

**Helmut Laber**



## **Das innere Kind**

**Entstehung, Bedeutung und Wirkung im Erwachsenen**

©2015 Helmut Laber, Praxis für Selbstfindung und innere Heilung

Bilder aus meinen Seminaren – Leben in Freiheit

Foto von Irmtraut Prüfert

## **Inhaltsverzeichnis**

Vorwort	4
Einleitung	5
Beispiele von Anna und Bernhard	5
Verinnerlichte Muster	7
Das innere Königskind	8
Ankunft auf Erden	9
Gestaltende Energien	9
Gestaltende Reaktionen des Kindes	10
Entwicklungsphasen des Kindes	12
Verlust des Paradieses der Unschuld	14
Gut und Schlecht	15
Verschließen des Herzens - Entstehung des inneren Kindes	16
Sich selbst verlassen - Entstehung der inneren Kinder	17
Wirkung der inneren Kinder im Erwachsenen	19
Das innere Kind in Anna und Bernhard	19
Verständnis für das Verhalten der inneren Kinder	21
Die Seele will sich zeigen	21
Sogwirkung der Seele	22
Das innere Kind und seine Bindungspersonen	25
Erkenntnis aus einer Sitzung	26
Loblied auf die Seele im Menschenkleid	27

## **Vorwort**

Das innere Kind ist ein Begriff, mit dem viele Menschen nicht sofort etwas anfangen können oder dafür Interesse entwickeln.

Mancher Mensch tritt mit ungewollter Regelmäßigkeit in verschiedene Fettnäpfchen oder zieht immer wieder gleichartig gelagerte schwierige Umstände in sein Leben und stellt sich mit Recht die Frage: „Warum nur immer ich und warum immer wieder?“

Wer sich selbst, in seinen oft unerklärlichen Verhaltensweisen, seinen Reaktionen auf bestimmte Situationen und Anforderungen des Lebens, seiner Impulsivität oder auch seines Rückzuges, seiner Schwierigkeiten in die er sich bringt, seiner Peinlichkeiten in die er gerät, seiner Hilflosigkeit oder seiner Anstrengungen im Leben, seiner Art der Beziehungsfähigkeit oder Beziehungsunfähigkeit, ja wer sich selbst darin verstehen will, wird um eine Beschäftigung mit diesem seinem inneren Kind nicht umhinkönnen.

Da diese Fragestellungen zu meinem Praxisalltag gehören, möchte ich auf diesem Wege ein wenig erläutern, was dies mit dem inneren Kind zu tun haben kann.

Dabei möchte ich auch dasjenige Kind in uns ansprechen, das noch die ungebremste Neugier und Freude auf das Leben, das Spielerische und den Wissensdrang in sich hat, das voller Sehnsucht und Tatendrang steckt, seine Freude am Leben und Lieben zu zeigen und umzusetzen.

Ich wähle hierbei die männliche Form der Ansprache des Menschen. Bitte sehen Sie es mir nach, dass ich nicht explizit Männer und Frauen anspreche oder eine gegenderte Form der Ansprache wähle.

Es ist jedoch nicht meine Absicht irgendjemanden damit zu diskriminieren, vielmehr schaue ich auf das Verbindende von Frauen und Männern im „Menschsein“. Auf die unterschiedlichen Bedürfnisse des inneren Kindes als Mädchen oder Junge, werde ich eingehen.

Helmut Laber

## **Einleitung - Das innere Kind**

Was ist dieses innere Kind? Wofür steht dieser Begriff und wie wirkt dieses innere Kind im Leben?

An den Wirkungen, die es im Erwachsenen zeigt, können wir am besten diesem inneren Kind auf die Spur kommen. Orientieren wir uns dabei am einfachsten am Beispiel einer Klientin und eines Klienten. Beide, ich nenne sie hier Anna und Bernhard, haben ein ähnlich gelagertes Thema in Bezug auf Partnerschaft. Beide sind mehr oder weniger Single, haben aber den Wunsch nach einer anhaltenden partnerschaftlichen Beziehung, nach Nähe, Vertrautheit, Geborgenheit, Zärtlichkeit und erfüllter Sexualität.

Immer wenn ein interessantes Objekt ihrer Begierde sich ihnen nähert, sich ihr Wunsch erfüllen könnte, läuft bei beiden ein Muster ab, das sich ständig wiederholt und ihrem Wunsch nach vertrauensvoller Beziehung im Wege steht.

### **Anna**

So hat Anna immer wieder Interesse am Kennenlernen eines Partners und fühlt sich in Vorfreude so lange sie umworben wird. Sobald dieses Interesse jedoch auf körperliche Nähe zusteuert, reagiert ihr Körper mit Anspannung und Starre. Aus dem einstigen Wunsch nach Nähe und Partnerschaft steigt das Bedürfnis nach Flucht in ihr auf. Selbst wenn sie diesem ersten Fluchtimpuls mit großer willentlicher Disziplin widersteht, bleibt die Anspannung in ihrem Körper bestehen. Anstatt sich auf eine nächste Begegnung zu freuen, nehmen in ihr Angst und Widerwille für ein neues Treffen zu. Wie von alleine beginnt in ihrem Kopf sich ein Szenario von Vorbehalten gegen die neue Bekanntschaft einzustellen. Es erscheint ihr so, als folgen alle ihre Gedanken und Gefühle einem Muster, dem sie nicht entkommen kann. Da ihr Körper auch noch mit Migräne und anderen hinderlichen Symptomen reagiert, nimmt sie schließlich von einem näheren Kennenlernen Abstand.

Prompt fühlt sie sich wieder wohler in ihrer Haut, was ihr im ersten Moment sehr gut tut. Mit zunehmender Dauer des Alleinseins meldet sich jedoch ihr Wunsch nach Nähe und Beziehung wieder. Das unerklärliche

Spiel beginnt nun wieder von vorne und wird mit zunehmender Dauer zur Belastung für sie.

Da sie sich nicht als unnormal ansehen will, lässt sie sich immer wieder auf Beziehungen ein und erlebt die Höhen und Tiefen ihres inneren Geschehens dann innerhalb dieser Partnerschaft. Sich selbst verleugnen und aushalten wird dabei zur Lebensmaxime, Momente der Lebensfreude sind auf wenige Augenblicke, die wie kurze Lichtblicke erscheinen, begrenzt. So erlebt sie Trennung immer wieder als erleichternde Lösung.

### **Bernhard**

Bernhard ergeht es ähnlich, auch er hat den Wunsch nach Partnerschaft in sich. Lernt er eine attraktive Frau kennen, die ihn interessiert, kann er sie mit aller Kunst umwerben und bekommt schnell ihre Aufmerksamkeit. Es zeigen sich Gemeinsamkeiten in den Interessen, alles scheint gut zu laufen. Geht er jedoch in seinem Bemühen weiter, sucht nach Umarmung und körperlicher Nähe, erlebt er immer wieder Zurückweisung. Erst macht es ihm nichts aus und es feuert seinen Eroberungsdrang eher noch an und er bemüht sich noch mehr um seine Herzdame. Doch trotz aller Ehrlichkeit in seinen Gefühlen und Motiven, stößt er dennoch damit auf zunehmende Ablehnung, die er nicht verstehen kann. Schließlich kommt ein vereinbartes Treffen nicht zustande oder er bekommt eine barsche Absage. Ist aus seinem Werben dennoch eine Beziehung entstanden, erlebt er innerhalb der Beziehung Ablehnung wenn es um körperliche Nähe geht oder er wird aus unerklärlichen Gründen plötzlich verlassen.

Sein Selbstwert als Mann leidet sehr darunter, was er sich nicht anmerken lässt. Als Ausgleich bekommt er reichlich Bestätigung über sein berufliches Engagement.

Sie ahnen vielleicht schon, dass die beiden in ihrer partnerschaftlichen Erfahrungswelt, sich wunderbar ergänzen. Beide brauchen sich förmlich um sich gegenseitig ihre verinnerlichten Muster zu erfüllen oder bewusst zu machen. Dass es sich hierbei um verinnerlichte Muster handelt, wissen beide zunächst nicht.

## Verinnerlichte Muster

Partnerschaft ist nur ein Bereich, in dem derlei verinnerlichte Muster wirken. In praktisch jedem Bereich des Lebens geschieht dies unbewusst, werden Menschen angezogen um sich gegenseitig ihre Muster zu erfüllen. Es geschieht im Beruf, im Karriereverlauf, in finanziellen Angelegenheiten, in geschäftlichen Erfahrungen, bei Investitionen, bei Einkäufen, über Freundschaften, in Situationen in denen man sich brüskiert fühlt, beleidigt oder angeklagt wird, in denen man hereinfällt oder scheinbar nur Pech hat. Selbst das Auftauchen körperlicher Symptome kann diesen verinnerlichteten Mustern folgen. Das Schwierige dabei ist, dass dies alles unbewusst abläuft, wie nach einem Schema, das oft erst spät im Leben bemerkt wird, wenn der Leidensdruck entsprechend hoch geworden ist.

Was hat dies aber jetzt mit dem inneren Kind zu tun? Schauen wir uns den Weg der Seele etwas genauer an, wenn sie als kleines Kind ihren Lebensweg antritt. Jeder Mensch startet als Kind in sein Leben an.



### **Das seelische Königskind - Inkarnation und Sinn**

Als ein ‚königliches Kind‘ tritt die geistige Seele den Weg in die körperliche Inkarnation an. Ausgestattet mit der Allmacht der reinsten Liebe, aus der sie kommt, und der Sicherheit, mit dieser Macht der Liebe Wunder zu bewirken, tritt dieses Seelenwesen seinen Weg in einen Menschenkörper auf Erden an. Es weiß noch, dass es in seinem geistigen Herzen diese größte Gabe hat, und viele Ideen, wie es dieses große Geschenk auf die Erde bringen kann. So wählt es sich die Umstände aus, wo diese Gabe am meisten bewirken kann, sucht sich seine Eltern und die passenden Menschen aus, die diese Liebe für sich am meisten brauchen oder sich wünschen.

Mit einem großen und offenen Herzen für sich selbst, für die Welt und für die Menschen, beginnt es seinen Lebensweg in der Gewissheit, dass es niemals diese größte Gabe und die Schönheiten, die es in sich trägt, verlieren kann. Überall werden ihm, dem Kind, diese Schönheiten auch in den anderen Menschen und der Welt entgegenkommen und sich spiegeln, so ist es überzeugt.



## **Ankunft auf Erden**

Es wusste einst, dass es als geistige Seele in seinen materiellen Körper inkarniert und auf neue, bisher unbekannte, erdhafte Energien treffen wird. Mit der Ankunft in der Materie ist dies nur noch zu ahnen, das meiste davon aber vergessen.

Angekommen im Schoß der ausgewählten Mutter, beginnt es sich mit den Ideen und Überzeugungen dieser Mutter und des Vaters anzureichern, die diese im Laufe ihres Lebens für sich angenommen haben. Es kann sich diesen vorhandenen Energien nicht entziehen. Kaum angekommen, muss es sich zunächst an die Anforderungen seines neuen Erdenkörpers anpassen, der aus der kleinsten Zelle von Vater und Mutter sich gestaltet. Dieser neue Umstand führt dazu, dass es sich beginnt, in diesem zunächst kleinen materiellen Körper, auszudehnen, damit die ganze geistige Größe des eigenen Wesens als ein ‚Königskind‘ auch Platz finden kann. So teilen sich die Zellen immer wieder und dieser zunächst kleine Körper wächst und wächst.

## **Gestaltende Energien**

Bereits hier kommen die Energien aus den Gedanken, Gefühlen und körperlichen Empfindungen, die es über seine Mutter wahrnimmt, hinzu. Und Mutters Gedanken formen sich aus ihren gesammelten Überzeugungen, die sie über sich selbst denkt, über ihren Mann, ihr Kind das in ihr heranwächst, ihre anderen Kinder, ihre Eltern und Geschwister, ihr Leben und Arbeiten, ihren Körper, ihre Lebenssituation und über das Leben an sich.

Und mit jedem dieser Gedanken erzeugt die Mutter in ihrem Körper, und damit auch im Körper des heranwachsenden Kindes, entsprechende Gefühle. Ganz schön überwältigend ist dies für das kleine Wesen. Es wird gerüttelt und geschüttelt, erlebt Gefühlswallungen und Empfindungen aller Art an seinem neu geformten Körper. Was soll das Königskind, jene liebende Seele, anders machen, als all diese Energien in sich aufzunehmen, es hat noch keine bewusste Wahl. Was es erlebt wird für dieses Kind zum Synonym für Leben.

Schon hier reagiert der kleine, sich formende Körper mit Empfindungen, die aus der Summe all dieser Energien entstehen. Manches Mal sind es Empfindungen von Wärme, Weichheit, Wohlbefinden und Bewegungsdrang, die mit Gefühlen von Geborgenheit, Frieden, Freude und Lebenslust verbunden sind.

Doch immer wieder erlebt dieses ‚Seelen-Königskind‘ auch Unbehagen, Anspannung, Enge, Kälte und Schwere, verbunden mit Angst, Trauer, Scham, Schuld, vielleicht auch Verzweiflung, je nach dem Umstand den die Mutter gerade in ihrem Leben erfährt.

Dieses liebende ‚Seelenwesen‘ weiß mittlerweile nicht mehr, dass es sich diese Umstände selbst gewählt hat und wird von der Gegensätzlichkeit dieser Erfahrungen hin und her gerüttelt. Es erlebt all die Erwartungen und Hoffnungen, welche die Mutter und die Eltern diesem Kind entgegenbringen, aber auch all ihre Unsicherheiten, Verzweiflung, Ängste und Sorgen. Jeden Gedanken, den die Mutter in sorgenvollen oder traurigen Momenten erlebt, und der vielleicht nur einen Augenblick lang gegen das Kind gerichtet ist, nimmt es in sein noch immer großes und offenes Herz auf.

### **Gestaltende Reaktionen des Kindes**

Alles was da auf es zukommt, nimmt es wörtlich und reagiert darauf mit seiner Liebe. Fühlt es sich als Last für die Mutter, so nimmt es sich zurück, versucht sich still und ruhig zu verhalten, oder verkriecht sich in einer Ecke seines neuen Körpers. Erlebt die Mutter Schreckensmomente in denen sich ihr Körper sehr anspannt, spannt sich auch der Körper des kleinen Erdankömmlings an. Wenn es schwer und zu viel wird für die Mutter, wird es auch dem ‚Königskind‘ schwer und zu viel.

Nicht selten, beginnt dieses, von Natur aus so großartige ‚Königskind‘, in seinem neuen und noch kleinen Körper im Mutterleib bereits den Zugang zu seinem großen ‚Seelenherzen‘ zu verschließen und sich an die Mutter anzupassen. So beginnt es sich mehr und mehr von seiner großen Liebesnatur abzutrennen, wie die Mutter oder die Eltern es einst auch gemacht haben.

Hat jenes Liebeswesen im Kinderkörper es wohl, behütet und geborgen erlebt, strahlt und leuchtet es bei seiner Geburt und Ankunft im eigenständigen Leben. Dabei erntet dieses körperlich kleine, seelisch aber große Wesen, Anerkennung, Bewunderung und Zuwendung, wenn es die mitgebrachten Schönheiten der Seelenwelt ausstrahlen kann. Hierbei fühlt sich das innere ‚Königskind‘ im Körperkleid wohl, gesehen und geliebt, und jeder Erwachsene wird davon tief berührt in seinem Innersten. Es spürt, dass es dem Körper gut tut wenn es Anerkennung und Aufmerksamkeit erhält.



## Entwicklungsphasen des Kindes

(siehe: Gordon Neufeld und Gabor Matè – Unsere Kinder brauchen uns)



In seiner ersten Entwicklungsphase als eigenständiges Lebewesen außerhalb des Mutterleibes erlebt der neue Erdenbürger, dieses kleine Baby, sich in völliger Abhängigkeit. Es lernt aus der körperlichen Nähe zur Mutter, jetzt von außen, was es bisher von innen mit ihr erlebt hat. Hierfür braucht es die körperliche Anwesenheit der Mutter um eine stabile und sichere Bindung an die Mutter und damit zu sich selbst zu entwickeln.

Es nimmt sich selbst wahr über die Art wie es die Mutter tasten, fühlen, schmecken, riechen, hören und sehen kann. Es spürt auch auf welche Weise die Mutter gefühlsmäßig in der Lage ist, es (das Kind) anderen Personen anzuvertrauen. Es spürt, wie sich die Gefühlslage verändert, wenn es die Nähe zu einer anderen Person spürt. Noch kann das kleine Wesen nicht unterscheiden zwischen eigenen Gefühlen und Befindlichkeiten und den Befindlichkeiten und Gefühlen anderer. Es nimmt einfach wahr was ist. Für diese Wahrnehmung braucht es körperliche Nähe. Es lernt aus dem was ist.

Die zweite wichtige Phase seiner Entwicklung beginnt mit dem Krabbelalter. Das Kind kann sich von der Mutter oder anderen Personen wegbewegen, hält diese aber sehr genau im Blick. Es beobachtet sehr genau und ahmt nach, was es sieht, spürt, hört und wahrnimmt.

Es lernt am Vorbild der Bezugspersonen, macht alles nach und drückt alles aus was es wahrnimmt. So lernt es sich selbst als agierendes und aktives Wesen kennen.

Im dritten Schritt lernt es den eigenen Besitzanspruch kennen. „Mein“ bekommt hier große Bedeutung. Und weil es sich als besitzendes Wesen erkennt, entwickelt es dabei die Freude und den Stolz zum Besitzen. Meine Mama, mein Papa, mein Ball, meine Katze, und wenn es in den Augen der Erwachsenen oft nur eine unbedeutende Kleinigkeit ist, für das Kind ist das was es als seinen Besitz ansieht, das Größte.

Im der vierten Phase entwickelt es zu dem was es besitzt eine große Loyalität und ist bereit dafür zu kämpfen, es zu verteidigen. So nimmt es in tiefer Loyalität alles auf sich, den eigenen Besitz zu verteidigen und zu schauen, dass es den Menschen die es zu besitzen glaubt, an die es eine gute Bindung hat, auch gut geht.

Dies führt in die nächste Phase hinein, in denen es zu den Personen und Wesen eine emotionale Beziehung aufbaut. Es spürt die tiefe Liebe, eine Herzensliebe zur Mutter, zum Vater und den Personen, denen auch die Eltern vertrauen. Es liebt seine Puppe, sein Tier, sein Spielzeug und will dies auch ausdrücken. So kommen die schönsten Liebeserklärungen zustande, es beginnt auch körperlich diese Herzensliebe auszudrücken. Im Streicheln oder in den Arm nehmen zeigt sich diese kindliche, ehrliche Herzensliebe ebenso wie im Wunsch nach ewiger Treue. Es will einfach zusammenbleiben mit denen die es liebt, am besten für immer.

In einem wichtigen sechsten Schritt hat es das Bedürfnis nach tiefer seelischer Vertrautheit, in dem es zur vorigen emotionalen Bindung auch noch eine tief seelische Bindung anstrebt. Es will in dieser Vertrautheit sich fallen lassen und von allem erzählen was es in sich hat und erlebt.

In diesen wichtigen ersten Entwicklungs- und Bindungsphasen kann sich entfalten, was an großem Potenzial jenes Königskind mitgebracht hat auf die Erde in diesen Körper. Stabile Bindung ist das, was das Kind erleben will und braucht als Voraussetzung für weitere eigenständige Entwicklung der Persönlichkeit und der Selbstverständlichkeit zur Entfaltung der inneren Gaben und Talente.

Dieses tiefe Urbedürfnis nach Verbindung, Zugehörigkeit und Vertrauen birgt jedoch die Gefahr in diesen Bedürfnissen nicht wahrgenommen oder ernstgenommen zu werden. Unsicherheit und Enttäuschung können Folgen sein. So stehen die Türen für Verletzlichkeit weit offen. Können einige dieser Bedürfnisse nicht erfüllt werden, tut es dem Kind sehr weh.

### **Verlust des Paradieses der Unschuld**

Was als Voraussetzung für stabile Persönlichkeitsentwicklung heute bekannt ist, kann in der Praxis nur leider von sehr wenigen Menschen wirklich gelebt und umgesetzt werden. Die Eltern unseres seelischen Königskindes leben ihr Leben so gut sie es können und selbst verinnerlicht haben.

So muss das große Seelenwesen erleben, dass es mit seiner großen und unvoreingenommenen Liebe zu allem was ist, nicht immer willkommen ist. Vor allem dann, wenn es Gefühlsenergien, die es aus seiner Umgebung wahrnimmt, aufnimmt und auf ungefilterte Weise ausdrückt.

Hier bringt die kleine Seele ihre Eltern in arge Bedrängnis, v.a. dann, wenn es jene Überzeugungen und Gefühle ausdrückt, mit denen die Eltern, oder andere nahe Bezugspersonen, nicht in Liebe verbunden sind. Dies sind Gedanken und Gefühle, die sie unterdrückt haben und in den hintersten verborgenen Winkeln geheim halten.

Das kleine ‚Königskind‘ kann diese Energien jedoch fühlen und wahrnehmen und drückt sie auf ganz natürliche Weise aus. So kann es wütend, laut und traurig sein, zerstören mit voller Hingabe, schreien, schluchzen und zornig sein, dann wieder voller Angst und Verzweiflung

erfüllt sein. Genauso gut kann es die volle Lebensfreude ausdrücken auf eine Weise die alle ansteckt in seiner Umgebung.

Es kann vor allem auch jene Worte und Gesten ausdrücken, welche die Eltern niemals in der Öffentlichkeit zeigen würden. So schämen sich die Eltern dann für ihr Kind, wie sie es ausdrücken, in Wirklichkeit aber, über ihre eigene, bisher verborgene Wahrheit. Die Reaktionen der Erwachsenen Menschen kann das kleine Wesen dann gar nicht verstehen, vor allem dann, wenn es erfährt, dass es sich so nicht zu verhalten habe oder so nicht sein darf. Vielleicht wird es dafür verurteilt, bestraft, geschimpft, abgelehnt oder gar geschlagen.

### **Gut und Schlecht**

Dabei lernt es zu unterscheiden, denn es erlebt angenehme und unangenehme Aufmerksamkeit, Zuwendung und Ablehnung. In diesem Zwiespalt erfährt unser ‚Königskind‘, dass es nicht nur ein Kind voller Liebe ist, sondern auch ein nicht liebenswertes und abzulehnendes Kind. Es lernt, es müsse sich verändern, erst brav werden um liebenswert zu sein.

Da es schnell lernt, nimmt es all die gewonnenen Erfahrungen in sich auf und fühlt sich schuldig, wenn es den Eltern nicht gut geht, so als sei es für die Befindlichkeiten der Eltern verantwortlich. Es beginnt sich fortan selbst zu verurteilen und abzulehnen, wenn jene Gedanken und Gefühle aufkommen in ihm, in denen es bisher keine positive Zuwendung erhalten hat, kritisiert, geschimpft oder bestraft wurde. Immer mehr lernt es, dass es für den Erhalt von Zuwendung und Liebe, etwas leisten müsse, dass es Liebe nicht einfach umsonst gibt. So strengt es sich mehr und mehr an um die Erwartungen der anderen Menschen zu erfüllen.



### **Verschließen des Herzens und Entstehung des Inneren Kindes**

Merklich, und mit zunehmender Zeit, häufen sich diese Erfahrungen, und das einst von der Macht der Liebe überzeugte ‚Seelen-Königskind‘ verschließt sein Herz für sich selbst und seine wahre Größe. Es hat gemerkt, dass mit der Zunahme der Bindung auch die Gefahr verletzt zu werden zunimmt. Es nimmt die Überzeugungen von Gut und Böse an, lernt sich selbst und andere zu verurteilen und abzulehnen, und sich daraus eine Überzeugung von der Welt zu bilden. Es weiß dabei nicht, dass dies die übernommenen Überzeugungen ihrer nächsten Bezugspersonen und schon vieler ihrer Ahnen sind, die ihm in dieser Familie vorausgegangen sind. In der Phase des Nachahmens kann es nichts anderes machen, als das, was auch schon Eltern und Ahnen gemacht haben.

Das innere und wahre ‚Königskind‘ zieht sich dabei immer mehr zurück, je nach dem Grad indem es selbst zurückgewiesen und abgelehnt wurde in ihrem Selbstaussdruck, der ja aus Nachahmung entstanden ist. Es kommt nur noch sehr selten dazu, sich frei und unbeschwert auszudrücken.

In Tagträumen erlebt sich das Kind noch am ehesten in seiner wahren Essenz. Da träumt es sich in seine seelische Heimat hinein und fühlt sich wohl. Dort tankt es Kraft und Freude und ist sich selbst und seinem inneren ‚Seelen-Königskind‘ nahe.

Nicht selten wird die kleine Menschenseele in diesen Phasen jedoch dazu aufgefordert, nicht abwesend zu sein, sondern anwesend und aufmerksam. Das Kind findet kaum Gehör und Zustimmung bei den Erwachsenen für seine Träumereien und Phantasien, haben die Erwachsenen selbst doch längst vergessen, woher sie als Seele gekommen sind.

Von Natur aus ist unser Kind mit großem Tatendrang ausgestattet und ist sehr wissbegierig. Je mehr dieser Tatendrang sich von den Vorstellungen der Bindungspersonen unterscheidet, je mehr es diesen Drang nicht ausleben kann oder darf, umso mehr schläft er ein. Was das Kind machen möchte, wozu es Lust und Neugier hätte, darf es oft nicht, was es machen soll oder muss interessiert es nicht.

### **Sich selbst verlassen – Entstehung der inneren Kinder**

Welch eine Zwickmühle in dem das kleine Wesen steckt. Selbsta Ausdruck wird nach den Normen der Erwachsenen reguliert und bewertet, das natürliche Ausdrucksvermögen findet wenig Raum für Entfaltung. Meist schon zu Zeiten in denen unser Kind in den Kindergarten gehen muss oder zur Schule kommt, lernt das Kind zu tun was andere wollen, nicht was in ihm an Tatendrang steckt. So bleibt ihm nur der Weg sich anzupassen. Da Zuwendung aber so gut tut, beginnt es Strategien zu entwickeln um Aufmerksamkeit zu erhalten.

Aus dem einstigen Königkind werden viele verschiedene innere Kinder, die Strategien entwickelt haben um Zuwendung zu erhalten und innere Kinder, denen es selbst in ihrem Verhalten die eigene Zuwendung entzieht. Das Kind macht eben alles nach, was die wichtigsten kindlichen Bindungspersonen ihm vorgemacht haben. Wie diese mit ihm umgehen, so geht es mit sich selbst um. Wovon diese überzeugt sind, nimmt es als seine eigenen Überzeugungen an. Was man schon immer gemacht hat seit vielen Generationen, übernimmt das Kind und macht es nach.

Das was ich als „Inneres Kind“ bezeichne, ist entstanden. Genaugenommen sind es viele innere Kinder, die in ihren Verhaltensweisen, ihren Gefühlsausdrücken, ihren Überzeugungen und ihren körperlichen Aussehen, abgelehnt werden. Einst wurden sie am Kind von anderen

kritisiert, verurteilt und abgelehnt. Jetzt lehnt das Kind in sich selbst diese Eigenarten ab.

Diese abgelehnten inneren Kinder haben die größere Wirkung im weiteren Leben des Kindes, selbst wenn es mittlerweile erwachsen geworden ist. Natürlich wirken auch diejenigen inneren Kinder, die von den Menschen zu denen es eine Bindung hatte, angenommen wurden und sich entfalten konnten. Sie sind diejenigen inneren Kinder, aus deren Kraft wir leben wenn es uns gut geht.



Wie in einem Kindergarten geht es im Erwachsenen unbewusst innerlich zu, es führen die abgelehnten Kinder und die angenommenen Kinder innerlich ihren Wettbewerb aus um ihre Daseinsberechtigung zu erhalten.

Bis ins Erwachsenenleben hinein, oft bis ins hohe Alter und vielfach bis zum Tod, leiten diese kindlichen Strategien unbewusst, aber sehr gut eingeübt unser Menschenkind. Das innere ‚Seelen-Königskind‘ mit seiner grenzenlosen Liebe bleibt verborgen hinter dem verschlossenen Herzen, während die entstandenen inneren Kinder noch immer ihre Vormachtstellung verteidigen oder anstreben und nach Anerkennung suchen. Das Königskind bleibt versteckt und hofft auf Erweckung und Zuwendung.



### **Wirkung der inneren Kinder im Erwachsenen**

Kommen wir zurück auf Anna und Bernhardt. Ihr Wunsch nach Nähe, Vertrautheit und Geborgenheit, spiegelt das Verhältnis des nach wie vor in ihnen wohnenden Kindes wider, das mit seiner Sehnsucht auf sich aufmerksam macht. Es hat jedoch in seinem Erfahrungsschatz nur das Erlebte zur Verfügung und kann auch im Erwachsenen nicht anders handeln.

### **Das Kind in der erwachsenen Anna**

Anna wuchs mit einer Mutter auf, die mit ihrem Kind überfordert war, die emotional nicht auf die Bindungsbedürfnisse des Kind eingehen konnte. Klein Anna spürte das innere Befinden ihrer Mutter, drückte es in Schreien und Angstäußerungen aus, und wurde daraufhin von ihrer Mutter, die selbst nicht mit ihren Emotionen umgehen konnte, barsch zurückgewiesen. Die erste Bindung im Leben von Anna war also geprägt von körperlicher Anspannung und Starre, mit denen Anna auf ihre Mutter reagiert hat um sich zu schützen. Ihr Bedürfnis nach lebenswichtiger Bindung wurde mit harscher Ablehnung und Kritik beantwortet und das tat dem kleinen Wesen sehr weh, liebte sie doch ihr Mutter über alles. Da ihr Bedürfnis

nach körperlicher Nähe nicht ausreichend befriedigt wurde, sucht sie als Erwachsene auch heute noch nach dieser Bindung, ihr Körper reagiert aber mit dem als Kind gelernten Schutzmuster von Starre und Anspannung.

Dies ist nur eines der Muster, das Anna als Kind gelernt hat um sich zu schützen oder auf sich aufmerksam zu machen. Viele weitere Muster der kleinen Anna beeinflussen das Beziehungsleben der erwachsenen Anna.

So reagiert Anna heute ähnlich auf Männer, wie Annas Mutter einst auf Annas Vater reagiert hat. Ihre Mutter lebte nicht mit ihm zusammen weil ihr Herz voller Liebe zu ihm war, sondern weil es für die Umstände der Zeit das Vernünftigste war. Schließlich brauchte sie einen Mann, der Haus und Hof zusammen hält.

### **Das Kind im erwachsenen Bernhard**

Bernhard war Nachzügler in seiner Familie und seine Mutter wurde nach seiner Geburt schwer krank und stand ihm als Bezugsperson nicht zur Verfügung. Zur Frau, die ihn aufnahm und aufzog, hatten weder sein Vater noch seine Mutter wirkliches Vertrauen. Bis sie gefunden wurde kam Klein Bernhard von einer Frau zur nächsten, die allesamt nur vorübergehend für ihn sorgten. Der kleine Junge konnte sein kindliches Bindungsbedürfnis nicht stillen, das abrupte Beziehungsende zu seiner Mutter in deren Bauch er heranwuchs und die nach seiner Geburt plötzlich nicht mehr da war, lebt das Kind im erwachsenen Bernhard immer wieder nach.

Klein Bernhard hatte schon früh im Leben gelernt, dass er um eine Bindung sich bemühen müsse und dass sie nie stabil ihm zur Verfügung steht. So sehr er sich auch mühte, immer wieder verlor er die Person seines Vertrauens. Verlust war für ihn das erste Bindungsgefühl nach seiner Geburt, so als sei Leben gleichzusetzen mit Verlust von Bezugspersonen.

Als einst verinnerlichtes Muster wirkt es im erwachsenen Bernhard noch immer.

## **Verständnis für das Verhalten der inneren Kinder**

Wer sich dieser inneren Kinder bewusst wird, wer erkennt, das alles was im Leben einem geschieht einen Sinn erfüllt, auch wenn es nicht sofort erklärbar ist, der kann seinem Leben eine neue Richtung geben und Veränderungen einleiten.

## **Die Seele will sich zeigen**

Wir leben jetzt in einer Zeit, wie sie vielleicht noch nie für die Menschheit war. Wir erinnern uns wieder wer wir wirklich sind, woher wir kommen und wozu wir hier auf Erden leben.

Dieses innere ‚Seelen-Königskind‘ als das wir auf die Erde gegangen sind, zieht uns mit immer größerer Kraft an. Es will sich jetzt in uns verwirklichen, will uns erkenntlich machen, dass die Liebe die größte Kraft ist, die alles verändern und heilen kann.

Dieses großartige und unendlich machtvolle Wesen will sich in uns verwirklichen und durch uns auf Erden wirken.

Es will uns bewusst machen, dass wir alles verändern können, dass wir für alles in unserem Leben eine Lösung mit Herz und Verstand bereit haben.

Es will uns klar machen welche Macht jeder einzelne Mensch in der Einheit mit seiner Seele, jenem unsterblichen und mit göttlicher Schöpferkraft ausgestattetem geistigem Wesensteil, besitzt.

Es will uns daran erinnern, dass wir in jedem Augenblick über unser Denken schöpferische Kräfte auswirken und Schöpfungen hervorrufen.

Es will uns klarmachen, dass die Liebe zu uns selbst die Voraussetzung ist, andere im Außen zu lieben und ihnen mit dieser Liebe zu dienen.

Es will uns klar machen, dass die Zeit der Aufopferung für andere, die Zeit der willenslosen Annahme der Überzeugungen anderer, zu Ende geht.

Es will uns klarmachen, dass wir die Macht und die Größe besitzen eine neue Welt zu erschaffen in uns.

Es will uns klarmachen, dass diese innere Welt in die Ordnung finden will und damit alle inneren Kämpfe und Anstrengungen ein Ende finden.

Es will uns klarmachen, dass es unsere Sehnsucht ist, diese innere Größe als Liebeswesen wieder zu finden.

Es will uns aufwecken und erkennen lassen, dass all unsere ungeliebten und abgelehnten inneren Kinder befreit werden wollen durch unsere Liebe.

Es will uns zeigen, dass wir alleine es in der Hand haben was aus unserem Leben wird.

Es will uns führen und uns wieder in Verbindung bringen mit jenem göttlichen Kern, den wir in uns haben und der ganz leise und ohne zu manipulieren uns mit Seligkeit erfüllt.

Es will uns führen in ein Leben voller Freude und Bewusstheit im Umgang mit unserem Körper, unserem Fühlen und Handeln auf Erden.

Es will uns führen in ein erfülltes Lieben und Leben.

Es will uns führen in ein erfülltes Arbeiten und Zusammenleben.

Es will uns zeigen, dass die innere Welt, wie wir sie in uns in Ordnung und in den Frieden geführt haben, sich dann auch im Außen zeigen wird.

Es will uns zeigen dass die innere Welt ausschlaggebend ist für alles äußere Erleben.

Es will uns zeigen, dass Wunder in uns geschehen, wenn wir in der Freiheit unseres Willens uns erinnern wollen, wer wir wirklich sind.

### **Sogwirkung der Seele**

Die Zugkraft dieses inneren ‚Seelen-Königskindes‘, das wir sind nimmt stetig zu und je mehr diese Zugkraft spürbar wird, umso mehr rufen die inneren abgelehnten Kinder in ihren Zuständen, in denen sie einst steckengeblieben und abgelehnt wurden von uns, auf, sie mitzunehmen. Sie wollen mitkommen in diese Seligkeit, denn sie gehören dazu. In

Notzeiten haben wir sie eingefroren, sie abgekoppelt, sie abgelehnt, sie bekämpft und verurteilt, wollten sie loswerden und haben sie abgespalten, uns von ihnen getrennt.



Auch dies hatte alles einen Sinn. Womöglich hat uns diese Reaktion gerettet zu überleben, angenommen zu werden, Aufmerksamkeit zu erhalten, gesehen zu werden, geliebt zu werden, eine Job zu bekommen, ein Ziel zu erreichen, gute Noten zu bekommen, und vieles andere.

Jetzt machen diese inneren Kinder auf sich aufmerksam und wollen geliebt werden von uns. Sie wollen, dass wir noch einmal bewusst und mit einem großen JA fühlen, was für sie einst unerträglich erschien. Genau genommen war es für uns unerträglich, diese inneren Zustände mit einem JA zu fühlen und wir haben sie deshalb abgelehnt und in eine Ecke unseres Energiehaushaltes abgeschoben. Vorn dort melden sie sich über die verschiedensten Situationen des Lebens um durch unser bejahendes Fühlen wieder den Anschluss an uns zu bekommen.

In jedem dieser inneren Kinder steckt ein Geschenk, ein ganz persönliches Talent, eine Gabe. Mit Ablehnung dieses inneren Kindes, seines Gefühlszustandes, wurde auch diese Gabe, das Geschenk mit abgehängt. Der Zugang zu diesem Geschenk wurde damit versperrt und will jetzt wieder geöffnet werden.



Deshalb sollten wir nicht verwundert sein, dass alles Verdrängte mit immer größerer Intension ins Leben und damit ins Bewusstsein geholt werden will. Es hat nur die Absicht, uns wieder Zugang zu den eigenen Gaben und Geschenken zu verschaffen. Diese Geschenke sind allesamt verstreute und steckengebliebene Anteile unseres inneren „Seelen-Königskindes!“

Je unerträglicher die Umstände und Gefühle erscheinen, umso größer sind die Schätze die darunter verborgen sind und lange Zeit hindurch behütet wurden. Jetzt ist die Zeit reif in der die Wächter unser Schätze, unserer Seelenschätze, diese wieder freigeben. Der Schlüssel dazu ist unsere Liebe im bejahenden Fühlen alles bisher Abgelehnten in uns.

## **Umgang mit dem inneren Kind und seiner Bezugspersonen**

Wenn wir uns also mit unserem inneren Kind beschäftigen, dann machen wir unser Herz auf für alles Abgelehnte in uns um es zu befreien, es zu erlösen in uns.

Wenn wir uns noch einmal der Personen unserer Kindheit zuwenden, wie dem Vater, der Mutter, den Geschwistern, den Großeltern und Ahnen, dann geht es weniger um diese Personen, es geht um unsere Reaktionen als Kind, wie wir auf sie reagiert haben.

Im Einzelnen will das heißen:

Was habe ich an Gedankengut von ihnen übernommen?

Was hat dieses Gedankengut mit mir und meinem wahren Wesen gemacht?

Was habe ich von ihnen übernommen um ihnen zu gefallen, ihnen zu helfen, für sie zu tragen?

Welche ihrer Urteile über mich habe ich geglaubt, sie mir zu Eigen gemacht und sie lange Zeit genährt in mir?

Welche Urteile habe ich über sie gefällt und welche Wirkung hatten diese Urteile auf mich selbst?

Welche Muster habe ich in mir entwickelt um zu bestehen, zu überleben, anerkannt zu werden, usw.?

Wie sehr habe ich mich selbst verlassen dabei?

Alle weiteren Fragen beziehen sich immer auf uns selbst, auf die inneren Kinder, die heute gesehen und aus ihren Gefängnissen befreit werden wollen. Unsere Eltern und Ahnen konnten dies noch nicht zu ihrer Zeit.

Wir haben heute die Unterstützung der Zeit, damit meine ich im Sinne der Maya, Zeit als Bewusstsein. Wir gleiten in dieses neue Bewusstsein immer mehr hinein, dass wir es selbst in Händen haben, alles in uns zu entdecken, was bis heute zugedeckt war.



Wir können alles wieder in die Ordnung führen, so wie unser Schöpfer-Gott uns in seiner Liebe erdacht hat. Wir können in unserem freien Willen, mit dem wir in die Unordnung gehen konnten als Menschen, wieder in die Ordnung finden, einer Göttlichen Ordnung die zu unser aller Wohle dient.

Heute steht das Bewusstsein bereit, dass diese Macht in uns liegt und die innere Ordnung eine neue äußere Ordnung nach sich zieht. Damit finden alle Versuche im Außen die Welt und die Menschen zu verändern ein Ende.

### **Erkenntnis aus einer Sitzung**

Ich möchte für heute mit einer schönen Erkenntnis, die sich im Verlauf einer Sitzung mit einer Klientin ergeben hat, enden:

„Je mehr wir innere Gefühls- und Wesensanteile, innere Kinder, ablehnen, umso mehr Krieg führen wir in uns, und umso mehr Flüchtlinge, die davor fliehen, haben wir in uns!“

Wollen wir also äußere Umstände verstehen und verändern, die in der Welt sich zeigen, können wir schauen wo diese in uns sich befinden. In uns können wir diese Ereignisse befrieden und den Flüchtenden (inneren Kindern) wieder eine Heimat bieten. „Wie innen so außen“, lautet ein Energiegesetz.

**Geliebte Seele im Menschenkleid:**

*„Du bist ein vollkommenes und  
wunderbares Wesen voller Liebe.  
Dein Herz ist die Verbindung zu dieser Liebe die Du bist.  
Und das Leben antwortet Dir auf das,  
was aus Deinem Herzen strömen darf.  
Niemand kann dieses, Dein Herz verschließen,  
nur Du selbst.  
Vielleicht hast Du, wie die meisten Menschen auch,  
es einmal verschlossen für Dich selbst,  
weil Du denen geglaubt hast,  
die selbst ihr Herz verschlossen hatten für sich.  
Sie haben es so gut gemacht wie sie konnten.  
Und Du hast es auch so gut gemacht wie Du es konntest.  
Dafür kannst Du Dich loben!  
Du wirst sehen, das tut Dir gut.  
Du bist einfach wunderbar und  
ein Mensch mit einem großen,  
einem sehr großen Herzen voller Liebe  
das sich nichts anderes wünscht als zu lieben!  
Und das Leben liebt Dich, genau so, wie Du Dich selbst liebst!  
Es wartet darauf von Dir zu fühlen, wie sehr Du Dich liebst,  
wie sehr Du Dich selbst in den Mittelpunkt  
Deines Lebens stellst.  
Das Leben hält alle Schönheiten für Dich bereit,  
welche Dein Königskind in sich hat!“*

*(Helmut Laber)*

In diesem Sinne freue ich mich auf das was kommt, auch meine persönliche Friedensarbeit in mir und die Unterstützung für Sie auf Ihrem Weg.

Mit herzlichen Grüßen



Helmut Richard Laber

### **Seminare**

Erwecke das Königskind in Dir – Tür zur Lebensfreude

Mein inneres Kind, unsere Mutter und ich

– Tor für Selbstfindung und innere Freiheit

Mein inneres Kind, unser Vater und ich

- Schlüssel für Erfolg und Fülle

Aufstellungen für Selbstfindung und Transformation

- Familien-, Ahnen- und System-Aufstellungen

In die volle Kraft finden

- Mein Thema ganzheitlich mit den Energiekörpern klären

Leben in Freiheit

- über Bilder und Geschichten der Seele

Termine unter [www.praxis-laber.de](http://www.praxis-laber.de)