

# Der Ursprung unseres Seelenlebens

## Die grossen Sorgen unserer kleinsten Kinder

---

**Franz Renggli, 2002<sup>1</sup>**

1924 hat Otto Rank ein Buch geschrieben: Das Trauma der Geburt. Seither wissen wir, dass das Erleben eines Menschen nicht erst nach, sondern schon während der Geburt beginnt - Rank konnte sich schon damals die Schwierigkeiten seiner Patienten nur dann sinnvoll erklären, wenn er den Ursprung ihrer Ängste, die Wurzeln ihres Leidens von der Geburt her verstehen konnte. Seither hat sich die pränatale Psychologie und Psychotherapie mächtig weiter entwickelt und dabei herausgefunden, dass das Seelenleben eines Menschen schon in der Schwangerschaft beginnt. Und wir wissen dies heute nicht nur aus den Schilderungen von Patienten, sondern auch aus den direkten Beobachtungen an Kindern, bzw. an Babys im Bauch der Mutter.

So hat David Chamberlain Kinder, die schon sprechen können, in Hypnose versetzt und sie ihre Geburtsgeschichte erzählen lassen. Und da Mütter auch leicht vergessen, hat er das selbe mit ihnen getan. Und Chamberlain konnte zeigen, dass die Geburtsgeschichte von beiden, von Mutter und Kind identisch sind. Kinder können sich exakt an ihre Geburt erinnern und Chamberlain konnte zudem zeigen, dass bereits Kinder zu diesem frühen Zeitpunkt unsere Sprache verstehen, obwohl sie selber noch gar nicht sprechen können.

Die meisten Mütter lassen mehrere Ultraschalluntersuchungen machen während ihrer Schwangerschaft. Die italienische Psychoanalytikerin Alessandra Piontelli war dabei, wenn der Arzt einer Mutter zum ersten Mal ihr Baby zeigte, wie die Mutter auf ihr Baby reagierte und umgekehrt. Durch diese Forschungen von Piontelli wird klar, dass das Verhalten eines Fötus wie ein Spiegel des mütterlichen Lebens verstanden werden kann.<sup>2</sup>

Auf dem Hintergrund all dieser Erfahrungen hat William Emerson in Amerika schon seit 25 Jahren begonnen, Babys und Kleinkinder, zusammen mit ihren

---

<sup>1</sup> In: Mehr vom Leben, Koordinations- und Informationsstelle Gesundheitsförderung Baselland, Liestal, Nr. 1, Februar 2002

<sup>2</sup> Den interessierten Leser verweise ich auf meine Einführung in die pränatale Psychologie und Psychotherapie meines neuen Buches: Der Ursprung der Angst, antike Mythen und das Trauma der Geburt. Mein Buch zeichnet übrigens nach, wie die Mythologie der Menschheit auf diesem Hintergrund neu verstanden werden kann: all die alten Göttergeschichten können auf der tiefsten Ebene, auf der Erfahrung eines Babys im Bauch seiner Mutter, gesehen werden - ein Schlüssel zu einem neuen Verständnis der Mythologie, vor allem aber zum Verständnis der pränatalen Aspekte unserer Träume.

Eltern, psychotherapeutisch zu begleiten, um ihnen zu helfen ihr Geburts- bzw. ihre Schwangerschaftstraumata auflösen zu helfen.

Die hauptsächlichlichen Ergebnisse der pränatalen und perinatalen Psychologie und Psychotherapie, des Erlebens eines Babys vor, während und nach der Geburt möchte ich in folgende Thesen zusammenfassen:

1. Die Geburt ist die stärkste Angsterfahrung im Leben der meisten Menschen - gemessen an der Adrenalinausschüttung während dieser Zeit. Und Adrenalin ist dasjenige Hormon, welches Tiere in freier Wildbahn produzieren, wenn sie sich bedroht fühlen, um sich vorzubereiten auf Kampf oder Flucht.
2. Die wichtigsten Prägungen eines Menschen geschehen während seinen ersten neun Lebensmonaten, während seiner Geburt oder seiner Kleinkindheit - eine Zeit, an die wir uns als Erwachsene nicht bewusst erinnern können. All unsere Erinnerung ist jedoch in unserem *Körper* gespeichert.
3. Weil wir diese frühe Zeit nicht bewusst erleben können, neigen wir dazu, sie während unseres ganzen Lebens immer wieder aufs Neue zu inszenieren, im Beruf, in unserer Partnerschaft oder mit unseren Kindern. Je traumatischer der Lebensanfang war, desto stärker ist die Tendenz zur Wiederholung, zur Wiederinszenierung im späteren Leben.
4. In meiner Praxis, bei meiner Arbeit mit Babys und ihren Familien, habe ich die Erfahrung gemacht, dass während der Schwangerschaft, der Geburt oder der Kleinkinderzeit Eltern dazu neigen, dass bei ihnen eigene, alte verletzte Gefühle, Ängste und traumatische Erfahrungen aufsteigen, eventuell mit einer grossen Heftigkeit und Energie. Wir Erwachsene haben die Fähigkeit zu verdrängen, kleine Babys können dies noch nicht. Sie übernehmen die alten unverarbeiteten Gefühle und Probleme ihrer Eltern: des Vaters mit seiner Familie, der Mutter mit ihren Eltern und die sich daraus ergebenden unerledigten Konflikte zwischen Papa und Mama. Auf der anderen Seite sei betont, dass Eltern nie mehr so bereit sind, wie in dieser ersten Zeit, ihres Babys, sich mit ihren Schattenseiten zu konfrontieren, mit den traumatischen Erfahrungen aus ihrem eigenen Leben. Es ist eine fruchtbare Zeit für die Heilung für beide Eltern - zusammen mit den Tränen ihres Babys.
5. Durch all diese Erfahrungen sind die pränatalen Psychologen und Psychotherapeuten zu dem Schluss gekommen: von allem Anfang an ist ein Baby ein voll bewusstes menschliches Wesen - egal wie unreif sein Körper noch entwickelt ist. Oder vielleicht ist sein Bewusstsein in dieser frühen Lebenszeit noch höher, weil seine Seele sich noch näher beim Ursprung befindet, bei Gott.

\*\*\*

Vor allem Mütter neigen zu Schuldgefühlen. Erhöhe ich durch diese Aussagen nicht den Druck, der bereits auf ihren Schultern lastet? Jetzt sind sie auch noch dafür verantwortlich, wenn die Schwangerschaft schwierig oder die Geburt mit Komplikationen verlaufen ist? Keineswegs, im Gegenteil, einmal liegen 50% der Verantwortung immer beim beispielsweise emotional abwesenden Vater. Meine Erfahrungen in der Praxis aber zeigen, wie liebevoll alle Eltern ihre Babys behandeln und mit wieviel Sorgfalt sie um das Wohlergehen ihrer Kinder bemüht sind.

Und wenn doch etwas schief läuft, wenn ein Baby beispielsweise häufig weint? Dann meine ich, ist nicht die einzelne Mutter oder der individuelle Vater gestört, sondern wir leben in einer *kranken Gesellschaft!* In meinen bisherigen Forschungen stelle ich fest: In allen ursprünglichen Kulturen ist ein Baby in ständigem Körperkontakt mit der Mutter oder einer anderen Betreuerperson. Durch diese beruhigenden Erfahrungen weint ein Baby nie und wenn, dann wird auf seine Wünsche und Bedürfnisse sofort reagiert. Ganz anders bei allen Hochkulturen, hier werden Mutter und Baby nach der Geburt voneinander getrennt. Und je höher die Kultur entwickelt ist, desto stärker ist diese Trennung - seit Tausenden von Jahren, seit es Hochkulturen, seit es Städte gibt. Das bedeutet umgekehrt: In allen Hochkulturen ist ein "weinendes Baby" im Inneren eines jeden Menschen eingeschlossen. Tief vergraben und verschüttet - je stärker die ursprüngliche Verletzung ist und d.h. die Verlassenheit. Jetzt wird vielleicht auch verständlich, warum ein Baby in der Öffentlichkeit nicht weinen darf. Es löst in uns Erwachsenen dieses eigene "innere weinende Baby" aus. Und je stärker dieses Weinen in Richtung Verzweiflung geht, desto ablehnender reagiert unsere Gesellschaft. Unsere eigene innere Verzweiflung wird durch das Schreien zu stark erschüttert.

Hinzu kommt noch folgendes Phänomen, auf welches ich alle Eltern immer wieder hinweise: in allen ursprünglichen Kulturen sind zehn bis zwanzig Personen in der unmittelbaren Nachbarschaft, welche sich um ein Baby sorgen - in unserer Gesellschaft wird es meist einer einzelnen Person überlassen, der Mutter. Sie ist durch diese "Überverantwortung" und durch die Isolation in einer abgeschlossenen Wohnung meist rettungslos überfordert. Sie macht meist viel zu viel für ihr Baby und sorgt sich zu wenig um sich selbst.

Zurück zur Frage der Schuld. Ich habe festgestellt, dass Eltern so liebevoll zu ihren Babys und Kinder sind. Wenn aber Probleme, Konflikte und Ängste, depressive Erschöpfungen oder gar Ablehnung und Wutausbrüche auftreten? Dann ist dies niemals eine Frage von Schuld des Vaters oder der Mutter, sondern all dies sind Hinweise, dass bei den Eltern selbst irgend welche traumatische Erlebnisweisen und Verletzungen aus ihrer eigenen Kindheit aufgetaucht und geweckt worden sind. Durch das Weinen ihres Babys, durch seine Spontaneität und Offenheit. Und eigentlich gibt es nur eine Lösung,

nämlich dass eine Mutter oder ein Vater in einer solchen Situation gut unterstützt und begleitet werden sollten. Oder dass sie sich Hilfe holen können von aussen. Dass sie in erster Linie sich *selber* "gute Eltern" sind. Nicht sich selber verurteilen, sondern sich fragen: was brauche ich jetzt, wo es mir nicht gut geht? Und Hilfe kann geholt werden vom Partner, von guten Freundinnen oder Freunden, von Angehörigen der eigenen Familie - kurzum: von einem guten und tragfähigen sozialen Netz. Oder aber von einer sinnvollen und erfüllenden Beschäftigung und Betätigung - von Joga bis hin zum Sport - alles ist erlaubt, was Freude bereitet. Und vergessen wir nicht: eine spirituelle Verbundenheit ist eine wichtige Quelle von Kraft. Und Eltern in Not rate ich auch, sich eine therapeutische Hilfe zu suchen, jemand, der sie liebevoll durch ihre Krise begleitet.

\*\*\*

Welche **Konsequenzen** können aus all diesen Fakten gezogen werden? Erstmals verweise ich die Eltern auf eine ganz einfache "Technik": ihr Baby weinen zu lassen. Aber nicht wie früher: isoliert in einem anderen Zimmer, sondern auf dem Körper der Mutter oder des Vaters. Kein Stillen, kein Schnuller, kein Herumtragen. Gar nichts *tun*. Einfach da sein. Und in den eigenen Körper hinein hören: Was löst das Baby mit seinem Weinen, unter Umständen mit seinem verzweifelten und wütenden Schreien, bei mir aus? Und je feiner wir hinein hören, desto mehr spüren wir, welche heftigen Gefühle dieses Babyweinen bei uns auslöst: Gefühle unseres eigenen, verlassenem "inneren Kindes". Und jede Träne ist eine Heilung, für beide, für das Baby und für uns.

Doch gebe ich nur denjenigen Eltern diesen Rat, die selber gut verankert sind in ihrem Körper und genügend geerdet sind. Wenn sie selber Freude am Leben haben und ihnen dies sinnvoll erscheint. Auf keinen Fall sich selber überfordern! Was nützt es, wenn die Mutter alles für ihr Baby macht und selber dabei depressiv wird? Meistens machen die Mütter zuviel für ihr Baby - und zu wenig für sich. Eine Mutter sollte sich diejenige Hilfe von aussen suchen, die sie braucht, Menschen, denen sie ihr Baby anvertrauen kann. Jemand, der sie unter Umständen massiert: gute Freundinnen, die selber kleine Kinder haben und mit denen sie offen über alles sprechen können. Und eine Mutter soll bei ihrem Baby bleiben, wenn sie möchte - wenn sie umgekehrt ihrer alten Arbeit nachgehen will, soll sie einen entsprechenden Ersatz für sich suchen. Wichtig scheint mir, dass die Freude an ihrem Baby und ihre Liebe zu ihm die stärksten Quellen ihrer weiblichen Kraft sein darf.

Und die **Geburt**? Früher wurde die Mutter von ihrem Kind "entbunden" - notwendig sind dabei unter Umständen starke Medikamente, was meist entsprechende Eingriffe nach sich zieht. Eine Mutter bleibt dabei weitgehend passiv. Neu ist die Tendenz, den Müttern Mut zu machen, sie können ihr Kind selber auf die Welt bringen - damit verbunden sollte eine Mutter ermutigt werden, wieder an ihre eigene weibliche Kraft und Potenz zu glauben. Und natürlich hilft

ihr Baby dabei mächtig mit: es will mit dem Kopf durch diesen engen Geburtskanal einen Weg nach aussen suchen und es schiebt mit seinen Beinen kräftig mit. Ohne oder mit nur einer sanften Medikation ist eine Mutter jederzeit in Kontakt mit ihrem eigenen Körper und d.h. vor allem mit ihrem Baby. Und wie nach jeder grossen Anstrengung - und das ist eine Geburt im höchsten Ausmass - schüttet der Körper Endorphine d.h. Glückshormone aus: die Mutter ist bereit, sich in ihr Baby zu "verlieben". Und das Baby selbst erlebt ein Triumphgefühl. Die ersten Bindungsprozesse zwischen Mutter und Kind können sich nur dann voll entfalten, wenn beide so wenig wie möglich während und nach der Geburt gestört werden. Soviel Zeit wie notwendig, keine Eile. Viel Sicherheit, Wärme und Geborgenheit für beide, für die Mutter und ihr Kind. Und wenn möglich sollte eine Mutter von ein und derselben Hebamme liebevoll durch die ganze Geburt begleitet werden. Unter solchen optimalen Bedingungen kann sich ein Baby gut von all den ausgestandenen Ängsten erholen. Da bleibt kein Trauma zurück - ein wunderbarer Lebensanfang.

Umgekehrt sollten einer Mutter all die Hilfsmittel angeboten werden, die sie braucht. Es ist sinnlos, wenn sie über die Grenzen ihres Ertragbaren hinausgeht. Angefangen von den verschiedenen Schmerzmitteln bis hin zur Saugglocke, Zange oder aber zum Kaiserschnitt. Alle diese Massnahmen können lebensrettend sein, für die Mutter und ihr Kind. Ich glaube, dass sie heute jedoch zu häufig angewendet werden. Einmal weil die Aerzte sich vor möglichen späteren Klagen schützen oder aber weil die Mütter schmerz-, bzw. angstfrei gebären wollen. Werden solche Hilfsmittel notwendig, so sollten Eltern darüber aufgeklärt werden, dass diese Eingriffe für das Erleben eines Babys belastend sind. Je heftiger der Eingriff, desto stärker die mögliche Traumatisierung. Aufklärung aber ist ebenfalls notwendig, dass einem Baby nach einer so schwierigen Geburt geholfen werden kann: durch das Halten auf dem Körper und weinen lassen, wie ich es beschrieben habe, bis hin zu den verschiedensten heutigen Therapieformen, angefangen von der Cranio-Sacral-Therapie bis hin zu den verschiedensten Formen der Baby-Therapie - die interessierte Leserin möchte ich auf das Buch von Thomas Harms verweisen: Auf die Welt gekommen.

Vor allem gönne ich allen Eltern, dass sie *vor* der Geburt ihre Wünsche und Bedürfnisse genau erspüren und dass eine Mutter den Ort, wo sie ihr Baby auf die Welt bringen will, genau auswählt, damit ihre Wünsche und Vorstellungen so weit wie möglich respektiert und berücksichtigt werden. Dem Klinikpersonal auf der anderen Seite wünsche ich, den Ärztinnen und Ärzten, den Hebammen und Säuglingsschwestern, dass sie nie mehr *über* ein Kind sprechen, sondern immer zuerst mit dem Baby direkt Kontakt aufnehmen und es begrüssen und dass sie bei jeder Pflegehandlung dem Baby immer zuerst erklären, was sie machen wollen und warum, damit es verstehen kann.

Was die **Schwangerschaft** betrifft, wünsche ich den Eltern, dass sie so früh wie möglich mit dem Baby Kontakt aufnehmen, sobald sie wissen, dass sie

schwanger sind. Ein Baby ist "hungrig" nach Anerkennung, Wärme, Liebe und Geborgenheit - von beiden: vom Vater wie von der Mutter.

Wenn umgekehrt Schatten aufsteigen während der Schwangerschaft, alte Ängste und Konflikte beim Vater wie bei der Mutter, oder Spannungen beim Paar, so wünsche ich den Eltern, dass sie diese nicht verdrängen, sondern genau hin spüren, ihren Körper gut wahrnehmen: was tauchen da für Botschaften auf? Wenn sie als Eltern hin spüren und nicht verdrängen, hilft dies dem Baby am meisten. Und wenn möglich ist: mit dem Baby darüber sprechen, ihm die Gefühle mitteilen, die sie als Mutter oder als Vater gerade beschäftigen - wahrscheinlich sind es Verletzungen aus der eigenen Vergangenheit und solche Gefühle haben nichts mit der Existenz des Babys zu tun. Doch können Eltern dies nur dann, wenn sie selber von einem tragfähigen sozialen Netz umgeben sind.

Wenn im Extremfall ein Baby *unerwünscht* ist, wenn die Eltern nicht die Möglichkeit haben es jetzt auszutragen und es abtreiben müssen, dann wünsche ich ihm, dass sie auch darüber mit ihrem Baby sprechen und ihm erklären, warum es jetzt nicht kommen darf. Zusammen um den bevorstehenden Tod trauern, das hilft dem Baby am meisten, aber auch den Eltern und vor allem einem neuen, einem nächsten möglichen Kind.

\*\*\*

Wenn wir die beiden hier beschriebenen Phänomene miteinander verknüpfen: das vorgeburtliche Erleben eines Babys einerseits und die frühe Trennung von Mutter und Kleinkind in allen Hochkulturen, so kann vermutet werden, diese Trennungen hat tiefe Schatten über die Schwangerschaft der Mütter geworfen. Denn eine Mutter weiss natürlich, was sie erwartet, sie ist vorbereitet auf diese Trennung von ihrem Baby nach der Geburt. Sie kann es konsequenterweise nicht richtig zur Kenntnis nehmen, sie will sich nicht zu stark binden und kann ihm den Schutz und die Geborgenheit nicht geben, die ein Baby so sehr brauchen würde. Entsprechend nimmt sie auch ihren Körper nicht richtig wahr, ihre Muskeln verspannen und verhärten sich - geboren aus der eigenen Verletzung, ihrer ursprünglichen Verlassenheit. Eine schwierige Geburt ist damit vorprogrammiert.

\*\*\*

Gibt es einen Ausweg aus dieser nahezu hoffnungslosen erscheinenden Situation? Ich meine, wir leben in einer Zivilisation, da wir am Rand stehen uns selbst zu zerstören. Aber seit ca. 30 bis 40 Jahren gibt es Eltern, die ihr Baby wieder vermehrt auf dem Körper tragen, Mütter, die wieder stillen oder ein Baby darf nachts sogar wieder im Bett seiner Eltern schlafen. Und diese Bewegung ist so stark geworden, dass in fast allen fortschrittlichen Kliniken Mutter und Baby unmittelbar nach der Geburt nicht länger voneinander getrennt werden. Und

gleichzeitig öffnen wir uns wieder langsam für das "uralte Wissen", dass das Seelenleben schon im Mutterleib beginnt - seit allem Anfang. Ich erachte diese Phänomene als eine unglaubliche Heilungschance für unsere Kultur. Es ist mehr als nur ein Hoffnungsschimmer am Horizont. Es ist dies der Aufbruch, die Geburtsstunde zu einer neuen Menschlichkeit.

\*\*\*

Mit all diesem Hintergrund gibt es letztlich keine Richtlinien oder Normen für die Behandlung eines Babys. Ebenso braucht ein Kind nicht "erzogen" zu werden. Babys und Kinder sind vielmehr unsere grossen "Lehrmeister", welche uns zu unserem verborgenen, inneren Kern führen können. Dort nämlich, wo wir alle heil und göttlich sind.

#### **Literatur:**

- Chamberlain**, David 1990: Woran Babys sich erinnern. München  
**Harms**, Thomas 2000: Auf die Welt gekommen, die neuen Babytherapien. Berlin  
**Piontelli**, Alessandra 1996: Vom Fetus zum Kind. Stuttgart  
**Renggli**, Franz 1974: Angst und Geborgenheit. Hamburg  
**Renggli**, Franz 1992: Selbstzerstörung aus Verlassenheit. Hamburg  
**Renggli**, Franz 2001: Der Ursprung der Angst. Düsseldorf  
**Solter**, Aletha 2000: Auch kleine Kinder haben grossen Kummer. München