einholen könnte, möchte ich hier verneinen. Es geht nicht darum, andere an den Pranger zu stellen, sondern nur darum, eine wahrhaftige Rechtsprechung zu finden, die sich auch um dieses Thema kümmert, genauso wie um einen Diebstahl nur alleine aus dieser Perspektive betrachtet, werden die Kinder um ihre Kindheit beraubt. Wie soll man das dann noch anders nennen?

Ein Täter sollte sich jedoch bewusst sein, dass auch er sich selbst für die Tat verantwortlich machen wird. Dies ist ein kosmisches Gesetz, dem keiner entgehen kann. Alles das, was wir einst gelebt haben, können wir nicht mehr zurückschrauben. Nein, wir können uns der Situation nur stellen, sie an den Kosmos abgeben und bereit sein, die Energien zu glätten. Wir können jederzeit einiges wieder gut machen. Auch ein Opfer kann sich ein Stück aus der Opferthematik befreien, wenn der Täter sich entschuldigen sollte. Es gibt viele Möglichkeiten der Ausheilung und der Klärung. Solange wir gewillt sind, an uns

zu arbeiten, solange haben wir eine Chance gesund zu werden und nur darauf kommt es an.

Noch einmal: Wir können alles das, was wir erlebt haben, an den Kosmos abgeben und uns dann befreiter fühlen. Des Weiteren müssen wir uns ausheilen, dafür brauchen wir zumeist eine therapeutische Begleitung, die uns hilft, auf die tiefen Ursachen zuzugehen, damit wir diese erkennen und wandeln können. Wenn wir den inneren Missbrauch, der sich in uns über mehrere Inkarnationen aufgebaut hat, verstanden haben, können wir uns auch von den äußeren Gegebenheiten befreien. Wir lernen dann dem äußeren Missbraucher zu verzeihen, damit wir innerlich zur Ruhe kommen. Du siehst, es gibt viel zu tun, doch jeder Weg wird sich lohnen, dessen bin ich mir sicher. Denke daran: Ein Missbrauch darf nicht ewig leben.

# Erziehungsmuster

Wie sollen wir unsere Kinder überhaupt erziehen? Diese Frage stellt sich wohl allen Eltern. Immerhin hat jeder Mensch andere Einstellungen zum Leben und somit andere Erziehungsmuster selbst erlebt und muss sich nun entscheiden, wie er seine eigenen Kinder erziehen will. Schauen wir uns diesen Bereich ein wenig näher an. Wir alle kennen es doch: Das, was wir von unseren eigenen Eltern erfahren haben und was uns missfallen hat, das wollen wir unter keinen Umständen unseren eigenen Kindern zumuten. Und das zu vermeiden, ist uns wiederum besonders wichtig. Wir wollen unseren Kindern nicht dasselbe geben, was uns selbst geschadet hat.

Doch wie werten wir unsere Kindheit? Wir fühlen uns oftmals durch Erziehungsmaßnahmen unserer Eltern in unserer Freiheit beeinträchtigt. Dabei wollen Eltern ihren Kindern doch nur helfen und mehr nicht. Eltern sind dafür verantwortlich, dass ihren Kindern auf ihrem Entwicklungsweg nichts geschieht. Entsprechend müssen sie ihre Kinder auf Gefahrenquellen aufmerksam machen. Doch wie nehmen wir überhaupt Gefahrenquellen wahr? Woran machen wir eine Gefahrenquelle fest? Woran können wir diese erkennen?

Erst wenn wir verstanden haben, nach welchen Mustern, etwas zu werten ist, können wir mit Lebenssituationen ganz anders umgehen.

Nehmen wir dazu ein Beispiel: Ein Sohn hat durch seinen Vater erfahren, dass der Sonntag ein besonderer Tag ist, an dem man gemeinsam mit der Familie spazieren geht. Diese gemeinsame Unternehmung dient auf der einen Seite dem Familienverbund und auf der anderen Seite auch Demonstrationszwecken, um das „heilige Familienbild“ zur Schau zu stellen, also klar zu demonstrieren, wie „harmonisch“ die Familienmitglieder miteinander umgehen. Das Bild, welches nach außen gerichtet ist, zeigt eindeutig die Stärke der Familie an. Eine Familie zu haben, ist auch eine besondere Gabe, die nicht selbstverständlich ist.

Dabei ist jedoch die Anzahl der Kinder nicht ausschlaggebend, sondern die emotionale und auch körperliche Haltung der Familienmitglieder zueinander. Kinder, die sich in ihrer Haut nicht mehr wohl fühlen können, da die Eltern nur auf ihnen herum hacken, können auf ihre Familie bestimmt nicht stolz sein. Auch seine eigene Familie nicht selbst versorgen zu können, ist keine Leistung, die einer Belohnung bedarf. Nein, jeder sollte schon selbst für sich sorgen können oder zumindest sicher sein, dass er dies in absehbarer Zeit wieder tun wird. Doch einen Familienverbund zu haben, bedeutet Kraft und Stärke.

Gerade in früherer Zeit wurde dies besonders zur Schau getragen. Somit lernte der Sohn durch das Verhalten der Eltern, dass man sonntags gemeinsam etwas zu unternehmen hatte. Ob dem Sohn dieses Ritual gefallen hat oder nicht, mag einmal dahingestellt bleiben. Tatsache ist jedoch, dass wir von den Eltern erlernte Rituale zumeist übernehmen und das könnte sich in unserem Fall dann so auslegen: Dass der Sohn als Vater auch von seinen Familienmitgliedern den Sonntagsspaziergang verlangt oder andererseits sonntags nur

„abhängt“, damit er dem lästigen Ritual nicht Folge leisten muss. Du diebst, oftmals gibt es ein Für und/oder ein Wider, obwohl die Palette der Grauzone dabei sehr groß sein kann.

Doch Tatsache ist in unserem Fall: Der Sohn trägt die gewohnte Struktur in sich und kann sich dessen nicht erwehren. Das heißt im Klartext: Er kann seinen Sonntag selbst noch nicht so gestalten, wie er es möchte. Er ist an die alte Vorstellung des Elternhauses gebunden und lebt diesen Aspekt in Teilen nach. Erst wenn ihm die gewohnte Struktur bewusst wird, kann er sich von der unliebsamen Geißel auch wieder lösen. Allein das Erkennen gibt sofort die Möglichkeit der Wandlung. Somit wird er dauerhaft gesehen handlungsfähig und lernt seinen Sonntag nach seinen eigenen Kriterien zu gestalten, ob dies nun im Familienverbund stattfindet oder nicht, mag einmal dahin gestellt sein.

Schauen wir uns noch andere Beispiele dazu an: Eine Frau, die zwar nicht besonders gerne jedoch häufig für ihre Familie Essen kocht, stellt fest, dass sie sich bei der Zubereitung der Speisen extrem viel Druck macht. Doch liegt der Druck nicht darin, dass sie etwas Besonderes zaubern will. Nein, sie versucht alles so gut, so schnell und auch so sauber wie möglich zu machen. Das heißt, sie kocht sehr schnell und gleichzeitig räumt und spült sie auch alles, was sie nicht mehr braucht, direkt weg. Somit ist das Kochen für sie eine echte Qual, da es so stressbehaftet ist. Jahrelang praktiziert sie dieses Ritual. Klar ist sie nach dem Kochen direkt auch mit dem Aufräumen der Küche fertig. Alles ist sauber.

Doch sie selbst ist viel zu ausgelaugt, so dass sie das nachfolgende Mahl nicht richtig genießen kann. Auch die Familie leidet unter dem Wirbel, den die Mutter fabriziert. Urplötzlich fällt ihr dies auf. Zuerst dachte sie, ihre Handlungen wären normal und es müsste so sein,

doch nun denkt sie darüber anders. Plötzlich erkennt sie, warum sie so handelt. Sie erinnert sich an ihre Mutter, für die Kochen schon immer ein Problem war. Auf der einen Seite konnte ihre Mutter sehr gut kochen, auf der anderen Seite rebellierte in ihr jedoch alles. Sie wollte die absolute Anerkennung für ihre Arbeit. Und damit dies geschehen konnte, brauchte sie ihre Tochter, die ihr bei der Essenzubereitung beistehen musste und auch helfen sollte. Doch nur Handlangerdienste wurden von ihr benötigt und dazu zählte das spätere Säubern der Küche. Die Mutter fabrizierte immer besonders viel Spül. Da musste ein Topf nach dem anderen her, damit das Essen zubereitet werden konnte. Die Küche sah danach wie ein Schlachtfeld aus.

Die Tochter hätte sich nach dem Essen gerne etwas ausgeruht. Jeder von uns kennt das, wenn wir gegessen haben, dann konzentriert sich unsere Energie auf den Magen, damit die Speisen verdaut werden können. Zu viel Arbeit kostet dann auch übermäßig viel Kraft. Und da das Aufräumen der Küche sofort geschehen musste, hatte die Tochter keine andere Wahl, als sich den „Wünschen“ der Mutter zu beugen. So ging es Jahr für Jahr weiter. Die Tochter übernahm immer mehr Hausarbeitspflichten und die Mutter zog sich zurück. Für sie war es normal, dass ihr Kind diese unliebsamen Arbeiten übernehmen musste.

Die Tochter fühlte sich mehr und mehr gleich einer Dienstmagd. Ihre Freizeit war durch die Übernahme des Haushalts sehr eingeschränkt. Kam der Vater um fünf Uhr von der Arbeit nach Hause, musste sie da sein, um den Abendbrottisch zu decken und ihn danach wieder abzuräumen. Dann endlich wurde sie erwachsen und konnte sich ihr eigenes Leben einrichten. Natürlich entließ die Mutter sie nicht aus den Pflichten. Nein, weiterhin fuhr sie regelmäßig die Mutter besuchen, um ihr zu helfen. Doch nach einer Weile konnte sie sich von diesem Verhaltensmuster mehr und mehr lösen.

Mit der Zeit kümmerte sich die Tochter mehr um ihr eigenes Leben, gestaltete ihren eigenen Haushalt, so wie sie es wollte und war damit zufrieden. Dann wurde sie selbst Mutter und hatte Familie. Sie bemerkte, dass sie den Pflichten gegenüber ihrem Haushalt manchmal genauso wie die Mutter unliebsam begegnete. Sie band zwar keinen anderen/ihre Kinder in diese Arbeitsbereiche mit ein, sondern kümmerte sich selbst darum. Doch manchmal wurde sie richtig wütend und hatte das Gefühl, als würde ihr alles über den Kopf wachsen. Sie lehnte sich innerlich gegen die Hausarbeit auf.

Dann plötzlich konnte sie ihre Muster erkennen und sich von der geprägten Struktur der Mutter lösen. Sie entwickelte ihren eigenen Arbeitsrhythmus und kann seitdem zufrieden ihrer Arbeit nachgehen. Bis zu dem Tag, an dem sie feststellte, dass sie immer noch übernommene Strukturen der Mutter nachlebt. Immerhin entstand der Küchendruck nur, weil sie nach dem Kochen nicht unbedingt gleich aufräumen wollte. Und da sie ihre Kinder für diese Arbeiten nicht ansprechen wollte -immerhin empfand sie dies als Kind selbst als sehr belastend und wollte es somit keinem andern zumuten- versuchte sie alles so schnell wie möglich wieder in Ordnung zu bringen.

Das Resultat war, dass sie sich während des ganzen Arbeitsprozesses unter Druck gesetzt fühlte. Somit lebte sie unbewusst die Struktur der Mutter entgegengesetzt weiterhin nach. Als es ihr auffiel, nahm sie sich vor, dieses Verhaltensmuster zu ändern. Nun kocht sie ruhiger und bewusster. Und siehe da, noch immer spült sie die Töpfe gleichzeitig weg, nur ohne Druck. So passiert es, dass sie sich der Arbeit widmet, ein gutes Essen zaubert und gleichzeitig eine saubere Küche hat. Sie ist entspannter, immerhin ist der zwanghafte Druck, auf jeden Fall alles in Ordnung halten zu müssen, raus. Die Energien können fließen und sie kann sich eigenständig mit dem Thema Haushalt beschäftigen.

Dies ist nur ein kleines Beispiel, doch sollen hier noch andere folgen: Alles das, was wir in der Kindheit erfahren haben, hat eine Folgerung für unser eigenes Leben. Sollte die Mutter beispielsweise gewisse Hausarbeiten nicht gerne gemacht und ihre Kinder mit eingebunden haben, dann liegt eine besondere Gewichtung auf dieser Struktur. Das Kind erfährt von der Mutter, dass diese Aufgaben zu erledigen sind und auch gleichzeitig, dass sie dies nicht gerne macht. Somit muss das Kind etwas tun, was schon die Mutter nicht gerne getan hat. Es prägt sich eine Antistruktur, die ein Leben lang anhalten kann. Hat die Mutter regelmäßig einen Friseur besucht, ist es auch für das Kind später ganz normal einen Friseur aufzusuchen.

Sind die Eltern/ein Elternteil Schauspieler von Beruf, ist dieses Berufsbild für das Kind ganz normal. Lebten die Eltern finanziell gesehen besonders gut, dann wird auch das Kind es gewohnt sein, Geld zu haben und auch auszugeben. Mussten die Eltern hingegen immer sparen, wird auch das Kind sparsam mit Geld umgehen. Haben die Eltern sich harmonisch miteinander verhalten, dann kann das Kind auch harmonisch mit seinem eigenen Partner umgehen. Doch was ist mit den Erziehungsstrukturen?

So, wie die Eltern ihre eigenen Kinder erzogen haben, so haben die Kinder gelernt, wie man Kinder erziehen muss. Das heißt, Verhaltensmuster unserer Eltern übernehmen wir automatisch und übertragen diese auf unsere eigenen Erziehungsvorstellungen gegenüber unseren eigenen Kindern. Auch wenn wir anders als die Eltern sein wollen, kann es uns passieren, dass wir Themen, die für unsere Eltern besonders wichtig waren, immer noch in uns präsent haben und danach leben.

Nehmen wir dazu das Beispiel der Ordnung: Sollten unsere Eltern uns immer wieder ermahnt haben Ordnung zu halten, dann haben

wir nicht freiwillig gelernt, unsere eigene Ordnung zu finden. So kann es dann sein, dass wir auf der einen Seite sehr schlampig sind und andererseits doch wieder extrem ordnungsliebend und uns somit über Alltagsbanalitäten unseres Partners und seiner Verhaltensweisen aufregen, da wir uns emotional angesprochen fühlen und unsere eigenen Themen im gelebten System nicht erkennen wollen. Erst wenn wir bereit sind, genau hinzuschauen, können wir erkennen, um was es sich wirklich handelt. Immerhin sind wir alle geprägt und solange wir uns unserer eigenen Prägungen nicht bewusst sind, werden uns andere Personen, die sich in unserem Umfeld aufhalten, an unsere tiefsitzenden Problemzonen erinnern. Somit können uns gerade auch unsere Kinder unsere eigene Kindheit nach vorne bringen. Nehmen wir dazu einige Beispiele, stellen dazu Fragen und geben symbolisch Antworten, über die wir einmal intensiv nachdenken sollten.

## Schulzeitprägungen

Kannst du dich noch erinnern, wie es war, als du die Schulbank gedrückt hast? Welche Eindrücke du gewonnen hast? Erinnerst du dich, wie hast du dich als Schüler gefühlt? Spürst du heute noch manchmal alte Verhaltensmuster, die dich zurückschrecken lassen? Beschäftigen wir uns tiefer damit und suchen nach Verhaltensmustern, die immer noch eine Wirkung haben könnten. Wir nehmen verschiedene Beispiele, die dir Erklärungen für gelebte Strukturen geben können. Natürlich handelt es sich hierbei um keine Pauschallösungen, jedoch um Strukturen, die gar nicht mal so selten anzutreffen sind. Wenn du dich damit auseinandersetzen willst, dann mach es.

Wir finden immer mal wieder den einen oder auch anderen Anker, der uns daran hindert unser Leben frei und offen zu gestalten. Ansonsten sind die nachfolgenden Beispiele auch ein guter Einstieg, der uns unsere Kinder besser verstehen lässt. Gerade die uns nachfolgende Generation wird sich mit dem Thema Schule und Schulstress besonders intensiv auseinandersetzen müssen.

Fangen wir einfach an und stellen uns ein paar Fragen: Hast du gelernt freiwillig zu lernen oder benötigst du angeblich Druck von Seiten

des Vaters oder der Mutter, um deine Hausaufgaben zu erledigen? Wenn das der Fall war, dann hast du wahrscheinlich nicht gelernt, sich freiwillig mit Wissen zu füttern. Dies kann heute immer noch ein Nachteil für dich sein. Solltest du spüren, dass sich in dir ein Druck aufbaut, wenn du lernen willst, dann achten auf dich und ändern es ab. Verlasse die altgewohnte Struktur und öffne dir neuen Wegen.

Was war Ihr Mangelfach? In welchem Fach warst du besonders schlecht? Zu wissen, dass man Fehler auf einem bestimmten Gebiet macht, kann eine enorme Blockade für das gesamte Leben darstellen. Immerhin hat jeder Schwächen, die jedoch gar keine Schwächen sein müssen. Denke über dich nach und finde deine Stärken, das ist in einem solchen Fall besonders wichtig.

Wie hast du deine Schulzeit empfunden? Bist du gerne zur Schule gegangen? Wenn ja, dann hast du bestimmt eine schöne Zeit erlebt. Wenn nein, werden sich mit Sicherheit heute noch Hinderungsgründe in dir befinden. Solltest du beispielsweise in der Klasse belächelt worden sein, wenn du was gesagt hast, kann dies heute noch dazu führen, dass du vor versammelter Mannschaft Angst hast den Mund aufzumachen. Werde dir dessen bewusst, verlasse die Kinderrolle und stelle dich erwachsen den heutigen Konstellationen. Ich bin mir sicher, keiner wird dich mehr belächeln.

Erinnere dich an deine Lehrer: Gab es einen/e Lehrer/in, an den/die du mit Unbehagen denkst? Welchen energetischen Verbund hattest du zu dieser Person? Hast du, wenn du im Nachhinein darüber nachdenkst das Gefühl, dass diese Person dich überhaupt verstanden hat? Wie hast du als Kind reagiert? Was hast du empfunden? Sind dir Personen, die dieser Person ähnlich waren, auch im Nachhinein unangenehm aufgefallen? Solltest du eine belastende negative Erfahrung bezüglich einer Lehrperson erlebt haben, kann es dir immer wieder passieren,

dass du auf ähnliche Personen triffst und dich wieder in die Schulzeit zurückversetzt fühlst. Dann bist du handlungsunfähig und drückst symbolisch betrachtet wieder wie ein Pennäler die Schulbank.

Nun stelle dir vor: Du hast einen Termin bei deiner Bank, um einen Kredit zu beantragen. Der nun vor dir sitzende Kundendienstberater erinnert dich urplötzlich an den erlebten Lehrer aus der Kindheit, vor dem du immer Angst hattest. Weißt du was passiert, wenn du diese Angst nicht bearbeitet hast? Ja, richtig, du rutschst automatisch wieder in die Rolle des Kindes und wirst wohl kaum ein überzeugendes Gespräch führen können. Je klarer dir dies wird, desto besser kannst du dich darstellen. Immerhin ist dies kein seltener Fall. Du solltest die in dir herumspukende Struktur am Schopfe packen und wandeln, dann kann dir in diesem Bereich nichts mehr passieren.

Was hast du empfunden, wenn du eine Klassenarbeit schreiben musstest? Hatten du Angst oder bist du selbstsicher an die Arbeit herangegangen? Vielen Menschen ergeht es so, wenn sie eine Prüfung ablegen müssen, dann werden ihnen die Knie weich und sie wissen einfach nichts mehr. Wie das passiert? Ganz einfach. Sie haben Prüfungsangst und das Teil, das alle Informationen der Klassenarbeit/Prüfung in sich trägt, wird durch das Angstteil, das nun gerufen wird, in den Hintergrund gedrängt. Das Resultat: Du schreibst eine schlechte Arbeit, obwohl dies gar nicht der Fall sein müsste. Dies kommt auch nicht von ungefähr. Sollten wir beispielsweise von den Eltern erfahren haben, dass wir „nichts“ können, weil wir angeblich „zu dumm“ sind, dann werden wir auch innerlich davon überzeugt sein. Wie sollen wir dann von uns selbst und unserer Leistung, die wir erbringen müssen, überzeugt sein können?

Was war während der Schulzeit für dich wichtig? Was hast du dir gewünscht? Haben sich deine Wünsche erfüllen können? Alles

das, was wir uns einst vorgenommen haben, steht zumeist immer noch unerledigt im Raume. Wir wünschen uns etwas zu leben, vergessen es jedoch mit der Zeit. Nur zeitweise fühlen wir uns leer und ausgebrannt, sinnen über unser Leben nach und bekommen das Gefühl, irgendetwas noch nicht gelebt zu haben. Solltest du solche Aspekte in dir wahrnehmen, dann reagiere sofort: Gehe gedanklich zurück. Was wolltest du alles erreichen? Wenn du erkannt hast, um was es geht, hast du nur zwei Möglichkeiten: a) Du stellst dich der Situation und lebst endlich das, was du dir einst vorgenommen hast - oder b) du erkennst, dass das, was du dir einst vorgenommen hast, so gar nicht in dein Leben passt und löst dich von diesem inneren Versprechen. Dann wird auch wieder Ruhe in dir einkehren können.

Wenn du heute noch einmal zurückdenkst, was würdest du anders machen? Stell dir deine Schulzeit noch einmal vor: Was hättest du gerne anders? Würdest du heutzutage mehr lernen als früher? Stelle dir die Situation noch einmal genau vor. Was haben die Lehrer von dir gehalten? Wie haben die Lehrer dich gesehen? Hat sich deren Sicht bestätigt? Was würdest du von deiner jetzigen Perspektive aus zu deiner Schulzeit sagen? Würdest du deinen Kindern die gleiche Schule, wenn diese noch aktiv vorhanden wäre, zumuten? Was würdest du bezüglich der Schulzeit deiner eigenen Kinder anders machen?

Wie hast du zu deinen Klassenkameraden gestanden? Warst du beliebt? Wenn ja, was hat dich so beliebt gemacht? Welche Rolle hast du verkörpert? Warst du damit damals zufrieden? Was hättest du gerne anders gehabt? Stelle dir diese Ebene heute vor: Was würdest du aus der jetzigen Perspektive heraus betrachtet anders machen? Lebst du immer noch bestimmte Themenbereiche von früher nach, um dich beliebt zu halten? Überprüfen es!

Die andere Seite: Hattest du Schwierigkeiten dich durchzusetzen? Wurdest du belacht? Wenn ja, wie bist du damals damit umgegangen? Was fehlte dir? Erlebst du heute immer noch ähnliche Situationen, die in dir ein Gefühl des Unbehagens hochkommen lassen? Je klarer du dir über deine Verletzungen wirst, desto einfacher und ehrlicher wirst du dein Leben gestalten können. Es ist wichtig, dass du immer genau weißt, worum es geht. Sei stolz auf sich selbst und lass es niemals zu, der Prellbock für andere Personen zu sein.

Blicke nun einmal tief in dich hinein: Trägst du noch Verletzungen bezüglich deiner Schulzeit in dir? Wenn ja, um welche Verletzungen handelt es sich dabei? Je klarer es dir wird, desto besser kannst du mit deinen eigenen Verhaltensmustern zurechtkommen. Heute bist du erwachsen, das warst du früher nicht. Hattest du Angst vor Klassenkameraden oder vor Lehrern? Würdest du heute anders reagieren? Wenn ja, dann spiele dies in Gedanken durch, damit es nichts mehr gibt, was dich bezüglich deiner Schulzeit heute noch negativ beeinflussen kann.

Nun gehen wir einen Schritt weiter und beschäftigen uns mit der Berufstätigkeit. Auch hier orientieren wir uns nach dem elterlichen Vorbild, das für uns Vor- und auch Nachteile bringen kann. Dazu nun ein paar Beispiele:

Konntest du dir ein eigenes Bild bezüglich deiner Berufstätigkeit aufbauen? Wann hast du angefangen über einen zukünftigen Beruf nachzudenken? Viele Kinder träumen von bestimmten Lebensbereichen, die sie gerne leben würden. Sie wollen Lokführer werden, Tierarzt, Schauspieler oder ähnliches. Das, was Kinder sich zumeist vorstellen, beinhaltet jedoch auch einen Funken Wahrheit. Anhand des Berufswunsches eines Kindes kann man sehr leicht feststellen, was der kreative Teil des Kindes gerne ausüben würde.

Überlege selbst einmal: Was wolltest du gerne werden? Was war dein Ziel? Hast du Teilziele dessen erreicht? Wenn nein, fühlst du dich heute im „richtigen“ Beruf zu Hause oder hast du stetig das Gefühl, irgendetwas würde fehlen? Wenn ja, dann denke an deine Kindheit und deine spielerischen Ziele zurück, nur so kannst du klar erkennen, was du wirklich willst.

Oftmals jedoch übernehmen wir Berufswünsche und/oder andere Wünsche unserer Eltern und versuchen diesen zu entsprechen. Was haben deine Eltern von dir erwartet? Hast du den geforderten Erwartungen entsprochen? Wonach hast du dich bezüglich deines Berufswunsches gerichtet? Was war dein Ziel? Weißt du es noch? Wenn du deinen Beruf ausübst und in deinem Inneren das Gefühl hast, als würde etwas nicht stimmen, dann stehst du nicht komplett hinter deiner Tätigkeit. Dann kann es auf der einen Seite sein, dass du etwas machst, was dir wirklich nur teilweise entspricht. Ist das der Fall, musst du genau schauen, was du tun kannst, um dich besser zu fühlen.

Auf der anderen Seite kann es jedoch sehr wohl sein, dass dich der Beruf, den du ausübst, auch wirklich mit Freude erfüllt, doch wenn du an deine Eltern denkst, dann merkst du, dass diese mit deinem Eigenleben und deiner Berufswahl nicht einverstanden sind. In einem solchen Fall brauchst du klare Linien, um dich von den Wünschen der Eltern wieder lösen zu können. Wenn du das nicht machst, dann fehlt dir die innere Legitimation, um das zu tun, was du dir wünschst. Du musst dir dann deinen eigenen Weg auch wieder erlauben. Wenn du das schaffst, wird es dir gleich viel besser gehen.

Der Berufswunsch aus Trotz: Hast du dir deinen Beruf freiwillig ausgewählt oder hast du eine trotzig Entscheidung getroffen, um es den Eltern zu zeigen? Oftmals leben Kinder genau das Gegenteil

von dem, was die Eltern sich wünschen. Immerhin befinden sich die meisten Kinder während der Planung ihres Berufswunsches in der pubertären Phase und das bedeutet, dass sie oftmals rebellisch das Gegenteil von dem ausleben, was ihre Eltern von ihnen erwarten. Überprüfe dein Berufsbild. Ist da für dich ein Funke Wahrheit drin? Wenn ja, ändere dringend deine innere Einstellung. Es kann nämlich sehr wohl sein, dass du einen Beruf ausübst, den du sehr magst, nur ein Teil in dir ist immer unzufrieden und meint, etwas anderes leben zu müssen. Dieser Energieanteil in dir hat immer noch die Erinnerung, warum der Beruf einst gewählt wurde. Also werde dir klar und du wirst einfacher mit dir umgehen können.

Nicht selten erleben wir ein solches Muster in Familien, in denen Kinder keine Lust haben für die Schule zu lernen und selbstständig ihre Hausaufgaben anzufertigen. Der immer größer werdende Druck bringt die Eltern in eine handlungsunfähige Lage. Sie fühlen sich ratlos, reagieren wütend und verzweifelt. Je weniger die Kinder sich dann verantwortungsvoll um ihre schulischen Bereiche kümmern, desto schwieriger wird es für die Eltern. Wird das Muster nicht aufgelöst, gehen die Kinder zumeist in eine immer größer werdende Stagnation, was zur Folge hat, dass die genervten Eltern sich nichts mehr wünschen würden, als dass ihre Kinder endlich funktionieren.

Je größer der Druck, desto schlimmer wird dieser Zustand. Die Eltern fühlen sich hilflos und die Kinder trotzen immer mehr, reagieren mit Abwehr, indem sie ihre eigene Lernbereitschaft boykottieren. Dies hat zur Folge, dass Kinder schon früh lernen, die Problematik Schule als Macht gegenüber ihren Eltern zu benutzen, was gleichzeitig wiederum noch mehr Probleme mit sich bringen wird.

Je mehr das Kind lernt, dass die Thematik Schule eine so große Gewichtung in der Familie hat, desto schwerer wird es für das Kind

sein, eine entspannte Haltung bezüglich dem Pflichtbereich Schule einnehmen zu können. Die Thematik Schule gewinnt eine übergroße Bedeutung, so dass fast nichts mehr übrig bleibt, als sich durch die Schulzeit durchzuschleppen. Freizeit gestalten, Freude und Leichtigkeit erleben, wird kaum möglich sein. Das Damoklesschwert der ewig unfertigen Lernprobleme wird die Kindheit unangenehm überschatten. Das Kind erfährt durch das Mankoverhalten eine so große Problematik, so dass es für das eigene Leben schon enorm gestresst ist.

Dies ist für ein Kind absolut kontraproduktiv und es wird unbewusst die Eltern dafür strafen, dass sie ihre eigene Problematik auf es gelegt haben. Ihm fehlt die Leichtigkeit der Kindheit und das wiederum kann sich anhand eines Burnout im Erwachsenenalter bemerkbar machen. Zu viel Druck ein Leben lang, hält keiner dauerhaft aus.

Somit ist es wichtig, dass Eltern auf ihre eigenen Themen achten, um ihre Kinder nicht mit Aspekten zu belasten, die nicht in das Leben der Kinder gehören. Auch wenn Übertragungsmuster nicht bewusst gesteuert sein sollten, so haben sie doch eine Funktion.

Das Kind hat in einem solchen Fall eine Übertragung der unsortierten und unerledigten Probleme der Eltern übernommen, und unbewusst darüber die eigene Schulzeit erschwert. Kinder lernen von ihren Eltern und wenn diese eine Schieflage in sich tragen, dann wird sich dieses Manko auch in den Kindern bemerkbar machen und entsprechend Probleme hervorrufen. Deswegen ist es immer besonders wichtig, dass wir all unsere Themen bearbeiten, um Konflikte beiseite zu legen. Je klarer und aufgeräumter wir sind, desto weniger werden sich unsere Themen auf unsere Nachkommenschaft übertragen lassen.

Dann kann es nicht passieren, dass wichtige Themenbereiche wie Schule eine übertragene Problematik mit sich bringen. Dann kann das Kind sich frei entfalten und wird nicht daran gehindert, die Schulzeit als eine produktive und zukunftsweisende Position anzuerkennen, die ihm hilft, den persönlich passenden Lebensweg finden und beschreiten zu können.

Doch in vielen Familien ist das nicht der Fall und Schattenseiten der Eltern lassen sich übertragen. Kinder solcher Familiensysteme rebellieren mit der Zeit und spüren auch, dass ihre Mitschüler viel aktiver, sowie mit Elan und Freude am Schulleben teilnehmen können, und das wiederum wird sie traurig stimmen. Doch Kinder alleine können nicht aus solch einer Problematik aussteigen, es liegt an den Eltern dafür zu sorgen, dass Themen aus dem Weg geräumt werden.

Und wenn man selbst nicht in der Lage sein sollte, solch eine Problematik zu analysieren und zu neutralisieren, dann sollte man sich professionelle Hilfe und Unterstützung holen. Denn wenn nichts unternommen wird, dann wird es für das Kind immer schwerer werden, einen passenden und positiven Weg in eine zukunftsweisende Ausbildungsrichtung zu finden. Die Wahl des Berufsweges ist enorm wichtig und sollte wertneutral unter den gegebenen Möglichkeiten stattfinden können. Die gewählte Ausbildung ist zukunftsweisend und prägt die Motivation des Lebensweges.

Ein Kind, welches nicht neutral einen schulischen Werdegang wählen kann, sondern durch Muster der Eltern in eine Richtung gedrängt wird, wird sich unwohl und unsicher fühlen. Es erkennt anhand der Mitschüler, dass diese freier sind und sich entfalten können. Durch das Elternhaus in eine kontraproduktive Richtung geprägt zu sein, wird es peinlich berühren und traurig stimmen. Als Teenager wird das Kind rebellieren, da es sich nicht verstanden fühlt und spürt, dass

der schulische, sowie berufliche Lebensweg verbaut wird, nur weil die Eltern ihre eigenen Themen nicht aufgeräumt haben.

Sie fühlen sich in ihrer eigenen Freiheit extrem eingeschränkt und wissen nicht, woher die Last kommt. Diese Komponente wird sich nicht mal eben auflösen, indem Kinder die Verantwortung übernehmen, die sie sowieso für ihr Leben tragen sollten. Sie sind dazu nicht in der Lage, da sie den Erkenntnisschlüssel nicht inne haben. Sie haben ja nicht gelernt, freiwillig ihre eigene Welt zu entdecken. Die frühkindliche Erfahrung hat sie gelehrt, dass sie das tun müssen, was ihre Eltern ihnen vorleben und auch als Werte vorgeben.

Eine in den Eltern kindlich geprägte Vergangenheitsproblematik der eigenen Schulzeit, die in dem Lebenssystem noch vorhanden ist, wird dafür Sorge tragen, dass eine Zusammenarbeit zwischen Kind und Eltern, bezogen auf das Schulleben nicht einfach zu gestalten sein wird. Solche Themen lösen sie nicht mal eben auf, sondern bringen noch mehr Probleme mit sich.

Je mehr sich Probleme manifestieren, desto größer wird die Hürde sein, sich lösen zu können. Wenn Eltern sich nicht darum kümmern, dass sich ihre Probleme auflösen, wird es für die Kinder schwer sein, sich wahrhaftig auf ihre eigenen Lebensthemen zu konzentrieren, die für ihren persönlichen Weg wichtig sind. Das belastete Thema bringt immer mehr Zwiespalt und nimmt einen großen Raum ein, der übergroß werden kann, wenn man sich nicht darum kümmert und diesen auflöst. Je mehr uns dies bewusst ist, desto besser können wir uns davon lösen, um eine neue Perspektive zu gewinnen, die wichtig im Leben ist.

Wenn es den Eltern nicht bewusst sein sollte, dass eigene Themen sich auf ihre Kinder legen können, wird es in der Zukunft schwierig

werden, eine klare Perspektive zu gewinnen. Sämtliche Themen, die wir als Eltern in uns tragen und die ungelöst bleiben, werden sich automatisch auf die Kinderseele legen und eine Grundproblematik und Grundbelastung mit sich bringen.

Wenn wir uns dieses Thema noch tiefer betrachten wollen, dann müssen wir auch einen Blick in unsere eigene erlebte Kindheit werfen, denn wenn auch schon unsere Eltern ein Problem mit unserer Schulsituation gehabt haben sollten, dann kann es sein, dass wir uns alleine gefühlt haben und dass dies eine Überforderung dargestellt hat. Man ist damals davon ausgegangen, dass sich Kinder sehr wohl all das geben können was sie benötigen und somit natürlich auch alleine lernen.

Es war in den vergangenen Zeiten unserer Kindheit nicht normal, dass Kinder von den Eltern gefördert wurden und dass die Eltern beispielsweise unsere Hausaufgaben überprüft haben. In den letzten Jahren hat sich dieses System sehr stark verändert, so dass viele Eltern damit beschäftigt sind ihren Kindern aktive Unterstützung zu gewähren und zwar in all den Bereichen, welche für die Kinder wichtig sind.

Die Schulsysteme heutzutage erwarten, dass die Eltern sich entsprechend einsetzen, was für viele Eltern aber auch gleichzeitig eine Überforderung darstellt. Das eigene Leben bringt viele zu bewältigende Themen mit sich, die ein hohes Maß an Konzentration abverlangen. Das hat aber wiederum auch zur Folge, dass viele sich überfordert fühlen und kaum noch entspannte Freizeit haben. Je mehr von ihnen erwartet wird, desto schwieriger ist es tatsächlich, das Leben in Freude zu gestalten. Der so wichtige Ausgleich der Freizeitgestaltung rutscht immer weiter in den Hintergrund, was letztlich auch wiederum einen Burnout mit sich bringen kann.

Wenn wir nicht auf uns achten und dafür sorgen, dass wir hin und wieder zur Ruhe kommen, sind wir dauerhaft nicht in der Lage die erforderliche Leistung zu erbringen, die wir jedoch als Lebensmeisterschaft tagtäglich erbringen müssen. Wir fühlen uns dann überfordert, vergessen wichtige zu bewältigende Aufgaben, die das Leben von uns abverlangt. Wir erfahren keine innere Sättigung, da unser Alltag kein Ende nimmt und wir somit nicht in Ruhe auf der Couch ausruhen können. Je mehr uns dies bewusst ist, desto besser können wir uns kümmern, was wir auch tun sollten, da wir ansonsten irgendwann absolut platt in der Ecke liegen werden.

Wenn wir tagsüber viel Leistung erbringen müssen, dann sollten wir uns auch auf unseren wohlverdienten Feierabend freuen können. Wenn wir dann aber noch die Hausaufgaben unserer Kinder überprüfend betreuen müssen, worauf wir überhaupt gar keine Lust mehr haben, dies aber eine Notwendigkeit darstellt, dann fühlen wir uns überfordert, genötigt und in eine Ecke gedrängt. Je stärker diese Gefühle vorhanden sind, desto schwieriger wird es für uns, all den Punkten gerecht zu werden, die das Leben von uns abverlangt.

Viele denken Eltern müssen rund um die Uhr für ihre Kinder da sein. Doch das funktioniert nicht. Natürlich haben Eltern die Fürsorge, sich um eine gesunde Ernährung, sowie um den Gesundheitszustand des Kindes zu kümmern. Auch liegt es in ihrem Aufgabenbereich, dafür zu sorgen, dass ihre Kinder ordentliche, den Wetterverhältnissen angepasste Kleidung tragen. Auch der schulische Werdegang und die damit gebotene Fürsorge liegt in ihrer Obhut. Sie haben dafür zu sorgen, dass ihre Kinder pünktlich, mit Elan zur Schule gehen. Doch die Hausaufgaben, die können sie nicht anfertigen, das müssen ihre Kinder schon selbst tun. Eltern sind Vorbilder und je mehr sie ihr eigenes Leben ordnungsgemäß bedienen und auch Freude erle-

ben können, desto eher werden auch ihre Kinder den persönlichen Lebensweg formen können, so wie sie es haben möchten.

Kinder zu erziehen, ist eine große Aufgabe. Bei so viel verpflichtender Fürsorge ist es manchmal schwer, sich auch noch um sich selbst zu kümmern. Doch das Leben ist wiederum wunderschön, vor allem dann, wenn wir mit Stolz und Würde auf unsere Kinder blicken und uns an derer persönlicher Lebenswahl erfreuen können.

## Schlusswort

Lieber Leser,

Uun bist du am Ende dieses Buches angekommen. Wir hoffen sehr, dass du einige Erkenntnisse gewonnen hast. Solltest du selbst Fragen zur Erziehung oder eigener Kindheitsmuster haben, kannst du dich gerne melden.

Der gemeinnützige Verein, Opalia-Family - Verein für gewaltfreies Leben e.V., bietet neben eigener Literatur und einer großen Internetpräsenz auch Beratungen an, in denen du erkennen kannst, was deine eigenen Muster sind, um dich daraus zu lösen. Melde dich, wenn du Bedarf hast.

Ansonsten bedanken wir uns für deine Lesetreue und freuen uns, wenn du Interesse an weiteren Büchern hast. Schau doch mal auf unsere Internetseite: [www.opalia-family-ev.de](http://www.opalia-family-ev.de), dort findest du weitere interessante Texte, Podcast und vieles mehr.

Lieben Dank - das Opalia Family Team

Autorin Sabine Guhr-Biermann

Wir nehmen natürlich auch gerne Spenden entgegen:

Spendenkonto: Opalia Family e.V.

Kontonummer: DE41 3706 2600 4012 9500 18

Verwendungszweck: Opalia Family Spende



## Der Opalia Family e.V.

- Der Opalia Family e.V. steht für Seelenprofiling, Hilfestellungen und Konfliktlösungen, damit dauerhafte familiäre Belastungen zukünftig nicht mehr den Alltag bestimmen.
- Wir helfen Ratsuchenden, die sich durch ungeklärte Lebensmuster in familiären Schiefwegen befinden, die Ursache zu erkennen, um sich aus Musterprägungen zu befreien.
- Wir helfen in partnerschaftlichen Trennungssituationen friedvolle und verbindliche Lösungen zu finden, damit die zukünftig ergänzend gelebte Elternschaft Scheidungskindern nicht schadet.
- Wir helfen Menschen, die mit ihrem Schicksal hadern, sich alleine und unverstanden fühlen, durch eine veränderte Sichtweise zu erkennen, vorhandene Probleme anders anzupacken.

**Kontaktnummer: 0170 -1080003**

[www.opalia-family-ev.de](http://www.opalia-family-ev.de)



