

Das Fremde und das Eigene in uns

Die zwei Seiten einer Münze

Ich gehe davon aus, dass die Familie die intimste menschliche Einheit darstellt. In eine Familie werden wir hineingeboren, dort wachsen wir auf, die Familie ist die Basis, aus der wir in die Welt hinausgehen. Die Intimität in einer Familie bringt uns Heimat, Liebe und Geborgenheit. Sie kann uns aber auch Zwiestracht, Konflikte und Hass bescheren. In einer intimen Beziehung bleibt nichts verborgen. Wir werden dort mit all unseren guten wie schlechten Eigenschaften deutlich erkennbar, und wir bekommen alle guten und schlechten Seiten unseres Gegenübers zu spüren.

Ich bin davon überzeugt, dass es keine ideale Familie gibt, genauso wenig, wie es die ideale Liebesbeziehung gibt. Zwischen Liebespartnern können Eifersucht und Abneigung entstehen, zwischen Geschwistern Neid und Missgunst, zwischen Eltern und Kindern Unverständnis und Ablehnung. So sehr wir auch die schönen Seiten unserer Familie schätzen, so sehr scheuen wir uns vor den hässlichen. Aber sie gehören zusammen wie die beiden Seiten einer Medaille.

Die guten Seiten unserer Familie geben uns Kraft, Zuversicht, Mut und Freude.

Sie geben uns Rückendeckung angesichts der Widrigkeiten des Lebens. Aber die dunklen Seiten schwächen uns, sie erfüllen unser Denken und Fühlen mit Misstrauen und Selbstzweifel, sie machen uns scheu, einsam und aggressiv.

Wenn ein Vater schlecht gelaunt von der Arbeit kommt, spüren es die Kinder, auch wenn der Vater sich zu beherrschen sucht. Wenn die Mutter erschöpft und depressiv den Abendbrottisch deckt, schmeckt auch das beste Essen nicht. Wenn Sorgen durch Krankheit oder Arbeitslosigkeit auf der Familie lasten, ist jeder innerlich beteiligt. Eine Familie kann solche Belastungen ausgleichen, wenn die Störung vorübergehender Natur ist. Aber wenn sich Ereignisse häufen und gar chronisch werden, sind irgendwann die vorhandenen Kraftreserven aufgebraucht. Unter einer solchen Atmosphäre leiden am meisten die Kinder.

Sie tragen die schlimmsten Wunden davon. Sie nehmen die negativen Energien des Umfeldes in sich auf, ohne dass es jemand merkt. Denn Kinder sind zäh und widerstandsfähig, sie können viel wegstecken, sie können kämpfen, sie wissen zu überleben.

Nicht selten versuchen sie den Familienfrieden wieder herzustellen, indem sie zu vermitteln versuchen, Partei ergreifen, mitten im Chaos den Clown spielen oder sich gar von einem Elternteil missbrauchen lassen. Aber wenn sie volljährig werden, manchmal auch früher, verlassen sie so schnell wie möglich das Elternhaus.

Nun glauben sie sich endlich frei oder befreit von der alten familiären Last.

Nun wollen sie ein ganz neues Leben anfangen.... aber....

Die alte Energie aus ihrer Ursprungsfamilie tragen sie unbeachtet immer noch in sich.

Der junge Mensch ist ausgezogen, um die alten Geschichten aus seinem Elternhaus zu vergessen und hinter sich zu lassen und dies gelingt sogar im jugendlichen Schwung der ersten Jahre. Dann aber findet er einen Lebenspartner. Mit diesem lässt er sich nieder und gründet eine neue Familie. Jetzt entsteht eine neue intime Einheit und damit auch ein neues intimes Energiefeld.

Mit jedem Kind beginnt ein neues Lebenskapitel, in dem alle vorhergehenden fortgesetzt werden

Alles beginnt noch einmal von vorn, nämlich mit der Geburt eines Kindes. Wenn Sie eigene Kinder haben, dann weckt es vielleicht ganz konkrete Erinnerungen bei Ihnen, wenn das noch nicht der Fall ist, stellen Sie sich vor, wie das wohl war, als Sie geboren wurden....

Lassen Sie ein inneres Bild von der Geburt eines Kindes entstehen.

Die Eltern halten es zum ersten Mal in den Armen, sie freuen sich, dass bei der Geburt alles glatt verlaufen ist. Mutter und Vater schauen auf ihr Kind und sind bewegt.

Was bewegt Eltern innerlich in einem solchen Augenblick?

Der Schmerz und die Anstrengung der Geburt sind eben verklungen....

Mit jedem Kind wird neue Hoffnung geboren... Jedes Kind bedeutet einen neuen Zukunftsentwurf. Mit jedem Kind wird eine neue Seite in der Geschichte des Paares aufgeschlagen ...

Es wird eine neue Seite in der Geschichte des Lebens aufgeschlagen... ein magisches Moment....

Frischgebackene Väter, die soeben die Geburt ihres Kindes erlebt haben, gehen oft wie auf Wolken und können von nichts anderem Reden, als den Vorgang der Geburt in allen Einzelheiten wieder und wieder zu berichten. Sie wundern sich, dass alles um sie herum so normal weitergeht. Wieso bleibt die Welt so wie sie ist, scheinen sie sich zu fragen.

Wo doch eben so etwas Wunderbares passiert ist! Vielleicht können wir sagen, es ist etwa so wie das Geheimnis von Weihnachten am eigenen Leib erfahren.

Kahlil Gibran spricht von der großen Hoffnung, die in der Geburt jedes Kindes liegt. Diese Hoffnung nährt sich von der „Sehnsucht des Lebens nach sich selbst“, wie er so schön formuliert hat. Es gibt neben dieser großen Hoffnung auch eine kleine Hoffnung:

Das ist die individuelle Hoffnung der Eltern. Diese Hoffnung nährt sich von der persönlichen Sehnsucht der Eltern. Durch diese persönliche Sehnsucht hindurch wirkt auch die Sehnsucht der größeren Familie, der Gemeinschaft in die dieses Kind eingebettet ist.

Und in diese Hoffnung können sich auch Angst und Ahnungen mischen... wird dieses süße Mädchen den Vater im Haus halten, damit er nicht mehr so oft in der Kneipe gesehen wird?



Die Eltern spüren in sich auch die Frage, ob alles im Leben ihres Kindes auch so gut gehen wird, wie man es ihm heute wünscht. Diese Sehnsüchte, Hoffnungen und Ängste äußern sich bei den meisten Eltern recht konkret: eine Mutter drückt ihre Tochter an sich und wünscht ihr, sie möge ein leichteres Leben haben als sie selbst. ‚Ich werde dafür sorgen, dass Du eine Ausbildung erhältst, du sollst nicht so abhängig werden, wie ich es von Deinem Vater geworden bin.‘ Ein Vater schaut in die hellwachen Augen seines Sohnes und träumt von der großen Karriere, die ihm, dem Vater, nicht vergönnt war - ein anderer Vater erschrickt über die äußere Ähnlichkeit zwischen seinem Sohn und ihm, und er spürt, gegen seinen Willen eine heftige Abneigung gegen das Kind. Eine Mutter findet ihren Sohn wunderschön und verliebt sich sofort in ihn. Eine andere Mutter ist enttäuscht, dass das Kind nicht so schöne Locken hat, wie sie es sich immer erträumt hat.

Der Stammbaum

Es ist ganz normal, dass wir solche oder ähnliche Hoffnungen und Ängste beim Anblick unserer Kinder spüren. Unsere Kinder verkörpern ja unsere Zukunft. In sie projizieren wir deshalb unsere Zukunftshoffnungen und Zukunftsängste. Gleichzeitig sind unsere Kinder ein Stück unserer eigenen Zukunft. Sie sind ein Stück von uns, sie kommen durch uns....

Das englische Wort für Nachkomme heißt offspring und drückt das schön aus:

Die Kinder entspringen den Eltern... nehmen wir noch das Bild des Stammbaumes dazu... vom Stamm zweigen sich immer mehr Seitentriebe ab, die sich immer feiner verästeln.

So wachsen unsere Kinder wie eine neue Knospe aus uns heraus, wie wir aus unseren Eltern hervorgegangen sind. So sind Eltern die wesentlichste Grundlage für die Entwicklung ihrer Kinder. Das, was ihnen eigen ist, geben sie unweigerlich an ihre Kinder weiter.

Dies ist nicht nur im biologischen, sondern auch im sozialen Sinne zu verstehen. Kinder stammen einerseits biologisch von ihren Eltern ab, sie wachsen auch in innigster Nähe zu ihren Eltern auf. Es ist dieser emotionale Raum in dem sich alle Familienmitglieder gegenseitig beeinflussen. Durch diese hohe Dichte und Nähe werden sowohl die lebensbejahenden Energien in den Eltern unmittelbar von den Kindern empfunden und empfangen wie auch deren verletzte und unverarbeitete Anteile.

Die Kinder nehmen all diese Energien von Geburt an auf, sogar schon im Mutterleib wie die pränatale Forschung herausgefunden hat. Jedes Kind verarbeitet diese Energien auf seine individuelle Weise. Deshalb entwickeln sich Geschwister auch unterschiedlich. Abgesehen von der Tatsache, dass sich die familiäre Situation für jedes neue Kind anders darstellt als für das vorherige. Die äußere oder innere Situation der Eltern verändert sich im Wandel der Zeit, der Gesellschaft oder der politischen Situation. So wird mit den Hoffnungen und Ängsten der Eltern dem Kind ein Stück Zukunft in die Wiege gelegt. Sie können ihm zum Segen werden, sie können ihm aber auch zum Fluch werden. Es werden positive, sinngebende Botschaften an das Kind weitergegeben, aber auch unselige, belastende Aufträge. Keine noch so wohl meinende Eltern können das vermeiden.

Es gehört zum Schicksal von Eltern, dass sie das, was ihnen innerlich eigen ist, an ihre Kinder weitergeben. Zum Schicksal der Kinder, sowohl das Positive als auch das Negative ihrer Eltern in sich aufzunehmen. Dies gehört zur Grundlage ihres weiteren Lebens.

Eltern können sich aber bemühen, das Positive in sich zu stärken und weiterzuentwickeln und das Negative zu verarbeiten. Indem wir als Eltern darauf achten, dass wir mit unseren eigenen persönlichen Problemen vorankommen, entlasten wir unsere Kinder. Dann brauchen sie unsere Probleme nicht zu übernehmen und an die nächste Generation weiterzugeben.



Auch als Kinder unserer Eltern können wir mit diesem Ererbtem weiterarbeiten. Wir können das Gute dankbar annehmen und ausbauen. Wenn wir spüren, dass ein Stück des inneren Erbes ein Teil von uns selbst geworden ist, der uns festhält, einschränkt oder behindert, können wir dies belastende Erbe für uns so weiterverarbeiten, bis wir auch daraus Identität und Selbstbewusstsein beziehen können. Unser familiäres Schicksal ist immer eine Chance für unseren weiteren Lebensweg, ist Teil unserer Lebensbestimmung. Dies gilt sowohl für unsere Rolle als Eltern als auch für unsere Rolle als Kinder.

Nun gibt es Sehnsüchte die mehrere Generationen brauchen, um realisiert zu werden. Es gibt Schulden und Hypotheken, die mehrere Generationen brauchen, um getilgt zu werden. Wenn Kinder die unverarbeiteten Sehnsüchte ihrer Eltern übernehmen, kann es zu Fehlentwicklungen in ihrem späteren Leben kommen. Zunächst entwickeln sich solche Kinder zur vollsten Zufriedenheit ihrer Eltern. Diese sind ja erst einmal froh und dankbar, dass die Kinder ihre Lebensträume verwirklichen. Die Schwierigkeiten der Kinder offenbaren sich meistens erst im Erwachsenenalter. Sie bekommen später im Leben beispielsweise Probleme in ihrem Beruf oder ihren Liebesbeziehungen. Sie wissen nicht wer sie sind und was sie werden sollen. Oder sie haben nur eine vage Idee, wie sie sein sollen, und haben das Gefühl, sie schaffen es nicht, was ihre Eltern ihnen aufgetragen haben. Deshalb verachten und bestrafen sie sich selbst.

Hier eine Lebensgeschichte dazu:

Eine junge Frau versteht nicht, warum sie im Leben immer wieder von Unruhe gepackt wird. Obwohl sie einen guten Beruf und eine gute Beziehung hat, hat sie das Gefühl im Leben nicht voranzukommen. Immer wieder überfällt sie ein Gefühl des Überdresses. Sie möchte am liebsten alle Zelte hinter sich abbrechen und ganz allein in die große weite Welt ziehen.

Langsam wird in unserer gemeinsamen Arbeit klar, dass hier vorwiegend die Sehnsucht ihrer Mutter zugrunde liegt. Diese hatte sich seit früher Kindheit um den Haushalt und ihre jüngeren Geschwister kümmern müssen, da ihr Vater im Krieg gefallen war und die verwitwete Mutter allein blieb. Deshalb war die Mutter der Klientin froh, als sie einen Mann kennen lernte und endlich heirateten konnte. Mit dem Ehemann zog sie fort, in der Hoffnung auf ein schöneres Leben. Aber die Ehe wurde unglücklich, und wieder fühlte sie sich fest angebunden, diesmal durch die eigene Familie. Sie bekam eine Tochter und liebte sie sehr. Sie ging mit ihr oft spazieren und erzählte dem kleinen Mädchen von der großen weiten Welt.

Eine Welt, die die Mutter nicht aus eigener Erfahrung, sondern vor allem aus Büchern kannte. Die Mutter verstarb, ohne jemals selbst in die große, weite Welt aufgebrochen zu sein. Heute spürt die erwachsene Tochter die Sehnsucht der

Mutter in sich und hat das Gefühl, dass sie weder ihr eigenes Leben, noch die Ideale der Mutter leben kann. Sie fühlt sich wie dazwischen eingeklemmt.

Eine andere Lebensgeschichte:

Ein Mann ist der Meinung, sich in seinen Liebesbeziehungen ständig im Kreis zu drehen. Er begegnet immer wieder Frauen, die ihn zwar akzeptieren, aber nicht lieben, und er fühlt sich von den Frauen ausgenutzt. Ihm fällt auf das es häufig Frauen sind, die einen anderen Mann vor ihm geliebt haben. Auf seine Kindheit und seine Mutter angesprochen erzählt er, dass sie ihm schon als Jugendlicher gesagt hätte: „So wie Du bist, wirst Du später keine Frau bekommen!“ Das bekam er immer zu hören, wenn er in den Augen seiner Mutter zu forscht, zu neugierig oder zu lebhaft gewesen war. Wenn er aber brav war verhätschelte sie ihn und teilte mit ihm ihre Geheimnisse. Nach der Geschichte seiner Mutter gefragt, erzählte er die Mutter hätte ihr Leben lang an ihrer Jugendliebe gehangen. Dieser junge Mann wäre im Krieg gefallen. Die Ehe mit seinem Vater wäre für seine Mutter nur eine lästige Pflicht gewesen, aber der Vater wisse trotzdem bis heute nicht das er nur zweite Wahl gewesen sei.

Die Sehnsucht aus der unsichtbaren Nabelschnur

In diesen beiden Beispielen wird deutlich, wie die erwachsenen Kinder die Sehnsucht eines Elternteiles ausleben. Auffällig ist, dass die Elternteile, von denen die Kinder die Sehnsucht übernahmen, wichtige Bezugspersonen im Krieg verloren haben. Im ersten Fall war es der Vater, im zweiten Fall die Jugendliebe. Wenn frühe Verluste nicht in der Tiefe betrauert werden, entsteht eine unendliche Sehnsucht, als bleibende Verbindung zur verlorenen Bezugsperson, nie eine nicht durch trennte, unsichtbare Nabelschnur. Die betreffenden Elternteile



**Mehr Kursteilnehmer
durch Ihren Eintrag
im Heilungsforum!**

Der Grundeintrag
und eine Visitenkarte
sind völlig kostenlos.

**Aufnahme auch für
Gesundheitspraktiker
möglich !**

- eine NEUES bundesweites Internetportal für
Therapeuten, Heilpraktiker, **Gesundheitspraktiker**,
Praxen und Seminaranbieter
- bundesweite Kurse, Seminare und Ausbildungen

Schauen Sie doch unverbindlich einfach mal rein !

www.heilungsforum.de

Heilungsforum Große Straße 11 B, 38116 Braunschweig - Fax: 0531 502946

le konnten aufgrund ihrer Verluste diese Sehnsucht nicht stillen und mussten diese immer wieder verdrängen. Als sich ein Kind ankündigte, hofften sie unbewusst, ihre geheime Sehnsucht mit dem Kind teilen zu können. Das Kind bekam im ersten Fall die Sehnsucht der Mutter als Lebensauftrag, alles stehen und liegen zu lassen und allein in die weite Welt zu ziehen. So wie der Vater damals in den Krieg gezogen war. Im zweiten Fall wurde der Sohn von der Mutter unbewusst anstelle der gefallenen Jugendliebe als Partnerersatz ausgewählt.

In beiden Fällen übernahmen die Kinder unbewusst die Sehnsucht der Eltern und machten sie zu ihrer eigenen. Damit waren diese Menschen innerlich „besetzt“.

Sie haben in ihrem Herzen keinen Platz mehr für die eigene Sehnsucht. Sie konnten ihr eigenes Leben nicht mehr leben, sie sind nicht mehr offen für die eigene Liebesbeziehung.

Auffällig an den beiden Beispielen ist auch, dass die Eltern nicht richtig zu einander passten, dass die Eltern innerlich voneinander „geschieden“ waren. So wurde das Kind innerlich näher an einen Elternteil gebunden und mit dessen Sehnsüchten ausgestattet. Damit bildeten beide eine Koalition gegen den anderen Elternteil. Das Kind durfte nichts vom anderen Elternteil übernehmen, ohne das Gefühl zu haben, den ihm näher stehenden Elternteil zu verraten. So entwickelt sich ein Kind zum doppelten Verräter:

Wenn es einem Elternteil treu sein will, muss es den anderen verraten. In der, psychologisch, „Über-Identifikation“ mit dem geliebten Elternteil leben die Kinder später als Erwachsene dessen Sehnsucht aus. Und in der Abgrenzung zum anderen Elternteil verbieten sie sich, irgendetwas, auch nichts positives, von diesem Elternteil zu übernehmen. Manchmal geht das sogar noch um dessen Verwandtschaft. So spaltet sich die Herkunftsfamilie in eine „gute“ und in eine „schlechte“ Linie. Das ist tragisch, denn ein Kind gehört immer zu beiden Eltern. Wenn es eine Seite ablehnen muss, spaltet es sich innerlich mitten entzwei. Die Spaltungslinie verläuft quer durch das Selbst. Häufig bemüht sich das Kind zwischen beiden Seiten hin- und herzuspringen. Denn ein Kind hält es nicht aus, sein Leben lang nur einem Elternteil treu zu sein und dem anderen nicht. Es gibt keine Treue die größer ist als Kindertreue.

Wir kommen nicht in Frieden mit uns Selbst, wenn wir gezwungen sind, Vater oder Mutter zu verraten. Deshalb ist es wichtig für Eltern, die eigenen Sehnsüchte zu erkennen und um zu setzen. Kinder brauchen liebevolle Eltern, sie brauchen aber auch Eltern, die mit sich und ihrem Leben zufrieden und glücklich sind. Dann haben sie ein gutes Vorbild dafür, wie man ein erfülltes Leben führt. Niemand sollte die ungelebten Sehnsüchte der Eltern stellvertretend leben, und muss sich schuldig zu fühlen, dass sich die Eltern des Kindes wegen aufgeopfert haben. Sich aufopfernde Eltern sind nicht notwendigerweise die besten Eltern.



Der größte Widersacher findet sich aber meist in unserem Innern, als Mutter oder Vater, selbst: Es ist oft das einsame, sehnsüchtige innere Kind in der Mutter, dem schon früh die liebevolle Zuwendung von ihren Eltern gefehlt hat. Und das nun, da es selbst Mutter geworden ist, von sich fordert, ihren Kindern all das zu geben, was ihr selbst früher gefehlt hat.

Aber ihre Kinder können nicht stellvertretend für sie die Mutterliebe, die ihr früher gefehlt hat, annehmen. Oft wehren sie sich zu Recht gegen diese Überbemutterung. Auch hier gilt es sich auf sich selbst zurück zu besinnen. Vergessen wir nicht die Sehnsucht, die jenseits von Generationsaufträgen und -Hypotheken liegt. Es ist die Sehnsucht nach Selbstverwirklichung. Es ist die Sehnsucht, dass jeder Mensch das sein möge, zu dem er geboren ist.

Diese Sehnsucht will, dass jeder Mensch die eigenen Potenziale und Möglichkeiten, die in ihm schlummern, zum Leben erwecken und entfalten möge.



Ilona Steinert
Tel.: 0761/381357
E-mail: iosteinert@aol.com
www.dgam-freiburg.de
www.ilona-steinert.de

• Aktuelle Sonderpreise! • Aktuelle Sonderpreise! • Aktuelle Sonderpreise! • Aktuelle Sonderpreise! • Aktuelle Sonderpreise! •



**DGAM
Mediathek**
Aus Kursen und Vorträgen
von Gerhard Tiemeyer

Mitschnitte aus Kursen zur Gesundheitspraxis 2008:

Was ist Gesundheitspraxis

Arbeiten im Hier und Jetzt

Das Hausmeistermodell

Orientierung im Fähigkeitsmodell

Jeweils ca 60 Minuten – DVD Paket 12,- Euro

aus 2005 –2007 auf DVD:

1. **Das Kommunikationsquartett:**
Das Modell der vier Ohren
2. **Einführung in die Symboldeutung**
- erläutert anhand einer Märchendeutung
3. **Hänsel und Gretel**
- ein Märchen für Erwachsene; was zu tun ist, wenn weibliches „böse“ geworden ist
4. **Das not-wendige Böse**
- warum das Böse uns hilft, Not zu wenden
5. **Heil- und Gesundheitspraxis**
- die wichtigsten rechtlichen Bestimmungen und ihre Bedeutung in der Praxis

Je ca. 50 Min., pro DVD: 5,- alle 5 DVD: Sonderpreis 12,-

Ali Baba und die 40 Räuber
- ein modernes Märchen für
besinnliche Stunden
Die Märchen aus 1001 Nacht
als Beziehungstherapie.
2 CD, ca. 120 Min 10,-

Alle Preise inkl. MwSt.
zuzüglich 1,45 Porto
Bestellungen direkt an:
DGAM Service Hannover
Lister Meile 33
30161 Hannover
Tel.: 0511 5349479
Mail: service@dgam.de