

Leben – lieben – lernen

Newsletter Mai 2015

Erwin-Bosch-Ring 54
86381 Krumbach/Schwaben
Tel.: 0 82 82 - 82 71 56
helmut.laber@praxis-laber.de
www.praxis-laber.de

Mich selbst finden und mein Leben neu ausrichten

Die Eltern der Kindheit – an ihnen führt kein Weg vorbei!

Die Eltern der Kindheit sind für jeden Menschen prägende und elementar wichtige Bezugspersonen. Selbst wenn ein Elternteil nicht anwesend war, bleibt der prägende Einfluss des Fehlens bestehen.

Die Kindheit

Während der ersten Lebensjahre, in denen das Kind in höchstem Maße von den Eltern abhängig ist, prägen sich „die Strukturen der Eltern“ tief in der Psyche des Kindes ein. Nicht immer wird dadurch gefördert, was ein Kind, als Seele, an Gaben mit auf die Erde bringt. Die eigenen Gaben des Kindes finden selbst bei den besten Eltern nur selten Bestätigung und werden mitunter auf Eis gelegt.

Erwachsene können nicht wirklich verstehen was im Kind vorgeht und das Kind kann sich nicht mitteilen oder durchsetzen mit seinem Erleben. Wie ist das zu verstehen?

Wahrnehmungsvermögen des Kindes

Wenn ein Kind auf die Erde kommt bringt es ein unendlich großes Wahrnehmungsvermögen für Energien aller Art mit. So kann es wahrnehmen welche Gefühlsenergien in seinem Umfeld vorhanden sind, mitunter sehen Kinder Dinge, die wir nicht wahrnehmen können. Diese Energien drückt das Kind aus, in diesen Energien erfährt es sich. Es nimmt unbewusst wahr, wie es den Menschen in ihrer Nähe geht, wie sie sich fühlen und welche Stimmung ihr Zusammenleben beherrscht.

So lacht das Baby beispielsweise oder ist ruhig und geborgen wenn Menschen ihm in wahrhafter Freude begegnen oder zu ihm in den Kinderwagen schauen. Bei anderen Menschen kann es aber auch plötzlich zu weinen beginnen oder Angst zeigen, obwohl gar kein äußerer Anlass hierfür sichtbar ist.

Diese unterschiedlichen Reaktionen werden zunächst nicht verstanden. Wer denkt schon daran oder weiß, dass dieses neugeborene Wesen auf unsere eigenen Energien, wie unsere Stimmung und unsere Gefühle reagiert.

In meinen Augen und nach all den Erfahrungen, die ich mit 5 eigenen Kindern, und in der Arbeit mit meinen Klienten, gemacht habe und mache, besitzen Babys und Kleinkinder unendlich feine Antennen für die Schwingungen in ihrer Umgebung. Ich meine, sie sind noch angebunden an die Schwingungen der Seele und die Wahrnehmungsfähigkeit feinstofflicher Energien, die uns umgeben.

Unschuld und Unbekümmertheit

Das kleine, unschuldige Kind drückt all diese wahrgenommenen Energien aus, spiegelt sie wieder. Kontroll- und Unterscheidungsstrukturen kennt es noch nicht. So drückt es neben den angenehmen, auch die für den Erwachsenen weniger angenehmen, meist unterdrückten Gefühle aus. Da es keine Filter besitzt, macht es dies ohne Vorbehalte. Es kennt noch keine Unterscheidung der Gefühle und Beurteilung der Wahrnehmungen.

Spiegelungen des Kindes

Spiegelt jedoch dieses Kind den Eltern ihre unbewussten Energien, löst es bei diesen mitunter Ärger, Angst, Wut, Scham, Trauer, Sorge und ähnlich unangenehme Gefühle wieder aus. Die Eltern und Erwachsenen reagieren jedoch darauf mit ihren angelernten Verarbeitungs- und Verdrängungsstrategien, die ihnen selten bewusst sind.

Da das Kind darauf angewiesen ist, seine Reaktionen auf fördernde Weise bestätigt zu bekommen, entsteht ein Konflikt, wenn es anstelle des fördernden Umgangs mit diesen Emotionen, die Ablehnungsstrategien der Eltern und Erwachsenen erfährt.

Wie sollen Eltern und Erzieher auch auf emotionale Spiegelungen angemessen reagieren, wenn sie selbst nie gelernt haben mit ihren eigenen Emotionen, insbesondere den eigenen Ängsten, umzugehen?

Bestätigung und Ablehnung

So wird das Kind häufig für seinen Gefühlsausdruck, zumindest wenn es die uns unangenehmen Gefühle betrifft, gemäßregelt oder gar bestraft. Was dabei passiert, ist, dass das Kind immer mehr jene Emotionen selbst in sich ablehnt und sich selbst sogar dafür bestraft wenn sie auftauchen. Es geht mehr und mehr mit sich selbst so um, wie es dies von Eltern oder Erziehern gelernt hat. Worin es sich abgelehnt erfahren hat, lehnt sich das Kind künftig auch selbst ab.

Auf diese Weise beginnt ein Weg in die Selbstverleugnung in die Unterscheidung von gut und böse, brav und unartig, richtig und falsch, nach den Prägungen und Überzeugungen der Eltern, Erwachsenen oder Erzieher.

Das Kind hat keine Instanz und keine Möglichkeit, die vorgegebenen Werte und Normen der Erwachsenen zu hinterfragen und gegebenenfalls abzulehnen. So reduzieren sich sein Potenzial an Fähigkeiten und Ausdrucksvermögen auf die angelernten und übernommenen Werte der Erziehung, die Überzeugungen der Eltern, der Familie, der Erzieher und anderer Autoritätspersonen.

Aus der einstigen, großartigen und feinfühligem Wahrnehmungsfähigkeit wird Anpassung an die Normen anderer. Innerlich verkümmert das Kind mit seinen wahren Fähigkeiten.

Verinnerlichte Muster

Als Verhaltensmuster werden diese abgespeichert und wirken fortan selbständig aus dem Unterbewusstsein weiter. Der bewusste Verstand merkt das nicht. In der Folge hält auch der Erwachsene Mensch unbewusst diese Muster hoch und verteidigt sie, selbst wenn sich die eigenen Überzeugungen im Verlaufe des Lebens verändert haben und die alten Muster selbstschädigend wirken.

Wer kennt nicht jene Emotionen, die überfallartig hochkommen, wenn sie durch andere Menschen oder Ereignisse angestoßen werden? Auf diese Weise melden sich einst verdrängte und abgelehnte innere Gefühlskinder, bis sie angesehen, angenommen und die darin blockierte Kraft wieder freigelegt wird.

Umwege des Ausdrucks

Wenn wir heute verstärkt mit Schreikindern, ADS und ADHS bei Kindern zu tun haben, zeigt das nach meiner Erfahrung, wie sensibel diese Kinder sind und wie sie, im Falle ADS/ADHS ihre unbewussten Wahrnehmungen auf die körperliche Ebene verlagert haben, sie auf diese Weise auszudrücken versuchen.

Kinder lieben ihre Eltern

Ich mache keinen Eltern Vorwürfe, alle Eltern machen es so gut wie sie können. Und alle Kinder lieben ihre Eltern. Auch wenn es auf beiden Seiten nach außen hin oft anders aussieht, auf einer tieferen Ebene ist es so. Ich habe es nie anders gesehen. Selbst in Gewalt, im Zank und Streit wirkt eine tiefe, unbewusste und blinde Loyalität und Liebe.

Verstrickungen

Doch diese Liebe im Schweren, im Leid und in der Not, jene blinde Liebe, ist es, die zu Verstrickungen mit Vater, Mutter, Großfamilie und wichtigen Bezugspersonen der eigenen Kindheit führt. Ja sogar Energien und Muster der Ahnen, werden auf diese Weise unbewusst von Generation zu Generation weitergegeben.

Auf den Lebensbühnen der Beziehungen und Partnerschaft, der Familie und Beruf, des Körpers und der Psyche, zeigen sich die verinnerlichten unbewussten Muster und Verstrickungen, ohne als solche erkannt zu werden.

So leben wir als Erwachsene zu großen Teilen aus Energien und Überzeugungen, die wir uns in der Kindheit angeeignet haben und die uns aus dem Unterbewusstsein steuern.

Nach meiner Erfahrung sind es hauptsächlich 3 Arten von destruktiven Lebensmustern und 3 Bereiche in denen sich diese Muster zeigen.

Entstehung destruktiver Muster:

1. Übernommenes

Unbewusst oder unreflektiert übernommene Energien, Überzeugungen und Verhaltensweisen aus der Familie, der Eltern, wichtiger Schlüsselpersonen und der Ahnen, überdecken die eigene Einzigartigkeit. Wir sprechen hier von Verstrickungen. Diesen Verstrickungen kann sich kein Mensch entziehen. Sie werden von Generation zu Generation weitergereicht und entstehen bereits in der Kindheit, jener Zeit der Abhängigkeit. Sie verhindern die persönliche Freiheit der Wahl. Was wir „unser“ Leben nennen, ist oft ein Leben aus Wiederholungsmustern anderer.

2. Eigenes

Mit jedem Gedanken den wir denken vollbringen wir einen schöpferischen Akt, erzeugen Gefühle, die sich im Körper als Empfindung zeigen. Sind wir beispielsweise sehr kritisch denkend eingestellt, erzeugen wir damit Ärger, Wut oder Zorn und Anspannung im Körper. Täglich denken wir 60.000 – 80.000 Gedanken. Welche Qualität haben diese Gedanken? Unbewusst angewandt, erzeugen wir dabei Leidensmuster durch Ablehnung oder Unterdrückung von Gefühlen und Emotionen. Ablehnung und Unfrieden mit der eigenen Vergangenheit, Aufrechterhalten und Nähren destruktiven Gedankengutes, verurteilendes Denken über andere und über sich selbst, unreflektierte übernommene kritische Überzeugungen anderer führen allesamt zu verinnerlichten Glaubenssätzen, die sich im Leben verwirklichen und die

eigene Denkweise dadurch stets bestätigen. Mangel- und Leidenserfahrungen sind die Folge.

3. Karmisches

Meiner Erfahrung nach bringt jeder Mensch alte Muster aus früheren Inkarnationen der Seele mit in dieses Leben, sog. karmische Verstrickungen. Nach diesen Mustern wählen wir als Seele schon vor der Inkarnation die Personen aus, denen wir in diesem Leben begegnen. Wir wollen ihnen sogar begegnen. Die verinnerlichten kindlichen Muster knüpfen dort wieder an. Hierbei spielt es keine Rolle ob jemand an Reinkarnation glaubt oder nicht, die Muster wirken und wiederholen sich im jetzigen Leben. Somit reicht es hier sehr oft schon aus, sich der Mustern und Energien dieses jetzigen Lebens bewusst zu werden und in sich aufzuräumen, hin zum wahren inneren Frieden. Den wiederum kann nur finden, wer auch die destruktiven, unfriedlichen Anteile in sich wahrnimmt und anschaut.

Bereiche in denen sich diese Muster zeigen:

1. Im Selbstbild

Diese Muster zeigen sich im Bild, das wir von uns selbst haben, der Qualität in der wir uns selbst sehen, auf uns und unser Leben schauen. Wie wertschätzend oder kritisierend und ablehnend schauen wir auf unser Leben, unseren Körper, unsere Leistungen, unsere Vergangenheit? Wie hart sind die Bedingungen die wir selbst an uns stellen um im Leben als gut genug zu gelten? Wie hoch sind die eigenen Ansprüche und Erwartungen an uns selbst? Machen wir uns womöglich selbst Druck und projizieren ihn dann auf andere? Was denkt es also über den eigenen Wert? usw.

2. Im Menschenbild

Die verinnerlichten Muster zeigen sich auch im Bild das wir von den anderen Menschen im Außen haben. Wie schauen wir auf die anderen Menschen? Wie denken und fühlen wir zu den anderen? Ist unser Menschenbild von Gemeinsamkeit geprägt, oder von Trennung, indem wir uns distanzieren, beschuldigen, anklagen? All dies darf ehrlich erkannt werden als Muster, das wir in uns tragen um es zu transformieren. Was immer wir auf destruktive Weise über andere denken und urteilen trifft immer uns selbst, das dürfen wir erkennen.

3. Im Weltbild

Im Weltbild zeigt sich die Art wie wir über das Leben, Gott und die Welt zu denken und zu fühlen verinnerlicht haben. Entsprechend erleben wir die Welt

und das Leben. Entweder kriegerisch voller Streit und Missgunst, hart und ungerecht, oder leicht und schön, voller Neugier auf die Wunder die uns täglich neu begegnen und uns erfüllen, usw. Was also denkt es in uns über die Welt?

Lebensbereiche in denen diese Muster wirken:

- Partnerschaft und Beziehung
- Eigene Familie, Kinder und Enkel
- Beruflicher und Geschäftlicher Erfolg und Misserfolg
- Anstrengung oder Leichtigkeit
- Lebenserfüllung und Mangel
- Körper Gesundheit und Krankheit
- Psychisches Wohlbefinden oder Disharmonie

Zu mir selbst zurückfinden

Wer in den Bereichen seines Lebens Disharmonien vorfindet, darf sich auf den Weg machen und die verinnerlichten, unbewussten Muster hinter dem jeweiligen Geschehen erkennen lernen.

Am **Weg zurück in die Kindheit** kommt man hier nicht umhin, um zu erkennen, was wir schon in der Kindheit an Überzeugungen, Mustern und Lasten übernommen haben. Nicht auf beschuldigende Weise, sondern mit dem Ziel die Liebe zu sich selbst und die wahre eigene Natur wieder zu finden, den Anschluss an sich selbst und seine Seele dort wieder herzustellen wo wir ihn einst verloren haben.

Vater und Mutter sind hier sehr wesentliche Bezugspersonen, mit denen es gilt die Verstrickungen zu lösen und Frieden zu machen. Dies betrifft nicht so sehr den Erwachsenen, dem es oft gelungen ist mehr oder weniger Frieden zu schaffen, sondern das kleine, innere Kind, das uns in den schwierigen Situationen des Lebens mit seinen Strategien, Blockaden und Mustern noch immer leitet. Es will keinen Scheinfrieden und damit Verrat an sich selbst, des lieben Frieden willens, sondern es will geliebt werden mit allem was in ihm ist, und zwar von uns selbst, dem Erwachsenen, nicht von den Eltern, die längst nicht mehr zuständig sind für unsere Entwicklung.

In der Kindheit brauchte dieses Kind seine Strategien um dazuzugehören und Aufmerksamkeit, Bestätigung und Liebe zu erhalten. Der Erwachsene von heute darf erkennen wo diese verinnerlichten Strategien noch immer sein Leben leiten. Erst dann kann er sich davon lösen und in „sein eigenes Leben“ finden.

Beispiele:

- Wer oft gehört hat, er sei nichts wert, erlebt dies vielleicht über große Selbstzweifel jetzt in seinem Leben.
- Wer schon das Beziehungsunglück der Eltern erlebte, getraut sich selbst nicht glücklicher zu sein in seiner Partnerschaft als einst die Eltern.
- Wer als Frau, die eigene Mutter in ablehnender Haltung gegenüber ihrer eigenen Weiblichkeit erlebt hat, ist womöglich selbst mit dem eigenen Frausein unglücklich.
- Wer als Sohn nicht den Zugang zu seinem Vater gefunden hat, kann sein eigenes, wahres Mannsein nicht voll leben.
- Wer mit den Eltern mitgelitten hat erlebt womöglich sein eigenes Leben eher leidvoll.
- Wer gehört und verinnerlicht hat, das Leben sei hart, erlebt es auch so.
- Wer sich mit einem Elternteil solidarisiert hat und gegen den anderen gewandt hat, wird im eigenen Leben womöglich Zerrissenheit, Unausgeglichenheit und Mangel erleben.
- Gab es im Familiensystem Ausgeschlossene und Vergessene, werden diese energetisch von später geborenen Personen vertreten, die selbst scheitern oder das Schicksal der Ausgeschlossenen wiederholen ohne davon zu ahnen. U.v.m.

Hier gäbe es noch viele, viele Beispiele zu nennen. Sie allesamt zeigen, dass „Probleme“ im Leben mit unbewussten Verstrickungen der eigenen Kindheit zu tun haben. Doch Probleme sind Handlungsaufforderungen hinzuschauen und sich selbst in seinem mitunter unbewussten Gefangensein zu erkennen um sich daraus befreien zu können.

Alles ist immer veränderbar und es ist für jeden Menschen möglich in ein ausgeglichenes und erfülltes Leben zu finden.

Was ist dafür nötig?

Eigene Bereitschaft

Hierzu ist ausschließlich die eigene Bereitschaft erforderlich, erkennen zu wollen was die Sprache des Lebens sagen will über die erlebten Umstände. Alleine mit diesem Entschluss öffnet sich eine innere Tür, welche die unbewussten inneren Gefängnisse sichtbar macht. Wer seine Gefängnisse erkennt und verlassen will, wird mehr und mehr den Blick auf die eigene

Einzigartigkeit erhalten und damit in ein kraftvolles und selbstbestimmtes Leben finden.

Jeder Mensch ist einzigartig und großartig. Wer sich auf den Weg macht kommt zu sich und kann von sich behaupten: „**Ich lebe Mein Leben!**“ „Ich bin ein schöner Mosaikstein im großen Lebensbild, ich bin so wie ich bin, genau passend und in Verbindung mit dem was um mich herum sich befindet!“

Mein Angebot der Begleitung auf diesem Weg steht unter dem Motto:

Mich selbst finden und mein Leben neu ausrichten!

Individuelle persönliche Begleitung:

- Lebenscoaching und Therapie in Einzelsitzungen und Einzelaufstellungen
- Persönliche Intensiv-Kur- und Therapiewoche
- Coaching für Beruf und Wirtschaft
- Persönliche Komfort-Individual-Seminare in Krumbach
- Persönliche Exklusiv-Seminare in Ihrer Stadt

Gruppenseminare derzeit zu folgenden Themen:

- Die Mutter der Kindheit, mein inneres Kind und ich – Tor zu persönlicher Freiheit
- Der Vater der Kindheit, mein inneres Kind und ich – Schlüssel für Erfolg und Fülle
- Aufstellungen für Selbstfindung und Transformation

*„Du willst deinen Weg finden?
Verlasse deinen Weg!“
(Johannes Cassianus 360 - 435)*

*„Der höchste Lohn für unsere Bemühungen
ist nicht das, was wir dafür bekommen,*

*sondern das, was wir dadurch werden.
(John Ruski)*

*„Wer einmal sich selbst gefunden hat
kann nichts auf der Welt mehr verlieren!“
(Stefan Zweig)*

In diesem Sinne wünsche ich heilsame Inspirationen und freue mich auf ein Wiedersehen oder Kennenlernen.

Mit herzlichen Grüßen

Helmut Laber