

Beherzt - leben – lieben – lernen
vom 05.02.2018



Fremdenergie und eigene Energie

Wie die Unterscheidung gelingt

Kennst du das?

Irgendwie fühlt sich das was man so macht nicht ganz richtig an, aber doch vertraut, man fühlt sich in seiner Entfaltung gehemmt oder blockiert umzusetzen was man eigentlich selbst gerne machen würde, was man eigentlich könnte, man sich so sehr wünscht und dazu eigentlich auch in der Lage wäre. Doch man macht es nicht, sondern tut weiter was man gewohnt ist, was andere erwarten, oder was man als seine Pflicht ansieht.

Oder man macht unerklärliche Dinge immer wieder obwohl man gar nicht will und fühlt sich hinterher schlecht damit.

Oder körperliche Symptome tauchen gerade dann auf, wenn man sie gar nicht gebrauchen kann. usw.....

Fremde Energie

Das kann daran liegen, dass man, ohne es zu merken, fremden Energien folgt die einen umgeben. Doch keine Angst, damit meine ich nicht, dass wir besetzt sind von übergriffigen Seelen oder Fabelwesen, die uns keine Wahl lassen.

Fremde Energie im fremden Raum

Selbstfindungs-Aufstellungen zeigen, dass zweierlei Ursachen hierfür verantwortlich sein können. Zum einen halten wir uns womöglich selbst mit einer Selbstverständlichkeit in Angelegenheiten anderer Personen und damit in fremden Seelen- oder Identitätsräumen auf. Weil wir uns unbemerkt dort zuständig fühlen, sind wir nicht mehr mit uns selbst verbunden und handeln womöglich mehr nach fremder Interessenslage. (siehe Impulse vom 7.1.2018). Vergleichbar ist dies mit einem Schiffskapitän, der auf einem fremden Schiff das Ruder in der Hand hält, während sein eigenes Schiff führerlos im Meer treibt.

Fremde Energie im eigenen Raum

Oder wir haben andere eingeladen, bzw. es ihnen erlaubt, sich in unserem eigenen Seelen- oder Identitätsraum und Leben aufzuhalten und dort Regie zu führen oder zumindest mit zu regieren.

So, als hätten wir einen unsichtbaren, fremden Kapitän auf unser Lebensschiff eingeladen, und ihm erlaubt das Steuerrad zu führen. Seine Kommandos passen dann nicht unbedingt zu unseren Bedürfnissen und kommen uns deshalb fremd vor. Fremde Energien leiten unbewusst unser Leben.

Entstehung

Dieses Geschehen entsteht in der frühen Kindheit aus dem kindlichen Bindungsbedürfnis heraus. Wie wir uns einst zu verhalten gelernt haben, wurde als Muster in den Zellen gespeichert. Dieses Muster wurde zu einer unbewussten Struktur, die gewohnheitsmäßig weitergelebt wird, wir kennen ja nichts anderes. Da dieses Geschehen vom Unterbewusstsein gesteuert wird merken wir erst wenn es im Leben Schwierigkeiten gibt, dass etwas nicht so ganz stimmt.

Fremd ist was nicht zu uns selbst gehört

Meist geht es dabei um wichtige Bezugspersonen unserer eigenen Kindheit und der Kindheit unserer Eltern. Menschen, die für uns oder unsere Eltern als Bindungspersonen da waren oder da hätten sein sollen: Vater, Mutter, Großeltern, Geschwister, tragisch Verstorbene oder Abgetriebene, oder ein verlorener Zwilling im Mutterleib.

Dies sind allesamt Personen, die ein eigenes Leben, ein eigenes Schicksal, eine eigene Identität und einen eigenen Seelen- und Identitätsraum haben sollten. Wenn diese Personen jedoch von einem Teil ihres Gefühlslebens abgeschnitten waren, nahmen wir als Nachfolgende über das frühkindliche Bindungsbedürfnis diese fremden Anteile auf und banden sie an uns. Im Falle eines verlorenen Zwillings im Mutterleib sitzen diese Energien im Zellgedächtnis des Körpers und nicht als Erinnerung im Gehirn.

Dadurch haben wir Fremdes im eigenen Raum, oder sind mit fremden Energien verbunden. Wir spüren die damit einhergehenden Hemmnisse in unserem Leben, finden aber keine rationale Erklärung dafür. Es ergeht uns wie einem PC der von einem Virus befallen ist, wodurch die installierten Programme gestört werden.

Wie dem PC ein Antivirenprogramm hilft Viren zu entdecken und zu entfernen, so helfen **Selbstfindungs-Aufstellungen** für Menschen, fremde Energien im eigenen Raum zu erkennen, sich von ihnen abzugrenzen und sie in Liebe und Bestimmtheit zu entlassen.

Beispiele aus Aufstellungen

Hier nur einige wenige Aussagen zu Gefühlszuständen, die Klienten/innen erlebten, während sie in Selbstfindungs-Aufstellungen testeten, wie es sich anfühlt wenn Fremde im eigenen Raum sich befanden. Diese Aussagen sind wahllos zusammengestellt und nur kurze Auszüge.

Die Mutter im eigenen Raum:

Fühle mich groß und überheblich – freue mich sogar wenn Mutter sich hier so lebendig anfühlt, da ist sie wenigstens nicht so leidend oder traurig – hier sieht sie wenigstens wie schön es hier bei mir ist, das tut mir gut – bin richtig angespannt und auf der Hut, hier habe ich sie unter Kontrolle und kann darauf reagieren – hier bekomme ich keine Luft und würde gerne flüchten – hier bekomme ich eine intensive Wut, schlucke sie aber runter – da bekomme ich lauter verrückte Ideen und neige dazu nur dummes Zeug zu machen – hier muss ich andauernd lachen, ein Lachen das nicht wirklich lustig ist.

Der Vater im eigenen Raum:

Ganz schummrig, sehe nichts mehr, es entzieht mir alle Kräfte, wie wenn ich den Vater am Leben erhalten müsste – erlebe Ohnmacht und Hilflosigkeit, reagiere darauf aber mit Durchhalteparolen – ich kann machen was ich will, es ist immer alles falsch – ich habe keine Kraft, keine Freude – ich habe endlich Ruhe und Frieden, will gar nicht leben.

Abgetriebenes Geschwister:

Ich gehe weg, damit du bleiben kannst – lieber bin ich tot und du lebendig – fühle mich halb tot und auch nur halb lebendig – dein Schicksal ist mir wichtiger als meines – ich gebe dir mein Selbst und stelle dir mein Selbst zur Verfügung – deshalb habe ich das Gefühl nie sicher zu wissen wer ich wirklich bin (als Erkenntnis) – ich habe dich hier bei mir im Leben, damit Mutter dich sieht.

Unbekannter Großvater im eigenen Raum:

Fühle mich groß, überheblich, fast arrogant, so muss ich sein, wie wenn jemand mich ständig antreibt, er und ich sind ein gutes Team, wir rocken die Welt – ihn zu entlassen bringt ein total schlechtes Gewissen mit sich.

Wichtige Erkenntnisse dieser Erfahrungen:

Die allermeisten Klienten/innen kannten diese Gemüts- oder Gefühlszustände und die entsprechenden Überzeugungen aus ihrem eigenen Leben, konnten aber die ursprünglichen Zusammenhänge nicht erkennen. Sie erlebten vielmehr die Wiederholungen der verinnerlichten Muster im Zusammensein mit ganz anderen Menschen.

Fallbeispiel aus Aufstellungen

Schmerzen – Dauerstress - Burnout

Hilda erlebt während der Kindheit ihre Mutter als ablehnend, intensiv korrigierend und mitunter schlagend. Sie erlebt deshalb keine liebevolle Bindung an sie und bekommt keinen Zugang zu ihrem wahren Potenzial. Stattdessen übernimmt sie verschiedene Rollen für die Mutter, fühlt sich verantwortlich und schuldig für Mutters Befindlichkeiten, glaubt, wenn sie nur anders sich verhält ginge es der Mutter besser und sie würde dadurch für sie erreichbar. Sie kennt Mutters innere Zustände besser als die Mutter selbst sie kennt. Sich selbst gegenüber hat Hilda die abwertende Haltung der Mutter übernommen.

Während der Aufstellung testet Hilda wie es ihr im Raum der Mutter ergeht. Dabei erlebt sie, dass sie sich dort sehr gut auskennt. So fühlt sie sich stark und kämpferisch, obwohl es ihr körperlich dabei schlecht geht. Mit der Mutter im eigenen Raum fühlt sie sich gehemmt, körperlich schwach, unklar im Denken und hilflos, während sich die Mutter hier stark fühlt. Es erscheint geradezu so, als würde Hilda im Raum der Mutter das Selbst der Mutter besetzen und die Mutter im Hildas Raum das Selbst Hildas. Eine verdrehte Welt.

Diese Gegensätze kennt sie gut aus ihrem Leben. Wenn sie sich für die Belange notleidender Menschen oder Tiere einsetzt, spürt sie ihre Kraft und Stärke, bekommt aber hierfür keine Anerkennung. Sie opfert sich dabei, trotz körperlicher Schmerzen und finanzieller Belastung förmlich auf. Kommen ihre eigenen Bedürfnisse zum Vorschein, fühlt sie sich schwach und willenlos, andere bestimmen über sie. Ihr Leben ist ein Kampf ums Durchhalten. Oft fragt sie sich wer sie wirklich ist und fühlt sich immer irgendwie fremd, ob in sich oder unter den Menschen. Anspannung und Stress sind zu einem Dauerzustand geworden, sie kennt nichts anderes. Erschöpfung und Burnout lassen sie schließlich nach Hilfe suchen.

Ihre eigenen Selbstanteile lernt sie, nach erfolgter Abgrenzung des eigenen Raumes gegenüber dem Raum der Mutter, erstmals in der Aufstellung kennen. Sie erfährt dabei, dass trotz all der schwierigen Kindheitserlebnisse, Kraft und Stärke aus innerer Ruhe für sie vorhanden sind und ein neugieriges und freudiges Kind sich solange versteckt hatte um jetzt von ihr entdeckt zu werden.

Nach der Aufstellung erkennt sie im Leben erstmals die Grenzen und Verantwortlichkeiten anderer, ohne sich dafür zuständig fühlen zu müssen. Sie beginnt damit auch mal Nein sagen wenn die Ansprüche anderer sie überfordern. Ihr Selbstbild verändert sich langsam zum Positiven. Zunehmend erkennt sie ihr Anrecht auf ein eigenes und selbstbestimmtes Leben, auf eigene Bedürfnisse und ihren eigenen Wert.

Aufrufe des Lebens

Wie sieht das bei dir aus?

- Fühlst du dich wirklich wohl in deiner Haut?
- Fühlst du dich mit dir selbst verbunden oder eher vermeintlichen Zwängen ausgesetzt?
- Gehst du auf die Symptome deines Körpers ein oder ignorierst du sie?
- Liebst du deinen Beruf und übst ihn mit Freude aus?
- Oder ist Arbeit für dich mit Anspannung und Stress verbunden?
- Vertraust du dem Leben und erfährst dich getragen?
- Wie gestalten sich deine Partnerschaft und dein Familienleben?
- Hast du das Gefühl ganz du selbst zu sein?

Wenn ja, dann herzlichen Glückwunsch, du hast den Sinn deines Lebens gefunden!

Wenn es noch nicht so ist, dann lade ich dich ein, dich auf den Weg zu dir selbst zu machen. Gerne begleite ich dich dabei.

Manches Mal sind wir mit fremden Energien infiziert ohne es zu bemerken und stellen sie über das eigene Wohlbefinden, so als wäre es normal, oder ließe uns das Leben keine andere Wahl.

Eigene Energien sind in jeder Hinsicht stärkend und verbinden mit dem enormen Wert und der einzigartigen Größe und Würde die jeder Mensch besitzt.

Im nächsten Impuls geht es um das Thema: „Grenzen, die verbinden!“

Bis dahin

Herzliche Grüße und eine schöne und bewusste Zeit mit dir selbst.



Helmut Laber