

Anselm Grün / Maria-M. Robben

Finde deine Lebensspur

Die Wunden der Kindheit heilen –
psychologische und spirituelle Impulse

HERDER 

FREIBURG · BASEL · WIEN



Taschenbuchausgabe 2020

Titel der Originalausgabe: Finde deine Lebensspur.
Die Wunden der Kindheit heilen – Spirituelle Impulse

© Verlag Herder GmbH, Freiburg im Breisgau 2001
Alle Rechte vorbehalten
www.herder.de

Umschlagkonzeption: Verlag Herder
Umschlagmotiv: © venimo / shutterstock

Satz: G. Scheydecker, Freiburg i. Br.
Herstellung: GGP Media, Pöfßneck

Printed in Germany

ISBN 978-3-451-03300-1

Inhalt

Einleitung	9
Spirituelle Impulse	14
Auswirkung frühkindlicher Verletzungen für den Erwachsenen	17
Verstrickungen in der Eltern-Kind-Beziehung	19
1. Mutterwunden	21
Die Mutterwunden der Töchter	22
Die Mutterwunden der Söhne	26
Die Auswirkung der Mutterwunden bei Erwachsenen ..	29
2. Vaterwunden	32
Die Vaterwunden der Töchter	34
Die Vaterwunden der Söhne	36
Die Auswirkung der Vaterwunden bei Erwachsenen	39
3. Biblische Beziehungsgeschichten und Märchen	43
4. Die Beziehung zwischen Vater und Tochter.	
„Mädchen, ich sage dir, steh auf!“ (Mk 5,21-43)	52
Drei Töchter-Rollen	54
Das Sterben der Tochter	57
Die Angst des Vaters	58
Der Schlaf der Verwandlung	61
„Steh auf!“	64
Die blutflüssige Frau	67
Das Märchen vom „Rumpelstilzchen“	72
Spiritueller Umgang mit Märchen und biblischen Texten	76
Mädchen, ich sage dir, steh auf! – Die Geschichte der kleinen Esther	80

5. Die Beziehung zwischen Mutter und Tochter.	
„Der Dämon hat deine Tochter verlassen“ (Mk 7,24–30) . . .	87
Die Therapie für die Mutter	92
Das Kind sättigen	94
Am Widerstand wachsen	95
Ein Zuhause anbieten	100
„Schneewittchen ist tausendmal schöner als Ihr“	102
Spirituelle Impulse	109
Der gläserne Sarg – Ein Lebensmärchen	117
6. Die Beziehung zwischen Vater und Sohn.	
„Mein Sohn ist von einem stummen Geist besessen“	
(Mk 9,14–29)	122
Die Heilung des Vaters	126
Exkurs: Der geschlagene Sohn agiert seinen Vaterhass	
an anderen aus	128
Der vom Dämon besessene Junge	130
Feuer und Wasser	132
Auch du kannst deinen Sohn heilen	133
Und der Junge erhob sich	135
„Hans mein Igel“	139
Der biblische Text in der geistlichen Begleitung	142
7. Die Beziehung zwischen Mutter und Sohn.	
„Da richtete sich der Tote auf“ (Lk 7,11–17)	148
„Weine nicht!“	153
„Wache auf!“	155
Befreiung aus der Symbiose mit der Mutter	160
„Hänsel und Gretel“	163
Spirituelle Impulse	167
8. Die Therapiemethoden Jesu	170
Die Behandlung des Vaters	171
Die Behandlung der Mutter	173
Die Heilung des Sohnes	175

Der Umgang Jesu mit der Tochter	176
Die Bedeutung des Willens und des Zieles	178
Jesu Immunisierungsstrategie	181
Schluss	185
Literatur	187

Einleitung

W

ir, die Autoren dieses Buches, arbeiten in der geistlichen Begleitung. Dabei begegnen wir immer wieder dem Thema der Elternbeziehung. Offenbar sind viele Menschen von Vater- und Mutterwunden stark geprägt und leiden auch noch im Erwachsenenalter darunter. Unter diesem Eindruck haben wir uns darangemacht, die Erfahrungen, die wir in den Gesprächen machten, miteinander zu besprechen, die Reflexion durch die Lektüre von Büchern über dieses Thema zu vertiefen und auch unsere eigenen Elternbeziehungen bewusster anzuschauen. Aus dieser gemeinsamen Auseinandersetzung ist dieses Buch entstanden. Da es um die Wunden der Söhne und Töchter geht, war es uns wichtig, dass ein Mann und eine Frau gemeinsam dieses Buch schreiben und ihre jeweiligen Erfahrungen und Einsichten einbringen. Es ist immer schwierig und nicht selten unbefriedigend, wenn ein Mann über Frauen schreibt und umgekehrt. Klar ist: Auch wenn wir über die Vater- und Mutterwunden anderer schreiben, tun wir das immer schon auf dem Hintergrund von Erfahrungen, die uns selber begegnet sind, und wir tun es aufgrund der eigenen Wunden, die wir mitbekommen haben, sowie mit den Erfahrungen von Verwandlung und Heilung, die wir selber machen durften.

Von Friedrich Nietzsche stammt der Satz, der einen Ausgangspunkt unseres Buches beleuchtet: „Welches Kind hätte nicht Grund, über seine Eltern zu weinen.“ Wir alle – auch diejenigen,

die inzwischen selbst Kinder haben – sind Töchter oder Söhne. Wir alle tragen unsere Familiengeschichte mit uns herum und sind Teil der Geschichte von anderen Menschen. Die Geschichte, die uns mit den eigenen Eltern von Anfang an verbindet, ist immer auch eine Geschichte, die zwei Seiten hat, positive und schmerzliche. Von den schmerzlichen Seiten der Eltern-Kind-Beziehung, den Verletzungen durch Vater- und Mutterwunden und von heilsamen Möglichkeiten, damit umzugehen, handeln die folgenden Seiten vor allem. Unsere Überzeugung ist: Es handelt sich dabei um ein ganz zentrales Lebensthema. Ob wir unsere eigene Lebensspur finden oder ob wir uns von unserer Lebensgeschichte bestimmen lassen, hängt davon ab, wie unsere Elternwunden heilen. Nur wer sich aussöhnt mit seinem Gewordensein, ist fähig zu entdecken, welche Möglichkeiten in ihm stecken. Er wird seine Eltern nicht mehr dafür verantwortlich machen, wenn sein Leben nicht so läuft, wie er sich das vorgestellt hat. In allen Verletzungen, die wir erfahren, können wir eine Chance sehen, das innerste Wesen der eigenen Person zu finden. Das tiefste Geheimnis unseres wahren Selbst kann uns aufgehen, wenn wir bewusst wahrnehmen, wie unsere Beziehung zu den Eltern war, was daran heilsam und was daran schmerzhaft und krank machend war. Wer den Mut hat, die eigenen Verletzungen anzuschauen, der findet durch sie hindurch auch zu den positiven Wurzeln, die er von seinen Eltern mitbekommen hat. Denn die Eltern haben nicht nur verletzt, sie haben auch viel gegeben. Wir haben teil an ihrer Geschichte, an ihrer Begabung, an ihren Fähigkeiten. Wer den Eltern sein Leben lang wegen seiner Vater- und Mutterwunden einen Vorwurf macht, der schneidet sich von den positiven Wurzeln seiner Eltern ab. Dessen Leben hängt dann in der Luft.

Durch die Wunden hindurch haben wir Zugang zu unserem eigentlichen Kern. Bei allen Verletzungen ist dieser Kern nämlich in uns, unversehrt und heil. Wenn wir ihn entdecken, dann hören

wir auf, unsere Eltern anzuklagen. Wir bleiben nicht bei den Verwundungen stehen, sondern sehen durch sie hindurch auf unser wahres Wesen, auf unser ursprüngliches Selbst. An diesen unseren unverfälschten Kern gelangen wir etwa, wenn wir unsere Lebensträume anschauen, die wir als Kinder hatten, wenn wir unsere kindlichen Berufswünsche analysieren. Wir können fragen: Welche Lebensspur steckt in meinem kindlichen Wunsch, Maurer oder Bäcker zu werden? Im Wunsch, Maurer zu werden, war eine Ahnung, etwas zu gestalten, das für andere wie ein Zuhause ist. Im Bild des Bäckers drückt sich die Idee aus, das Leben anderer zu versüßen. Ein anderer Weg, die eigene Lebensspur zu entdecken, wäre, sich an die Spiele zu erinnern, die wir als Kinder immer wieder gespielt haben. Da spielte eine Frau als Mädchen immer mit Puppen, zog sie schön an und sorgte für sie. In diesem kindlichen Spiel drückte sich ihre Lebensspur aus, für andere zu sorgen, andere zu hegen und zu pflegen. Wir können auch zu unserer Lebensspur finden, wenn wir das Lieblingsmärchen genauer anschauen, das wir als Kind so gerne hörten, oder an die Geschichten denken, die wir begeistert gelesen haben. So war ein Mädchen immer fasziniert von den Ausgegrenzten. Ihre Lebensspur, der Weg, der zu ihrem ureigensten Wesen führte, bestand darin, Ausgegrenzte anzunehmen.

Das Ziel dieses Buches ist, dass wir durch das Anschauen von seelischen Verwundungen, die wir in unserer Kindheit erlitten haben, unser wahres Selbst erkennen und unsere ureigenste Lebensspur finden. Verdrängen hilft nicht: Wer seine Wunden nicht beachtet, der wird von ihnen bestimmt. Sie verfälschen seine Lebensspur. Er meint vielleicht, dass er sein eigenes Leben lebt. In Wirklichkeit wiederholt er nur die Verletzungen seiner Kindheit. Er wird von seinen Wunden bestimmt. Aber es geht nicht nur darum, die Wunden anzuschauen, sondern auch unsere positiven Ressourcen, die Quellen, aus denen unsere Seele seit der Kindheit trinken durfte, und die Träume, in denen sich die Gestalt unseres

wahren Selbst zum Ausdruck brachte. Wenn wir in Berührung kommen mit unserem Wesen, so wie Gott es uns zgedacht hat, dann werden wir aufblühen, dann wird in uns neue Energie fließen und wir werden spüren, dass sich das Leben lohnt, dass wir Lust haben an diesem einmaligen Leben. Ein Kriterium, ob einer seine Lebensspur findet, ist immer, dass das Leben in ihm fließt und aus ihm herausströmt. Wenn z. B. meine Lebensspur in der Sorge für andere besteht, dann habe ich Lust daran, dann tut es mir auch gut. Wenn ich aber anderen nur helfe, um meine Mutterwunde nicht spüren zu müssen, vielleicht sogar um meinen eigenen Schmerz über nicht erhaltene Zuwendung zu betäuben, dann werde ich sehr schnell überfordert, ausgebrannt und erschöpft.

Es geht uns nicht darum, die Eltern anzuklagen, sondern uns mit ihnen auszusöhnen. Der Psychotherapeut Bert Hellinger, der viel über unheilsame und krank machende Verstrickungen im Familiensystem nachgedacht hat, kritisiert zu Recht, dass viele die Heilung ihrer Wunden davon erwarten, dass sie ihre Wut den Eltern gegenüber zulassen und ausagieren. Er plädiert dafür, die Eltern zu ehren und zu würdigen. Das heißt nicht, dass wir die Eltern in einem rosaroten Licht verklären und alles an ihnen gutheißen. Sie haben ganz offenkundig ihre Grenzen. Sie haben uns nicht immer das gegeben, was wir gebraucht hätten. Aber auch wenn das so ist: Wir sollten aufhören, ihnen das zum Vorwurf zu machen. Wir sollten ihnen danken für das, was sie uns wirklich an Positivem gegeben haben. Wir durften auch von ihnen nehmen. Sie bilden die Wurzeln, aus denen wir heute leben. Ohne diese Wurzeln verdorrt unser Lebensbaum. Damit wir das, was uns die Eltern gegeben haben, annehmen und für unser Leben fruchtbar werden lassen, ist es wichtig, sie in ihrer Begrenztheit und in ihrer eigenen Geschichte zu verstehen. Wenn wir sie verstehen, verurteilen wir sie nicht. Wir sehen die Eltern dann in ihren Verwicklungen in die eigene Familiengeschichte.

Wir können das, was sie uns nicht gegeben haben und womit sie uns verletzt haben, bei ihnen lassen, ohne es ihnen ein Leben lang vorzuwerfen. Wer immer nur die Eltern für sein Schicksal verantwortlich macht und die eigene Verantwortung für sein Leben verweigert, der wird nie zu seiner inneren und äußeren Gestalt finden, er wird nie die Wegspur entdecken, die ihn zum Leben führt.

Die Vater- und Mutterwunden anzuschauen und sich den damit verbundenen Emotionen zu stellen gilt für manche als „Kreisen um sich selbst“. Sie meinen, wir sollten uns lieber der Gegenwart zuwenden und die Probleme lösen, die im Augenblick anstehen. Sicher gibt es heute viele, die dazu neigen, ständig um die eigenen Verletzungen zu kreisen. Ja, es gibt manchmal eine Sucht, immer neue Verletzungen aus seiner Vergangenheit zu entdecken. Ein solches Suchtverhalten führt sicher nicht zum Leben. Es ist auch ein Irrtum zu meinen, wir würden vorurteilslos an die Konflikte des Alltags herangehen. Wir alle erleben nicht nur die Konflikte, sondern ganz allgemein die Begegnungen mit Menschen immer schon mit unseren Vorerfahrungen. Wie wir etwa Autorität erleben, das hängt wesentlich von den Vaterwunden ab, die wir erlebt haben. Wir werden auch die Äußerungen und Blicke von Menschen, nach deren Zuwendung wir uns sehnen, immer durch die Brille von schmerzlichen Erfahrungen sehen, sie also auf dem Hintergrund unserer Mutterwunden erfahren. Wenn wir diese unsere Wunden nicht anschauen und uns damit nicht aussöhnen, werden wir sie unbewusst weitergeben. Ein Grundgesetz unseres Verhaltens – das weiß die Psychologie – besteht darin, dass wir die Verletzungen, die wir nicht in unser Leben integriert haben, wiederholen, entweder indem wir andere verletzen oder uns selbst verwunden oder uns Situationen aussuchen, die den verletzenden Szenen der Kindheit gleichen. Sigmund Freud spricht in diesem Zusammenhang vom Wiederholungszwang: Obwohl wir es besser machen wollen als unser

Vater, wiederholen wir die gleichen traumatischen Erfahrungen, die der Vater uns zugefügt hat. Ein Mann, der von seiner Mutter enttäuscht worden ist, wird es unbewusst so arrangieren, dass er auch seine Frau dazu nötigt, „ihn schließlich genauso zu enttäuschen, wie er sich von seiner Mutter frustriert gefühlt“ hat (Richter 112). Viele suchen sich Situationen aus, in denen sie von ihrem Ehepartner oder Chef, von ihrem Freund oder ihrer Freundin genauso verletzt werden wie von ihren Eltern. Ein Blick in die Geschichte zeigt uns, wie in der Kindheit verletzte Menschen ihre Wunden ihr Leben lang an anderen ausagieren und welche Folgen das hat. Wir brauchen nur das Leben von Tyrannen oder Gewaltverbrechern anzuschauen. Es sind in aller Regel verletzte Kinder, die ihre Verletzungen oft auf brutale Weise weitergeben und doch nie davon loskommen. Oder aber es gibt die „Opferlämmer“, die sich ständig selber weh tun und sich in ihrer Opferrolle wohl fühlen. Aber sie werden als Opfer oft auch zu Tätern. Denn als Opfer hindern sie die Menschen ihrer Umgebung daran, das Leben zu leben, das ihnen entspricht.

Spirituelle Impulse

In diesem Buch geht es uns nicht bloß um die psychologische Dimension der Vater- und Mutterwunden, sondern auch um die spirituelle Seite. Die psychologischen Erkenntnisse müssen ernst genommen werden. Aber wir möchten bei ihnen nicht stehen bleiben. Uns geht es bei der Reflexion der spirituellen Dimension zunächst um die Frage, inwieweit die Begegnung mit dem Wort Gottes in der Bibel unsere seelischen Wunden zu heilen vermag. Dabei werden wir die vier klassischen Beziehungsgeschichten anschauen und auslegen, die uns die Bibel beschreibt: die Vater-Tochter-Beziehung in Mk 5, die Mutter-Tochter-Beziehung in Mk 7, die Vater-Sohn-Beziehung in Mk 9 und die Mutter-Sohn-Beziehung in Lk 7. In diesen vier Beziehungsgeschichten tritt

Jesus jeweils als Therapeut auf, der sich sowohl des Vaters und der Mutter als auch der Tochter und des Sohnes annimmt. Andere zentrale Fragen, die uns im Folgenden interessieren: Inwieweit kann uns die Meditation dieser Heilungsgeschichten helfen, unsere eigenen Elternwunden zu verstehen und zu heilen? Wie können wir die heilende Kraft Jesu heute an uns erfahren? Was unterscheidet eine Psychotherapie von einer spirituellen Begleitung? Müssen wir mit unseren Wunden zum Therapeuten gehen oder ist auch der Weg zu Jesus möglich? Wie können wir durch die Begegnung mit Jesus unser wahres Selbst erkennen und unsere ureigenste Lebensspur finden? Hat Jesus etwas zu tun mit der Entdeckung unseres eigenen Wesens? Was meint C.G. Jung, wenn er Jesus den klarsten Archetyp des Selbst nennt?

Wir dürfen Jesus nicht als Zauberer missbrauchen, der uns nur schnell berühren muss, damit wir möglichst schmerzfrei unsere Wunden loswerden. Die Heilungsgeschichten der Bibel, in deren Zentrum Jesus als Therapeut steht, zeigen uns vielmehr Wege auf, wie unsere Wunden verwandelt werden und wie wir in der Begegnung mit ihm unsere eigentliche Gestalt finden können. Jesus handelt in diesen Geschichten als erfahrener Therapeut. Aber er handelt zugleich aus seiner inneren Verbundenheit mit Gott. Gott ist die eigentliche Quelle des Heiles und der Heilung. Die Art und Weise, wie Jesus in den biblischen Geschichten auf Vater und Mutter, Sohn und Tochter eingeht, zeigt uns, wie wir mit unseren eigenen Elternwunden umgehen können. Wenn wir die Heilungsgeschichten genau betrachten, entdecken wir Möglichkeiten für unsere Heilung und Schritte in ein authentisches Leben. Im Zentrum wird immer wieder die Einsicht stehen: Wir müssen die Heilung nicht aus eigener Kraft leisten. Sie geschieht vielmehr an uns, wenn wir im Licht der biblischen Beziehungsgeschichte unsere eigenen Beziehungen anschauen und bearbeiten und uns mit unseren Wunden diesem Jesus Christus hinhalten, damit sein heilender Geist uns berührt, uns aufrichtet und

uns auf den Weg schickt, auf dem wir zu unserer eigentlichen Berufung finden, auf dem unser unverfälschtes und unverletztes Selbst zur Blüte kommt.

Die spirituelle Dimension unserer Wunden und ihrer Heilung berührt aber noch eine andere Seite. Die Erfahrung mit unseren Eltern prägt wesentlich unser Gottesbild. Es hat wenig Sinn, theoretisch über das Gottesbild nachzudenken. Wir müssen erst einmal anschauen, wie unser Gottesbild entstanden ist, warum wir unbewusst immer noch an dem Bild des strafenden, des willkürlichen, des kontrollierenden Gottes festhalten, warum in unserem Unbewussten immer noch der Buchhaltergott oder der Leistungsgott herrschen. Ob und inwieweit wir in Gott unsere wahre Mutter oder unseren wahren Vater erkennen und lieben können, das hängt mit von unseren eigenen Vater- und Muttererfahrungen ab. Auch unser spiritueller Weg hat seinen Grund in den Kindheitserfahrungen. Manche sehen auch in ihrem spirituellen Weg nur die Erfüllung von elterlichen oder göttlichen Erwartungen. Sie setzen sich dabei selbst unter Druck. Sie wollen in ihrem geistlichen Leben alles richtig machen. So führt sie ihre Spiritualität nicht zum Leben und zur Freiheit, zur Liebe und zur Weite, sondern in die Enge, in die Angst, in den Leistungsdruck.

Seelische Wunden schmerzen nicht nur, sie sind zugleich eine Chance für uns, geistlich zu wachsen. Wo ich versehrt bin, kann ich mich nicht mehr hinter einer scheinbar perfekten Fassade verstecken. Die Wunde zerbricht meine Maske, hinter der ich mich nicht nur vor den Menschen, sondern auch vor Gott so gerne verstecke. Dort, wo wir am tiefsten verletzt sind, sind wir auch aufgebrochen für Gott. Unsere Wunden verweisen uns auf Gott. Sie zeigen uns, dass wir uns selber nicht helfen können. Wir sind nicht nur angewiesen auf die Hilfe anderer Menschen, sondern letztlich auch auf Gottes Hilfe. Dabei geht es nicht darum, Gott dazu zu benutzen, uns möglichst schnell von unseren Lei-

den zu befreien, sondern dass wir uns durch die Verletzungen auf Gott hin öffnen lassen. Die Wunden können zum Einfallstor für seine Gnade werden. Wenn ich mich mit meiner Wunde ausgesöhnt habe und in ihr mich für Gottes heilende Liebe öffne, höre ich auf, meine Eltern anzuklagen, dass sie mir zu wenig Zärtlichkeit geschenkt haben. Ich bin einverstanden mit meinen Wunden. Ich kann Gott danken, dass ich nicht satt geworden bin. Das hält mich lebendig. Der innere Hunger lässt mich nach einer Liebe suchen, in der ich mich nicht wieder von Menschen abhängig mache. Mein Hunger und mein Durst können letztlich nur von Gottes grenzenloser Liebe gestillt werden.

Auswirkung frühkindlicher Verletzungen für den Erwachsenen

Die Schwierigkeiten, die jemand in seiner Familie, in seiner Gemeinschaft, bei der Arbeit und im Umgang mit Mitarbeitern und Freunden und Freundinnen hat, haben oft ihren Grund in den Kindheitserfahrungen. Wer etwa keinen Vater erlebt hat, der ihm Halt gab und das Rückgrat stärkte, der wird sich grundsätzlich mit Autorität schwer tun. Der wittert in jeder Autorität einen, der ihn unterdrücken und ihm das Leben schwer machen will. Er kann sich Konflikten nicht stellen, weil er kein Rückgrat hat. Er vergleicht sich ständig mit anderen und passt sich an. Und wenn er selbst Autorität ausüben soll, tut er es oft auf sehr autoritäre Weise. Die Frau, die bei der Mutter nicht die Geborgenheit gefunden hat, nach der sie sich in der Tiefe ihres Herzens gesehnt hat, wird ihr Leben lang Ausschau halten nach Ersatzmüttern. Sie wird sich an die, die sie liebt, krampfhaft anklammern, um ja ihre Zuwendung nicht zu verlieren. Sie wird sich für die Mutter Kirche oder für die Institution der Schule oder der Universität oder der Firma verausgaben, um endlich die Liebe zu erfahren, die sie als Kind vermisst hat. Aber damit überfordert sie

sich und andere heillos und gerät in einen Teufelskreis der Einsamkeit. Die Zuwendung, die sie erhofft, wird sie nie bekommen. Weil ihre Sehnsucht maßlos ist, wird sie immer wieder enttäuscht.

Das Anschauen der Vater- und Mutterwunden darf auf keinen Fall zur Entschuldigung werden, etwa in diesem Sinn: „Da ich diese Erfahrungen gemacht habe, kann ich nicht anders, deshalb habe ich kein Selbstvertrauen, deshalb kann mein Leben nicht gelingen.“ Das wäre eine Ausrede. Wir müssen irgendwann einmal selber die Verantwortung für unser Leben übernehmen. Das heißt auch, dass wir uns aussöhnen müssen mit den Verletzungen, die wir als Kinder erfuhren. Dann können sie zu einer Quelle des Lebens werden. Dann werden unsere Wunden zu Perlen, wie Hildegard von Bingen sagt. Wenn wir unsere Verletzungen anschauen, können wir uns besser verstehen. Wir werden uns selber nicht verurteilen, dass wir so empfindlich reagieren. Es ist verständlich, dass wir mit diesen Wunden so empfindlich sind, so leicht kränkbar, so ängstlich gegenüber der Autorität. Erst das Verstehen befreit uns von der Selbstverurteilung.

Aber es darf nicht nur beim Verstehen bleiben. Es kommt darauf an, in meinen Wunden meine Begabung zu entdecken, eben die Perle, die mein Leben wertvoll macht. In der Wunde liegt immer auch meine Chance. Wenn ich z.B. zu wenig Zärtlichkeit empfangen habe, bin ich sensibel für alle Menschen, die an einem Defizit an Liebe leiden. Und weil ich nicht satt geworden bin in meinem Bedürfnis nach Liebe und Nähe, habe ich mich auf den spirituellen Weg gemacht. Ich gebe mich nicht damit zufrieden, mich gut einzurichten. Ich bleibe lebendig in meiner Sehnsucht nach Gott. Meine Lebensspur entdecke ich gerade in meinen Wunden. Meine Wunden werden so zu meiner Chance, mein eigenes Charisma zu erkennen und es zu leben. Auf diese Weise wird das Negative verwandelt – zur Quelle des Segens für mich und für andere.

Verstrickungen in der Eltern-Kind-Beziehung

Dass die Beziehung der Kinder zu ihren Eltern sehr komplex ist, ist keine überraschende Einsicht: Auch wenn Eltern es noch so gut mit dem Kind meinen – sie übertragen doch ihre eigenen Kindheitserfahrungen auf ihre Söhne und Töchter. Wenn etwa eine Mutter als Kind darunter litt, dass ihre Schwester schöner war als sie und vom Vater bevorzugt wurde, und dies nicht verarbeitet hat, dann ist es kein Wunder, wenn sie ihre Tochter eifersüchtig kontrolliert und sie klein macht. Sie kann es dann nicht ertragen, dass ihre Tochter die Zuwendung bekommt, nach der sie selber sich so gesehnt hat. Sie sieht in ihr nicht ihre Tochter, sondern ihre Schwester, mit der sie ihr Leben lang rivalisiert hat. So wird die Tochter zu ihrer Rivalin. Oder sie wird in der Tochter einen Aspekt ihres eigenen Selbst sehen. Sie möchte durch die Schönheit der Tochter ihre eigenen Misserfolge auf diesem Gebiet ausgleichen. Die Tochter wird zur Stellvertreterin, die das leben soll, was der Mutter nie möglich war. Es gibt vielfältige Verflechtungen zwischen Eltern und Kindern. Da kann die Mutter oder der Vater im Kind einen Ersatz für die eigene Mutter oder den eigenen Vater sehen. Da kann es sein, dass eine Mutter etwa an der Tochter die Schuld wieder gutmachen möchte, die sie ihrer eigenen Mutter gegenüber empfindet. Oder aber sie braucht die Tochter, um Liebe zu finden. Die Tochter soll ihr all die Liebe schenken, die sie bei ihren Eltern vermisst hat. Sie liebt ihre Tochter unbewusst in der Absicht, von ihr maßlos geliebt zu werden. Sie benutzt die Tochter für ihre eigenen maßlosen Bedürfnisse. Sie gibt der Tochter nicht, was sie braucht, sondern nimmt von ihr und überfordert sie dadurch. Die Beispiele sind zahlreich:

Wenn der Vater die Tochter oder die Mutter den Sohn als Ersatz für den Ehepartner nimmt, dann entsteht eine starke emotionale und erotische Bindung, die den Sohn oder die Tochter nicht so leben lässt, wie es für sie angemessen wäre. Sie werden von den

Eltern benutzt für die eigenen unerfüllten Bedürfnisse. Manchmal sehen die Eltern in den Kindern einen Aspekt ihres eigenen Selbst. Sie projizieren in die Kinder entweder ihr ideales Selbst, das sie selber nie erreicht haben. Dann muss das Kind stellvertretend leben, was die Eltern nie durften oder konnten. Oder die Eltern projizieren einen negativen Aspekt ihres Selbst in das Kind hinein. Dann wird das Kind zum Sündenbock, auf den sie alles abladen, was sie an unbewussten Lasten mitschleppen. Sie projizieren in das Kind hinein, was sie an sich selber nicht leiden mögen. Sie können ihren eigenen Konflikt nicht selbst lösen, sondern tragen ihn im Sohn oder in der Tochter stellvertretend aus. Das entlastet sie davon, sich der eigenen Wahrheit zu stellen. Doch das Kind, das zum Sündenbock für die unbewältigten Probleme und die verdrängten Triebkonflikte der Eltern wird, landet nicht selten in der Verwehrlosung oder in neurotischen Verhaltensweisen. Eine andere Weise der Verletzung geschieht, wenn das Kind von den Eltern als Bundesgenosse, als Freund oder Freundin oder als Vertrauter oder Vertraute benutzt wird. Die Mutter nimmt das Kind als Waffe gegen den Vater und umgekehrt. Das Kind wird dann hin- und hergerissen. Es kann keine klare Identität aufbauen. Und es wird das Spiel des Benutzens auch als Erwachsener weiterführen (vgl. dazu Richter 89–252).