

## Leben – lieben – lernen - - - News

### **Die vergessene Kindheit Die Eltern unserer Kindheit – Tor für persönliche Entfaltung**

**Wie viele Erinnerungen an die ersten 5 Jahre Deiner Kindheit hast du noch? Die meisten Menschen haben nur noch wenige bis keine Erinnerungen mehr an diese Zeit. Wie ergeht es Dir damit?**

Vielfach bekomme ich zu hören, dass diese Zeit vorbei und es normal sei, kaum oder keine Erinnerungen mehr daran zu haben. Dies sagen selbst Menschen, die ansonsten auf eine schöne Kindheit zurückblicken.

Es hat es auch einen Sinn, weshalb sich so wenige Menschen an diese frühen Kindheitsjahre erinnern. Auch wenn wir meinen, diese frühen Kindheitsjahre seien vorbei, so leben doch diese kleinen Kinder mit ihren Erfahrungen noch in uns. Und sie begleiten uns unbewusst durch das Leben.

#### **Kindliches Potenzial und Lebensglück**

Schauen wir doch mal zurück. Jedes Kind wird als ein unschuldiges, fröhliches und freudiges Wesen geboren. Voller Neugier und Entdeckungslust beginnt es den Weg der Erfahrung zu gehen. Wird es anfangs noch bewundert, so beginnt doch recht zügig eine Anpassung an die Erwartungen und Normen der Eltern oder Bezugspersonen der Umgebung.

- Oder hast Du in Deiner Kindheit gehört und gelernt, dass Du als ein wundervolles und einzigartiges Wesen geboren, dazu ausersehen bist in diesem Leben einfach glücklich zu sein und immer nach Deinem Herzen zu leben?
- Hast Du gelernt, dass Dein höchstes Ziel es sei, glücklich und freudig zu sein, und Dich von Niemandem davon abbringen zu lassen?
- Niemals dich selbst zu verleugnen, sondern immer auf das eigene Herz und die innere Wahrheit zu hören, egal was andere Menschen sagen?
- Hast Du gehört, dass Du ein wunderbares Wesen bist, alleine dadurch, dass Du bist ohne erst irgendetwas dafür leisten oder tun zu müssen?
- Hast Du gelernt, dass Du imstande bist, vielfältigste Gefühlserfahrungen zu machen und dass gerade durch diese Fähigkeit zu fühlen Du dich lebendig erlebst?
- Hast Du gelernt, dass jede Erfahrung Sinn macht und Deinen Wert nicht beeinträchtigt, auch wenn sie schwierig ist?

- Hast Du gelernt, Dich selbst als die wichtigste Person Deines Lebens anzusehen, der Du vorbehaltlos vertrauen kannst?
- Hast Du gelernt, dass Du alles in Dir hast was Du brauchst für Dein Leben um erfüllt und voller Freude zu leben?
- Hast du gelernt, dass Du in Situationen der Herausforderung nur nach Innen zu gehen brauchst und für alles die Antworten in Dir vorhanden sind?
- Hast Du gelernt, dass das wichtigste im Leben ist, Dich selbst immer zu lieben und Dir selbst treu zu bleiben?

### Rückmeldungen des Umfeldes

Oder ist es Dir ergangen wie so vielen, ja den meisten Menschen. Dass Du nicht einfach alles so unbedarft erforschen konntest.

- Denn Du könntest Dich ja verschlucken, die Treppe runterfallen, Dir weh tun, etwas kaputt machen, andere stören oder belästigen?
- Und Angst haben oder Schwäche zeigen und weinen durftest Du als Junge vielleicht schon gar nicht. Und wenn Du sie zeigtest, wurdest Du belehrt darüber, dass Du doch keine Angst zu haben brauchst oder kein Weichling werden sollst?
- Wie oft hast du gehört, dass Du nur starke und kluge Menschen im Leben bestehen können?
- Du solltest vorsichtig sein, um nicht von anderen belogen oder betrogen zu werden, von der bösen Welt da draußen benachteiligt oder hintergangen zu werden? Du müsstest schon aufpassen was Du machst und was Du zeigst von Dir?
- Und einfach sagen was einen in den Sinn kommt, das ging schon gar nicht. Was denken denn da die anderen, die Erwachsenen, die Nachbarn, die Kindergärtnerin, die Lehrer, und wer sonst noch?
- Vielleicht hast Du gelernt, dass das was zuhause passiert, Du ja Niemandem erzählen solltest? Und wenn Du es einfach unbedarft gemacht hast, wie wurde darauf reagiert?
- „Kinder und Narren sagen die Wahrheit“, so sagt man. Durftest Du immer Deine innere Wahrheit sagen? Und wenn, wie reagierte dein Umfeld darauf?
- Vielleicht hast Du Geheimnisse anvertraut bekommen die Du Niemandem erzählen durftest?
- Vielleicht wurdest Du bestraft, wo Du in Deiner Unbekümmertheit einfach spontan warst? Musstest lange still sitzen ohne Dich bewegen zu dürfen?
- Vielleicht hast Du körperliche Bestrafung erfahren und Du wusstest gar nicht wofür?
- Wie oft wurde Dir erklärt, was Du alles nicht machen darfst und was sich nicht gehört?
- Vielleicht hast du erfahren, dass Du brav, lieb und folgsam sein musst, damit Mama oder Papa Dich lieben?
- Wie oft wurde Dir gezeigt, dass das was Du machtest nicht gut genug war? Du zu dumm, zu langsam oder vieles falsch machst?
- Wie oft hast Du gehört, dass Du Dich erst mal beweisen musst um etwas zu werden?

- Wie oft hast Du gehört, Du solltest Dich schämen?
- Wie oft hast Du erfahren, dass Du mit Wut oder Ärger, Zorn oder Trotz, Trauer oder Tränen abgelehnt oder ausgelacht wurdest?
- Oder dass Du nicht zu laut schreien oder nicht zu leise sein darfst? Wie oft erlebtest Du als Kind maßregelnde und kritisierende Reaktionen der Erwachsenen um Dich herum?
- Vielleicht hast Du gehört, dass Du unvollkommen bist und erst noch dies oder jenes ändern musst. Das Leben sei schließlich kein Zuckerlecken? Und ... und ... und ...

### Strategien des Kindes

Auch wenn nur wenige der obigen Punkte auf Dich zutreffen. Was ist da im Laufe der Zeit aus dem unbekümmerten und sorglosen Kind geworden? Welche Strategien hat sich dieses Kind, das Du einmal warst, einfallen lassen, damit es gesehen und anerkannt wird?

- Vielleicht, all das Schwierige, Kritisierende und Herabwürdigende zu vergessen, und besonders brav, ruhig und angepasst, oder besonders strebsam und fleißig zu werden?
- Vielleicht all seine Gefühle zu kontrollieren oder ganz abzustellen und aus dem Herz in den Kopf zu gehen?
- Aus der Begeisterung und Liebe zu sich selbst in die gleiche herabwürdigende Haltung sich selbst gegenüber zu gehen?
- Vielleicht die Strategien der Eltern oder des Umfeldes abzulehnen um ja nicht so zu werden wie sie?
- Vielleicht den Clown zu spielen und andere zu erheitern um die eigene Trauer nicht mehr spüren zu müssen? Oder den Störer, der zumindest negative Zuwendung bekommt?

Viele weitere Strategien fallen Kindern so ein. Eine beliebte darunter ist die des Vergessens. Dann wird die Kindheit zu einer schönen Kindheit umerinnert. So wie Aschenputtel es im Märchen gemacht hat: „Die guten Gefühle ins Töpfchen, zum Herzeigen, die schlechten ins Kröpfchen, hinunterschlucken und verbergen!“

### Eltern waren auch Kinder

Die Eltern haben es so gut gemacht wie sie konnten! Denn auch die Eltern waren einst Kinder und haben mit ihren Strategien auf die Anforderungen reagiert, die an sie gestellt wurden. Und nicht immer waren die Zeiten gesellschaftlich so sicher und friedlich wie heute. Oft blieb unseren Eltern von ihrer Kindheit kaum Kindliches übrig. Wie also sollten sie es anders machen als sie es selbst erlebt haben?

Eltern die auf obige Weise reagiert haben, taten dies oft aus Angst heraus, einer Angst, der sie selbst als Kind ausgesetzt waren oder in ihrer Kindheit nicht zeigen konnten.

### Innere Gefühlskinder leben noch

So wie in unseren Eltern, ihre vergessenen oder verdrängten kleinen Kinder durch sie, auch im Erwachsenenleben reagieren oder reagiert haben, so bleiben auch die eigenen inneren Kinder aktiv. Selbst wenn sie im Vergessen der Kindheit vermeintlich abgehakt wurden.

### Was innere Gefühlkinder wollen

Immer dann, wenn im Leben die Kontrolle verloren geht, andere Menschen oder Ereignisse ungeliebte Gefühlszustände auslösen, Beziehungen scheitern, Körper oder Psyche erkranken, machen diese abgelehnten Gefühlkinder auf sich aufmerksam. Sie machen nur aus einem einzigen Grund auf sich aufmerksam, um gesehen und geliebt zu werden.

### Umgang mit inneren Gefühlskindern

Doch wie wird vielfach mit derartigen Erfahrungen umgegangen? Ungeliebte Zustände sollen möglichst schnell wieder verschwinden. Beliebte Mittel hierfür: Vermeiden oder trennen und auf andere projizieren, betäuben oder wegmachen. Mit dieser unbewussten Strategie wird wiederholt, wie wir mit den eigenen inneren Gefühlskindern in Zeiten der Not umgegangen sind, nämlich sich von ihnen zu trennen, sie zu vergessen, sie abzuspalten oder zu betäuben.

### Folge

Dadurch wiederholen sich Ereignisse im Außen so lange, bis innerlich alles wieder in die Ordnung, in den Frieden findet. Und in dieser jetzigen schnelllebigen Zeit passiert dies immer schneller.

### Frieden mit der Vergangenheit

Wenn Du für Dich und mit Dir selbst in die Gesundheit, Harmonie und den Frieden kommen willst, ein Leben in Fülle, Freude und Freiheit führen willst, dann braucht es hierfür Frieden mit der Vergangenheit. Nur wenn im Innen mit der Vergangenheit Frieden geschaffen wurde, können sich diese Energien auch im Leben, in den Beziehungen, der Partnerschaft, dem Beruf, in Körper und Psyche zeigen. Und das oft sehr schnell. „Wie innen so außen“, lautet ein altes Energiegesetz.

### Anzeichen inneren Unfriedens

Frieden mit den Eltern der Kindheit, ist deshalb eine der wichtigsten Voraussetzungen um in den eigenen inneren Frieden zu finden. Die seit Kindheit abgelehnten inneren Gefühlkinder stecken noch immer in den Anstrengungen um Zuwendung und Liebe von den Eltern fest. Ihre Energien werden unbewusst ausagiert und angestoßen in den Arbeitsbeziehungen, im Verhältnis zu Vorgesetzten und Arbeitskollegen, Mobbing, Verlassen werden in den Partnerschaften, im Verhältnis zum eigenen Körper, dem unbewussten Denken über andere, das Leben und sich selbst, sowie den eigenen Kindern. Letztere spüren diese unbewussten Energien nehmen sie auf und leben sie, sehr zum Missfallen der Eltern aus.

Doch all diese Umstände sind Aufrufe der Seele, nach Innen zu gehen und sich innerer Klärungs- und Friedensarbeit zuzuwenden. Wer meint im Außen, im Gespräch mit den Eltern dies vollziehen zu können, stellt, wie das kleine Kind, noch immer Anforderungen an die Eltern und bleibt selbst im Unfrieden. Heilsame Friedensarbeit geschieht im Inneren und kann ohne Zutun der Eltern geschehen. Denn zum Frieden braucht es nur einen, zum Streit immer zwei.

### Beispiele vollzogener Friedensarbeit

Wer diesen Aufruf annimmt und sich auf den Weg macht, wird vom Leben auf vielfache Weise belohnt. Dies zeigen die Rückmeldungen der bisherigen Teilnehmer an diesen Klärungs- und Friedensseminaren.

- So löste sich bei einem Teilnehmer ein Konflikt mit der Mutter wie von selbst auf und plötzlich war gegenseitiges Verständnis und Miteinander möglich.
- Eine andere Teilnehmerin konnte Gewalterfahrungen der Kindheit im neuen Licht sehen, eigene unterdrückte Gefühle annehmen und die Folgen für das eigene Leben verändern.
- Für eine weitere Teilnehmerin lösten sich Konflikte am Arbeitsplatz, nachdem sie die ursächlichen Situationen aus der Kindheit, im Verhältnis zum Vater klärte.

Von vielen weiteren, lösenden Erfahrungen der Teilnehmer kann ich berichten. Sie gehen immer von aktuellen Situationen des Lebens aus, die auf unfriedliche Situationen der Vergangenheit hinwiesen. Die ursächliche Klärung in der Vergangenheit machte den aktuellen Konflikt überflüssig.

Frieden mit den Eltern der Kindheit ist deshalb elementare Klärungsarbeit für persönliche Freiheit, Frieden und Fülle im Leben.

Hierzu biete ich folgende Seminar an:

### **Frieden mit dem Vater der Kindheit**

Das Verhältnis der inneren Kinder zum Vater, zeigt sich für Männer in der Beziehung zum Beruf, zu Männern und zum eigenen Mann-Sein. Für Frauen und Männer in den Partnerschaften, dem Verhältnis zu Vorgesetzten, in den eigenen Führungsqualitäten, dem Verhältnis zu den eigenen Söhnen, und in der Beziehung zum eigenen Erfolg und der Fülle im Leben. Für Frauen hat die Beziehung zum Vater der Kindheit auf besondere Weise ihre Entsprechung in der Wahl des Partners.

### **Frieden mit der Mutter der Kindheit**

Das Verhältnis zur Mutter der Kindheit ist die größte Quelle für inneren Frieden und persönliche Freiheit. Wir werden im Körper der Mutter gezeugt, wachsen in ihr über Monate hinweg auf, verbunden mit all ihren Gefühlen und Empfindungen. Nach der Geburt sind wir wieder abhängig von ihrem Eingehen auf die kindlichen Bedürfnisse. Das geklärte Verhältnis der inneren Kinder zur Mutter der Kindheit zeigt sich für Frauen in der Beziehung zum Frau-Sein und zur eigenen Weiblichkeit, dem Verhältnis zum männlichen Geschlecht und in der entsprechenden Art zu den eigenen Kindern. Ist die Mutter doch lebendiges Vorbild für all diese Beziehungen. Für Frauen und Männer zeigt sich dieses Verhältnis in der Art des Lebensgefühls der weiblichen, passiven Energien wie loslassen und genießen können. Für Männer zeigt sich die Beziehung zur Mutter der Kindheit in der Wahl der Partnerin.

Auch wenn Du als Erwachsene oder Erwachsener mit Deinen Eltern im Frieden lebst, so ist das Kind in Dir meist noch nicht so weit und braucht dringend Deine Liebe und Zuwendung. Schau auf Dein Leben und Du wirst unschwer erkennen über welche Situationen Du hierzu aufgerufen wirst.

**Nie kamen diese Situationen schneller an die Oberfläche und nie konnten sie in so kurzer Zeit geklärt werden. Nutze die Chancen, die das Leben Dir bietet. Es geht nicht darum in der Vergangenheit zu kramen, sondern aktuell auftretende Situationen zu nutzen um Frieden mit der eigenen Vergangenheit zu schaffen.**

Ich freue mich, mit Dir gemeinsam, einen neuen Grundstock zu finden für ein Leben in Fülle und Erfolg, Liebe und Leichtigkeit, Genuss und Gelassenheit, inneren Frieden und Freiheit, Tatkraft und Freude.

*„Es gibt zwei Arten sein Leben zu leben:  
entweder so, als wäre nichts ein Wunder,  
oder so, als wäre alles eines.  
Ich glaube an Letzteres.“  
(Albert Einstein)*

Nutze die Schlüssel für das Tor zu den Wundern die Du in Dir hast, die oft in den vergessenen Kindern schlummern. Kläre die innere Beziehung zu den Eltern Deiner Kindheit und lasse die Kinder in Dir, und damit die Wunder, wieder erwachen.

Ich freue mich auf Dich.  
Herzliche Grüße

**Helmut Laber**

Heilpraktiker für Psychotherapie  
Praxis für Selbstfindung und innere Heilung  
Erwin-Bosch-Ring 54, 86381 Krumbach/Schwaben  
Tel. 08282-82 71 56  
Mobil 0174-921 93 06  
E-Mail: [helmut.laber@gmx.de](mailto:helmut.laber@gmx.de)  
[www.praxis-laber.de](http://www.praxis-laber.de)