

Heilung durch Tragen

von Franz Renggli¹

Zur Bedeutung des Kinderweinsens und zur Aussöhnung der Eltern mit ihren eigenen frühen Verletzungen

Bei den Vögeln und Säugetieren gibt es im Wesentlichen zwei verschiedene Typen von Mutter-Kind-Beziehungen: Die Nestflüchter und die Nesthocker. Bei den **Nestflüchtern** kann sich das Jungtier sofort nach dem Schlüpfen, bzw. nach der Geburt fortbewegen, beispielsweise folgen junge Enten ihrem Muttertier überallhin nach – bei den Säugern andererseits erhebt sich ein junges Fohlen oder ein neugeborener Büffel innerhalb kurzer Zeit nach der Geburt auf seine Beine und das Junge ist bereit der Mutter innerhalb der Herde überallhin nachzufolgen. Ganz anders ist die Situation bei den **Nesthockern**: hier hat die Mutter für ihre Jungen ein Nest gebaut, die blind und ohne Federn oder Haare auf die Welt kommen und sich in den ersten Tagen oder Wochen noch nicht fortbewegen können, beispielsweise junge Amseln oder Katzen.

Bei beiden Typen gibt es ganz bestimmte Mechanismen, welche das Band zwischen Mutter und einem Baby aufrechthalten, beziehungsweise welche sein Überleben garantieren. So sind bei den Nestflüchtern Jungtiere über Lautäusserungen dauernd

¹ Franz Renggli 2014: Vortrag gehalten am 20.6.14
in 'Tragen als Therapie -Therapie durch Tragen'.
Veröffentlicht in Dresdner Tragetage Tagungsband 19.-21.Juli 2014.
www.trageschule-dresden.de

mit der Mutter in Kontakt und umgekehrt. Und die **Trennungsangst** bei Jungen ist ein wesentlicher Mechanismus, damit die Verbindung zur Mutter niemals abbricht – es wäre sonst dem Tod geweiht! Positiv ausgedrückt: Die Mutter ist das **Sicherheitsfeld** (secure base) von der aus die Welt entdeckt und erobert wird.

Bei den Nesthockern geht die Mutter den ganzen Tag auf die Nahrungssuche, um die Jungen aufzuziehen – hier herrscht als wesentlicher Mechanismus die **Fremdenangst** vor, was bedeutet: wenn die Jungen – es sind fast immer mehrere – die Augen öffnen und sich fortzubewegen beginnen, müssen sie die Angst vor einer fremden Umgebung spüren, sonst wären sie dem Tod ausgeliefert. Positiv ausgedrückt: die Jungen sind an ihre Umgebung, ans Nest oder mit ihren Geschwistern sicher verankert: die Bindung (attachement)..

Bei den Säugern nun gibt es eine dritte Mutter-Kind-Beziehung, nämlich diejenigen bei den **Primaten**, bei den Affen: Hier ist die Mutter das Nest und das Junge klammert sich mit Händen und Füßen im Felle der Mutter fest. In dieser Situation ist es meist ruhig, still und zufrieden. Verliert es jedoch nur einen Griff der Hand oder des Fusses beginnt es sofort heftig zu protestieren und das heisst zu schreien, dann ist es unmittelbar vom Tod bedroht, weil Affen sich meist hoch oben auf den Bäumen befinden. Etwas kompliziert umschreibend habe ich diesen Mechanismus in meinem ersten Buch: „Angst und Geborgenheit (1974)“ **Körperkontakt – Verlustangst** bezeichnet. Umgekehrt hat das Junge, das Affenbaby ein elementares **Bedürfnis nach Körperkontakt** mit der Mutter und in dieser Situation fühlt es sich sicher, warm und geborgen.

Bevor ich auf diesem Hintergrund etwas über die Situation beim Menschen und die Bedeutung seines Weins aufzeigen möchte, noch ein Wort über die ersten Lernerfahrungen bei Vögeln und Säugern. Sie sind irreversibel und das heisst nicht umkehrbar! Einmal gelernt bleiben sie ein Leben lang bestehen und dieses Phänomen wird von der Verhaltensforschung her als **Prägung** bezeichnet. Entdeckt hat es Konrad Lorenz: War er beim Schlüpfen von jungen Gänsen in ihrer Nähe wurden sie auf ihn als Mutter geprägt. Sie wollten ihm überall hin nachfolgen und nachts weinten und schrien sie schrecklich, wenn sie nicht in seiner unmittelbaren Nähe schlafen durften. Was Lorenz entdeckt hatte wird heute als Mutterprägung bezeichnet. Bekannt sind zudem auch Futterprägung, sexuelle oder aggressive Prägung, Angstprägungen und sofort. Und natürlich kann ein Verhalten, eine **erste Lernerfahrung** umgeprägt, es kann neu erlernt und das heisst erweitert werden, aber dieses Neulernen ist immer mit einer grossen Anstrengung verbunden – und in einer Krisensituation kommt wieder das alte Verhalten zum Vorschein. Von der Psychoanalyse, von der Tiefenpsychologie werden ähnliche Phänomene auch als das Unbewusste bezeichnet. Und diese Vorbemerkung ist wichtig, um zu zeigen wie elementar diese ersten Lernerfahrungen, diese ersten Erlebnisweisen und die entsprechenden Angstmechanismen bei den Jungtieren und damit auch beim Menschen selbst sind.

Beim Menschen nun durchläuft ein Baby alle drei Angst-Mechanismen, wie ich sie soeben bei den Nestflüchtern, Nesthockern und den Primaten aufgezeigt habe in verschiedenen Altersphasen. Ihnen allen ist bekannt, bei einem zweijährigen

Kleinkind, das laufen d.h. sich fortbewegen kann, ist die Trennungsangst der Grundmechanismus einer sicheren Bindung eines Jungtieres an seine Mutter wie bei den Nestflüchtern. Kurz: Es weint oder protestiert heftig, wenn es den sicheren Kontakt zur Mutter verliert, wenn diese sich fortbewegt oder nicht mehr dort vorgefunden wird, wo es sie zum letzten Mal gesehen oder gehört hat. Umgekehrt ist die Mutter - wie erwähnt – das Sicherheitsfeld, von dem aus die Welt entdeckt und erforscht wird. Dabei werden die Kreise der Entdeckungsreisen eines Babys und Kleinkindes immer grösser – je sicherer es sich gebunden fühlt. Mit anderen Worten: je mehr es sich im „Besitz“ der Mutter weiss, desto ausgeprägter ist seine Autonomie und andererseits seine Neugierdeverhalten.

In der zweiten Hälfte des ersten Lebensjahres durchläuft ein Baby die Phase der Nesthocker: Es beginnt zu kriechen und entsprechend muss es Ängste haben vor ihm fremden Personen oder Umgebungen. Positiv ausgedrückt: Es ist an seine Mutter gebunden, es möchte bei ihr sein und bleiben dürfen, von ihr ernährt werden oder nachts bei ihr an ihrem Körper schlafen.

Und in ihrem ersten Halbjahr und unmittelbar nach der Geburt, sicher während den ersten drei Monaten erlebt ein menschliches Baby die Ursituation wie ein Affenkind: Es zeigt ein elementares Bedürfnis nach Körperkontakt, beziehungsweise eine hohe Angst, wenn es diesen Körperkontakt verliert, die von mir sobenannte Körperkontakt-Verlustangst. Nun haben die Menschen jedoch ihr Fell vor ca. 4 – 5 Mio. Jahren verloren und somit kann sich ein Baby nicht mehr mit Händen und Füßen an seine Mutter anklammern. Aber seine archaische Erlebnisweise und seine Bedürfnisse

sind geblieben – dies wissen alle „alten“ Völker: Bei ihnen wird ein Baby den ganzen Tag über von der Mutter oder von einer anderen Betreuerperson herumgetragen und nachts schläft es an ihrem Körper. Die gesamte ethnologische Feldforschung über diese alten archaischen Kulturen über die ganze Welt verstreut stellt eindeutig fest, wie ein Baby während des den ganzen Tages ruhig und zufrieden ist und wenn es weint oder schreit, reagieren dies Mütter sofort auf seine Lautäußerungen! Es gibt hier keine weinenden oder schreienden Kinder wie bei uns in der westlich zivilisierten Welt. Sehr schön beschrieben hat dies beispielsweise Jean Liedloff in ihrem Buch: auf der Suche nach dem verlorenen Glück (1980).

Hierzu nun möchte ich gleich eine wichtige Ergänzung beifügen. Sarah Blaffer Hrdy hat in ihrem Buch: „Mütter und andere“ (2010) sehr klar nachweisen können, wie eine archaisch menschliche Mutter – und als Jäger und Sammlerin ist sie während des ganzen Tag auf Wanderschaft – wie eine solche Mutter natürlich überfordert wäre, wenn sie ihr Baby dauernd herumtragen müsste. In der Evolution haben sich die Menschen Tragehilfen wie Schlingen oder Körbe geschaffen, aber auch dies war noch nicht ausreichend genug. So zeigt ein Baby eine extrem hohe Attraktivität und in all diesen alten Kulturen gibt es fast beliebig viele Frauen oder auch jugendliche Mädchen, die ein solches Baby voller Stolz auf dem Körper herumtragen möchten: Eine notwendig Unterstützung für eine junge Mutter! Damit aber werden Babys im Laufe der Evolution zur absoluten Spezialisten, um einzuschätzen: „wie geht es meiner momentanen Betreuerin?“ – Blaffer Hrdy nennt sie „Allo Mütter“. Und diese Spezialisierung geschieht in der höchst sensiblen Lebensphase der Prägung, woraus sich im Laufe der Evolution die hohe Sozialisationsfähigkeit der Menschen

herausgebildet hat, mit ihrer differenzierten Fähigkeit Beziehungen und Bindungen einzugehen. Als Ergänzung dazu ein Sprichwort aus Afrika: „Um ein Baby aufzuziehen braucht es ein ganzes Dorf!“

In diesen alten ursprünglichen Kulturen weint ein Baby nie und wenn wird dies verstanden als Ausdruck einer höchsten Lebensgefahr und entsprechend wird sofort reagiert. Wie ganz anders ist die Situation in allen Hochkulturen: Hier werden Mütter und Baby voneinander getrennt und dabei gilt: Je höher entwickelt die Kultur, desto heftiger und schärfer wird die Trennung vollzogen. Seit tausenden von Jahren. Dies gilt für alle Hochkulturen auf der ganzen Welt, angefangen bei den Sumerern und Babyloniern, über das alte Griechenland bis hin zum alten römischen Reich. Es gilt aber auch für die alten mittelamerikanischen Kulturen wie die Azteken oder Mayas oder aber für das alte China und Indien. So findet sich beispielsweise bei den Sumerern, der ältesten Hochkultur der Welt in ihren medizinischen Texten Aussagen wie: „Baby, du warst doch so ruhig im Bauch deiner Mutter. Warum weinst du jetzt so viel, so dass die Götter im Himmel nicht mehr schlafen können?“

In meinem Pestbuch habe ich gezeigt, wie an der Pest, einer Epidemie im Mittelalter, über die Hälfte der Menschen im christlichen Abendland gestorben sind – und wenn so viele Menschen gestorben sind, dann kann diese Pest nur als Ausdruck einer Krise verstanden werden, als Ausbruch einer Massenpsychose, so meine These. Und dies zeige ich beispielsweise anhand der Hexenprozesse auf, da Männer ihre Frauen als Hexen auf dem Scheiterhaufen verbrannt haben. Europa ist damals kollektiv in eine Massenpsychose verfallen. Und als Tiefenpsychologe haben wir die

Erfahrung gemacht, die Ursachen von Psychosen liegen in einer allerfrühesten Beziehungsstörung zwischen einer Mutter und ihrem Baby. Was ist geschehen im Mittelalter, als vor ca. 1000 Jahren unsere Kultur auf den Trümmern des alten römischen Reiches zu erblühen begann? Unsere Kultur mit all ihren Städten und Kathedralen, mit den Banken und dem Handelssystem – quer über ganz Europa. Was hat sich damals geändert in der Behandlung des Babys und zwar **vor** dem Ausbruch der Pest? Ich habe soeben dargestellt, wie eine Mutter und ihr Baby in allen alten Hochkulturen der Welt voneinander getrennt worden sind, seit tausenden von Jahren. Damals, im 13. und 14. Jhr. durften die Babys auch nachts nicht mehr bei der Mutter schlafen: Sie haben den letzten Rest an beruhigendem Körperkontakt verloren und wurden in die Wiege „verbannt“. Und weil Babys dann heftig weinen müssen, werden sie zudem in lange Wickelbänder eingewickelt, vom Kopf bis zu den Füßen. Und in Experimenten wurde festgestellt: Ein so gewickeltes Kind ist viel ruhiger, es schreit weniger, sein Herz schlägt langsamer oder aber es verliert beispielsweise kein Gewicht nach der Geburt. Mit anderen Worten: Wickelbänder wie Wiegen sind ein Ersatz für den mangelnden Körperkontakt. Nun habe ich die Hypothese aufgestellt: diese Entfremdung zwischen einer Mutter und ihrem Baby sei die Ursache gewesen für die Massenpsychose, für den Ausbruch der Pest im Mittelalter – eine gewagte Hypothese. Wenn wir uns jedoch vor Augen halten, dass ein Viertel aller Bilder der damaligen Zeit die Mutter und ihr Baby: Maria und ihr Jesuskind als zentrales Thema haben und dies über dreihundert Jahre (!), dann können wir ermessen, wie besessen die damalige Zeit von Thema einer Mutter und ihrem Baby war. Wer sich dafür interessiert, siehe eine Kurzfassung meines

Pestbuches (Selbsterstörung aus Verlassenheit, 1992) auf meiner Website oder meiner Artikel: Die Bindung zwischen einem Baby und seinen Eltern (2011).

Jedoch war diese Entwicklung im 13. und 14. Jhr. nicht etwa ein Endpunkt in der der Entfremdung und Trennung zwischen einer Mutter und ihrem Baby, sondern erst der Anfang! Ein bis zwei Jahrhunderte später wurden den Babys sowohl die Wickelbänder wie auch die Wiegen wieder weggenommen – sie seien schädlich für seine Gesundheit, so die Ärzte der damaligen Zeit. Und wiederum später wurde das eigene Kinderzimmer erfunden – ein Kind musste in Ruhe aufwachsen können – und schliesslich kam hinzu: Ein Baby dürfe nur alle vier Stunden gefüttert werden. Als emotionale Grundlage für die aufkommende Industrialisierung, für den Industriekapitalismus wurden die Babys in unserer Kultur konsequent zum **Schreien erzogen**. Und als letzter Punkt sei die Klinikgeburt erwähnt, bei welcher eine Mutter und ihr Baby sofort nach der Geburt voneinander getrennt werden – in der absolut sensibelsten Phase seines Lebens. Und dies für eine ganze Woche – eine Hölle von Einsamkeit. Dabei dürfen wir nicht vergessen, dass nicht nur ein Baby auf seine Mutter, sondern auch sie auf ihr Kind geprägt wird und dies in den ersten Stunden und Tagen nach der Geburt. So entstehen auch bei den Müttern Entfremdungserscheinungen ihren Babys gegenüber, welche lange Zeit Nachwirkungen haben. Beispielsweise halten solche Mütter ihre Babys bei der Flaschenernährung nicht in einer warmen Umarmung, sondern sie werden distanziert vom Körper weg gehalten. Und vergessen wir auch nicht den Schnuller, die „letzte“ Möglichkeit der Selbstberuhigung, die heute den Babys vorenthalten werden, weil dadurch die Zahnstellung verschlechtert werden könnte.

Neben all der technischen und kulturellen Hochblüte war unsere Kultur unendlich erfinderisch, um das Band zwischen einer Mutter und ihrem Baby zu zerreißen! Ein hoher Preis, den wir „bezahlen“ müssen, um in dieser Hochkultur zu leben. Im Grunde aller Menschen ist ein weinendes und tobendes Baby verborgen!

Ich brauche meine Ausführungen übers Tragen jedoch nicht mit einer solch düsteren Zukunftsvision abzuschliessen, denn seit ca. der Mitte des 20. Jahrhunderts, seit wir fähig geworden sind unsere Welt potentiell durch unsere neuentwickelten Waffenarsenale zu zerstören, andererseits durch unseren Raubbau tatsächlich unsere Umwelt nachhaltig zu schädigen und zu zerstören drohen, haben in Amerika einige Frauen sich entschieden, ihre Babys wieder an die Brust zu nehmen und zu stillen, was durch die Entfremdungsspirale zwischen einer Mutter und ihrem Baby praktisch fast verschwunden ist. Gleichzeitig haben diese Mütter ihre Babys wieder vermehrt auf dem Körper herumgetragen und ganz progressive Eltern nehmen heute ihre Babys sogar nachts wieder zu sich ins Bett – es war „die Geburtsstunde“ der „la Leche Liga“. Und schon in den sechziger Jahren wurde dies bei den Hippies „make love not war“ zu einer Massenbewegung! Vorsichtig geschätzt würde ich vermuten, dass heute rund ein Viertel aller Eltern ihre Babys wieder vermehrt auf dem Körper tragen oder auf ihr Weinen als Ausdruck höchster Not, als Ausdruck von Todesangst reagieren. Seit tausenden von Jahren wurden Mütter und Babys in allen Hochkulturen dieser Welt von einander getrennt und entfremdet und nun geschieht dies „stille Revolution“ seit rund einem halben Jahrhundert. Dabei wurde sie nicht ausgelöst durch irgendwelche „grossen Männer“ oder Lehrer, sondern diese

Revolution begann im Herzen der Frauen und Mütter. Für mich persönlich ist dies eine Selbstheilung unserer Kultur, eine unendlicher Hoffnungsstrahl, ein beglückendes Wunder.

Mit diesem Hintergrund können Sie jetzt einschätzen, welchen zentralen Stellenwert Ihre Beratertätigkeit in unserer Gesellschaft einnimmt, eine Selbstheilung, die die jahrtausendalte Entfremdung zwischen Mutter und Baby endlich durchbricht! Sie nehmen eine Schlüsselstellung für eine bessere Welt von Morgen! Ich hoffe, mit diesem Hintergrund verstehen Sie mit einem neuen Stolz und erfüllen mit einer gestärkten Selbstachtung Ihr tägliches Bemühen – das Tragen eines Babys als Heilung.

Nun werden Sie sicher schon alle die Erfahrung gemacht haben: Auch wenn eine Mutter ihr Baby am Körper trägt, gibt es welche, die heftig oder sogar untröstlich weinen und protestieren. Und für die Bedeutung und Hintergründe dieses Weinens und Schreiens möchte ich Ihnen im zweiten Teil meines Vortrages eine neue Perspektive eröffnen, damit Sie nicht den Mut und die Hoffnung bei Ihren täglichen Bemühen verlieren. Denn alle meine bisherigen Überlegungen gingen von einem Erleben und Verhalten eines Babys nach der Geburt aus. Von der pränatalen, der vorgeburtlichen Psychologie und Psychotherapie her wissen wir heute, dass dieses Erleben jedoch schon während der Geburt, ja während der **ganzen** Schwangerschaft vorhanden ist. Ausführlich dargestellt habe ich dies in meinem neuesten Buch „das goldene Tor zum Leben“ (2013). Hier will ich nur einige wichtige Aspekte und Ergebnisse kurz erläutern.

Schon seit rund hundert Jahren haben gewisse Therapeuten erfahren dürfen, dass sie das psychische Leiden eines Menschen nur dann verstehen können, wenn sie ihre „ganze Geschichte“, ihre Geburt und die Schwangerschaft mitberücksichtigen. Oder durch Ultraschall-Untersuchungen konnte beobachtet werden, wie das Verhalten eines Babys während der Schwangerschaft wie ein Abbild des Erlebens seiner Mutter verstanden werden kann. Dies bedeutet: die wesentlichen oder grundlegenden Prägungen des Erlebens und Verhaltens eines Menschen geschieht im Mutterleib! Zudem haben neueste psychologische Untersuchungen bei Müttern mit Angst, Depressionen oder aber mit Stress während der Schwangerschaft ergeben, dass bei ihren Babys und Kindern vermehrt Todesfälle auftreten rund um die Geburt, bis hin zum plötzlichen Kindstod. Zudem können bei ihren Babys eine stärkere Tendenz zu heftigem Weinen und Schreien festgestellt werden, oder sie können unter Umständen kaum beruhigt werden. Es sind Babys die vielleicht dauernd krank sind oder Kleinkinder die dazu neigen, dass sie ihre Gefühle nur schwer selber regulieren können oder aber Kinder, die ihre Aufmerksamkeit, ihre Neugierde nicht konstant auf etwas richten können bis hin zur Hypermotorik, weshalb rund 25% unserer Kinder heute Ritalin verschrieben bekommen.

Mittels dieser modernen Forschung dürfen wir festhalten: Die wesentlichen Prägungen geschehen nicht nach, sondern **vor** der Geburt und das heisst während der Schwangerschaft. Nach meiner jetzt 45jährigen Praxiserfahrung kann ich festhalten: Alle heftigen Gefühle, Ängste und Konflikte haben zwar einen aktuellen Auslöser in der Gegenwart – aber warum Menschen so heftig reagieren hat immer

eine entscheidende Wurzel oder Quelle in der Schwangerschaft! Konkret bedeutet dies beispielsweise: Werden wir durch unsere Lebenspartner aus der Fassung gebracht und fallen in ein frühkindliches Traumamuster, dann ist unsere Frau oder unser Mann niemals schuld für „unser Elend“, sondern immer nur **Auslöser** für unsere eigenen frühesten Verletzungen, während der Schwangerschaft, Geburt oder der Babyzeit, was ich persönlich als den „vorsprachlichen Raum“ bezeichnen.

Was die pränatale Psychologie seit rund hundert Jahren erforscht, das wurde auch von den beiden Medizinern David Barker in England und Peter Nathanielsz in der USA entdeckt und ihre Forschungsergebnisse dürfen als einen Durchbruch in der Medizin bezeichnet werden. In der Schwangerschaft nämlich wird geprägt, ob ein Mensch später im Leben eher zu Gesundheit oder zu Krankheiten neigt. Zudem wird geprägt, welche Krankheiten wir haben, wie wir altern und sterben. Die Medizin spricht heute von der **fötalen Programmierung** und stellt fest: Je früher die Prägungen gesetzt werden, umso nachhaltiger ist die Wirkung. Ich glaube die Ergebnisse der pränatalen Psychologie und Medizin wird unser zukünftiges Menschenbild entscheidend und nachhaltig verändern.

Nach soviel Theorie möchte ich hier nur zwei Beispiele aus der Praxis geben. Wendy McCarty: Ich bin Bewusstsein (2013) erwähnt aus der Kindertherapie eines sechsjährigen Knaben, wie er auf dem Rücken seines Vaters als Pferd eine „Burg erobert hat“ - ein Futon, den seine Mutter und Wendy zusammen halten mussten und zwar mit dem Schlachtruf: „ob Ihr wollt oder nicht, hier komme ich!“. Das Ende des Spieles bestand darin, dass alle Erwachsenen lachend zusammengepurzelt

sind, die Festung war gefallen. Und dieses Spiel wiederholte der Knabe dreimal bis Wendy seine Mutter anfragt, ob sie erzählen könne, wie der Kleine entstanden sei. Worauf die Mutter weinend antwortet, sie habe – vergeblich – eine Verhütungsmittel angewendet, was sie unendlich traurig stimme, worauf der sechsjährige sie korrigiert und ihr vorwirft: du warst wütend! Unnötig zu erwähnen, dass die Eltern mit ihrem Kind natürlich nie über seine Entstehung gesprochen haben.

Ein zweites Beispiel stammt von meinem Lehrer - Ray Castellino – anlässlich einer Babybehandlung mittels einer Videodemonstration hier in Basel. Angelika kam mit ihrer alleinerziehenden Mutter, weil sie als Baby viel weinen musste. Im Laufe der Behandlung lernte Angelika kriechen und bewegte sich zum Gestell mit den Puppen. Dabei nahm sie eine schwarze und eine weiße Puppe, biss der schwarzen Puppe in die Stirn, liess sie daraufhin zu Boden fallen und legte die weiße Puppe der Mama in den Schooss und streichelte sie mit „ei, ei“-Lauten. Dieses Spiel wiederholte sie am Anfang aller folgenden Sitzung bis auch diese Mutter in Tränen ausbrach und Ray erzählte, sie habe ganz vergessen, dass sie als Jugendliche ein schwarzes Baby abgetrieben habe.

Lassen sie mich diese Ergebnisse aus der Baby- bzw. Kindertherapie noch durch Beobachtungen an Erwachsenen ergänzen. Frank Lake, eine englischer Psychiater und Theologe hat in den siebziger Jahren des letzten Jahrhunderts LSD Therapien durchgeführt und dabei beispielsweise festhalten können, wie gewisse Menschen im Zustand solcher bewusstseinsweiternden Drogen wie irre geschrien haben, sie würden verbrüht oder aber erstochen. Nachdem diese Menschen aus ihrem

Schockzustand wieder herausgekommen sind und die Gelegenheit hatten, ihre Eltern zu befragen, haben diese beispielsweise geantwortet: Ja, ich habe versucht dich mit Heisswasserbädern oder aber mit einer Nadel am Anfang der Schwangerschaft abzutreiben. Frank Lake konnte zu Beginn seinen Patienten gar nicht glauben, musste aber zusammen mit ihnen lernen, dass ihr aussergewöhnliches und heftiges Erleben eine perfekte Erinnerung an ihre frühesten Traumatisierungen war. So stellte er schliesslich fest, dass die ersten wichtigsten und grundsätzlichen Verletzungen ganz am Lebensanfang geschehen, bei der Zeugung bis hin zum Moment, in welchem die Eltern merken, dass sie schwanger sind.

Was ich damit ausdrücken möchte: Babys und Kleinkinder wissen und spüren alles, auch das was ihre Eltern vergessen haben oder was sie verdrängen. Sie „lesen“ in deren Unterbewussten wie in einem offenen Buch. Und wenn Eltern eigene frühesten Verletzungen – das eigene innere verletzte Kind – nicht aufgearbeitet haben oder daran nicht arbeiten können, dann leiden darunter ihre Babys. Diese allerfrühesten Erinnerungen jedoch aus dem vorsprachlichen Raum sind nicht kognitiv abrufbar, sie sind nicht bewusst, sondern im **Körper gespeichert**. Babys und Kleinkinder zeigen uns diese frühesten Verletzungen nur über Spiele oder aber durch ihre Leidenszustände, beispielsweise durch ihr Weinen. Erwachsenen haben neben den Leidens- und Schmerzempfindungen immer auch die Möglichkeit über Schwierigkeiten oder Krisen im Leben einen Zugang zu diesen Traumatisierungen während ihrer Schwangerschaft zu finden. Es sind dies Auslöser, die uns in früheste Traumamuster fallen lassen, oder wir sind in immer wieder ähnlichen

Lebenssituationen zum Scheitern „verurteilt“, so lange bis wir sie erlösen und das heisst daran arbeiten. Diese alten, archaischen Verletzungen ausheilen zu lassen, damit wir unser eigentliches menschliche Potential ausleben können und entfalten dürfen – dies ist, so glaube ich, der **Sinn** unseres Lebens.

Lassen Sie mich hier einen Moment innehalten: Die Psychotherapie, vor allem die Tiefenpsychologie hat die Eltern schon lange als Quelle des Leidens ihrer Kinder erklärt. Nun weiss die pränatale Psychologie nach, wie die erste Lebenszeit, wie die Schwangerschaft und noch genauer die ersten drei Monate den wichtigsten Lebensabschnitt, die prägendste Zeit im Leben eines Menschen darstellt. Werden dadurch die Eltern und v.a. die Mütter unter der Last ihrer Schuldgefühle nicht begraben?

Und hier nun bitte ich Sie mir genau zu folgen, was ich Ihnen mitteilen möchte, um die Schuldgefühle der Eltern zu erleichtern, oder gar um sie davon zu **befreien**.

- 1.) Nicht die einzelnen Eltern, die jeweilige Mutter ist schuld am Leiden ihres Babys oder Kindes, sondern wir leben in einer bis in die Knochen kranken Gesellschaft! Deswegen auch habe ich so genau die Geschichte der Trennung von Mutter und Baby in unserer Gesellschaft geschildert: Unser „konsequentes Erziehen des Babys zum Schreien“ als emotionale Grundlage für unsere westliche Industrie, beziehungsweise Konsumgesellschaft mit einem Kern an innerer Leere und Verzweiflung. Hier liegt die Quelle jeder Sucht – als ein ewiges Suchen nach der fehlenden Wärme und Geborgenheit.

Und ergänzen möchte ich hierzu: Wir alle sind vielfach traumatisiert in unserer Gesellschaft. Und in jeder Liebesbeziehung werden unsere alten Verletzungen allmählich wieder geweckt, je länger sie dauert und je stabiler sie wird. Noch stärker werden wir mit unserem archaischen Erleben aus dem vorsprachlichen Raum wieder konfrontiert, wenn wir selber Kinder bekommen, wenn „unser eigenes, inneres verletzte Kind“ wieder erwacht. Dazu sei ergänzt, dass heute weltweit rund ein Viertel aller Babys abgetrieben werden, was bedeutet, dass die meisten werdenden Eltern sich mit einem hohen Ausmass an negativen Einstellungen ihrer Eltern, den Grosseltern des Babys und das heisst mit ihrem eigenen „Nicht-gewollt-Sein“ auseinandersetzen müssen.

Es gibt keine „bösen“ Mütter oder aber „böse“ Väter, sondern wir leben in einer kranken Gesellschaft. Und die Familie ist nur der „Ort“, an welchem dieser „Irrsinn“ in unserer Gesellschaft von einer Generation auf die nächste übertragen wird.

2.) Als zweiten Punkt sei erwähnt, dass die Väter genauso entscheidend sind für das Wohlbefinden, beziehungsweise umgekehrt für das Leiden ihrer Babys und Kinder – auch wenn es die Mutter in ihrem Schooss ausgetragen hat oder sie häufig die Rolle der primären Betreuerin in der Familie einnimmt. Hierzu wiederum zwei Beispiele aus meiner Praxis. Eine Mutter ruft mich an weil ihr dreijähriger Knabe nicht sprechen kann. Und in einer saloppen Art teile ich der Mutter mit, dass dies natürlich ihre Schuld sei. Ich erahne ihr Erschrecken

durch das Telefon und scheu stellt sie mir die Frage, wie ich das meine? So erkläre ich ihr, dass alle Mütter immer glauben, dass sie schuld seien an allem Elend ihrer Kinder. In Realität sind jedoch die Väter genauso entscheidend. Als diese Familie zwei Wochen später meine Praxis betritt, teilt mir die Mutter lachend mit, eigentlich hätte sie nicht mehr zu kommen brauchen, ihr Sohn würde jetzt nämlich sprechen.

Und aus einer Babytherapie mit einem zwei Monate alten Mädchen mit heftigen Schreianfällen sei erwähnt, dass die Mutter zu Beginn der Sitzung von ihren diversen Schwierigkeiten und Ängsten während der Schwangerschaft erzählt, jedoch ist ihre Tochter völlig offen, lächelt und plaudert. Wie ich den Vater ebenfalls nach der Schwangerschaft befrage, erwähnt er einen völligen emotionalen Rückzug etwa in der Mitte der Schwangerschaft, nachdem er erfahren habe, dass das Kind im Bauch ein Mädchen sei. Jedoch sei es nicht das Geschlecht gewesen, denn ursprünglich habe er sich ein Mädchen gewünscht – diesen emotionalen Rückzug habe er schon einige Male in Leben erlebt und das sei für ihn mit einem grossen, fast unüberwindlichen Schamgefühl verbunden. Worauf die Kleine einen Wein- und Schreianfall produziert, nach kürzester Zeit ist sie rot angelaufen und völlig nassgeschwitzt. Und auch am Körper der Mutter kann sie sich nicht beruhigen, im Gegenteil, reisst sie an den Haaren und boxt sie. Und gemeinsam mit den Eltern begleite ich dieses kleine Mädchen durch seinen Schreianfall und erkläre ihm zum Schluss, dass es nun gehört habe, durch was für eine Krise ihr Papa während der Schwangerschaft gelaufen sei, und

sie spüre sicher auch, wie gerne er sie jetzt habe, nachdem sie geboren sei. Und dieser emotionale Rückzug hänge nicht mit ihrem Geschlecht zusammen, sondern sei ein altes Problem ihres Vaters, dem er sich in Zukunft zuwenden sollte.

3.) Als dritten Punkt möchte ich zu bedenken geben, dass viele pränatale Therapeuten von dem Glauben an die **Reinkarnation** ausgehen: Wir alle sind alte Seelen und haben schon viele Male gelebt. Und in früheren Leben konnten wir gewisse Erfahrungen machen, gewisse Lernschritte sind die Aufgabe für unsere jetzige Existenz. Und je nachdem worin unsere Lebensaufgabe besteht, haben wir unserer Eltern in unserer geistigen Welt selber ausgesucht, mit ihren Stärken und Schwächen. Wenn Ihnen dieser spirituelle Hintergrund nicht gefällt, dürfen Sie ihn gerne durch einen wissenschaftlichen Glauben, an die Bestimmung und Determinierung durch unsere Gene austauschen. Was ich damit ausdrücken möchte ist folgendes: Jedes Baby ist eine eigene und starke Persönlichkeit von allem Lebensanfang an – nicht nur geprägt durch seine Eltern

Mit einem solchen Hintergrund schmelzen die Schuldgefühle der Eltern wie Schnee an der Frühlingssonne. Und das ist deswegen wichtig, weil Schuldgefühle – wie Ängste – uns hindern unser volles menschliches Potential zu entfalten. Und mit allen Eltern habe ich in meiner Praxis die Erfahrungen machen können: Auch wenn ihre Babys und Kleinkinder unter einer heftigen Störung leiden, sind es in ihrem innersten Wesen immer wundervolle und liebenswürdige Eltern – ich bezeichne dies als den göttlichen Kern in allen Menschen. Je älter ich werde, desto weniger interessieren

mich irgendwelche Patalogien, sondern ich suche den Kontakt zu diesem **göttlichen Kern** in allen Menschen – dann geschieht Heilung.

Das neue Menschenbild der pränatalen Psychologie und Psychotherapie möchte ich nochmals etwas genauere umreißen. Vielleicht kennen einige von Euch David Chamberlain mit seinem Weltbestseller „woran Babys sich erinnern“ (1990)? Und wie Kinder unter Hypnose ihre Geburt „von innen her“ beschreiben. David Chamberlain meint ganz einfach: Wir verstehen ein Baby nur dann, wenn wir die **spirituelle Dimension** seines Seelenlebens mitberücksichtigen. William Emerson, darf als Altmeister der pränatalen Psychotherapie bezeichnet werden, welcher ihre Ergebnisse auf die Arbeit mit Babys mit ihren Eltern angewendet hat, somit ist er der Begründer der Babytherapie. William Emerson kommt mit all seinen Forschungen zum Ergebnis, dass ein Baby am Beginn der Schwangerschaft ein noch höheres Bewusstsein besitzt als wir erwachsene Menschen. Deswegen auch können wir mit einer Seele zu jedem Zeitpunkt ihrer Entwicklung Kontakt aufnehmen, sei das vor oder nach der Zeugung, vor oder nach der Geburt. Zwar kann ein so kleines menschliches Wesen nicht sprechen, aber es versteht alles, was wir seiner Seele erzählen. Beispielsweise ist dies wichtig, wenn Eltern in eine heftige Verzweiflung geraten oder einen starken Wutausbruch während der Schwangerschaft ihres Babys erleben. Solche heftigen Gefühlsausbrüche sind ein natürliches Phänomen in unserer Gesellschaft. Jedoch können wir anschliessend mit unserem Baby Kontakt aufnehmen und ihm erklären, was uns jetzt so heftig erregt hat, nämlich eine alte eigene heftige Verletzung aus unserer ersten Lebenszeit wurde soeben wieder in uns geweckt. Wir können somit dem Baby erklären, dass dies nicht seine Schuld sei,

sondern unser eigenes Problem, unsere eigenen Ängste und Konflikte. Dies ist für ein Baby unendlich hilfreich, um sein inneres Gleichgewicht möglichst bald wieder herzustellen. Verletzte Grenzen werden so geheilt.

Wendy McCarty, die führende pränatale Therapeutin aus Amerika hat in ihrem Buch „ich bin Bewusstsein“ (2013) den theoretischen Ansatz der pränatalen Psychologie am Klarsten umrissen: Wir können einen Menschen und damit auch ein Baby nur verstehen, wenn wir zwei Formen von Bewusstsein unterscheiden: Einmal das menschliche Bewusstsein mit all seiner Verletzlichkeit am Lebensanfang wie es von einem wissenschaftlichen Standpunkt aus beschrieben werden kann. Daneben gibt es ein zweites oder primäres, unser transzendentes oder spirituelles Bewusstsein, was traditionellerweise als **Seele** bezeichnet wird. Nur wenn wir beide Formen des Bewusstseins anerkennen, unser menschliches und unser spirituelles Bewusstsein, haben wir ein ganzes, ein **integrales** Bild des Bewusstseins eines Babys oder eines Menschen. Damit steht sie in der Tradition eines Ken Wilber, der schon seit Jahrzehnten dafür plädiert: nur wenn wir Wissenschaft auf der einen Seite und die Spiritualität des Ostens mit all ihren alten Mediations-Traditionen auf der anderen Seite zusammenfügen, haben wir ein integrales Bild des Menschen (integrale Spiritualität 2007).

Mit all diesen Hintergründen nun nochmals zwei Beispiele aus meiner Praxis. Der vierzehn Monate alte **Sebastian** wurde von seiner Mutter angemeldet, weil er mehrmals Nächtlicherweise schreiend erwachte. Und am Tag war er völlig auf sie fixiert, seinen Vater beachtete er kaum - verliess sie den Raum begann er sofort

heftig zu weinen und zu protestieren. So war auch nur sie allein fähig ihn Nächtlicherweise zu beruhigen. Durch dieses „Anklammern“ war die Mutter an den Rand einer Erschöpfung geraten. Zudem zeigte Sebastian eine heftige Reaktion wenn ihm irgendwelche Grenzen gesetzt worden sind. Er schlug dann heftig mit dem Kopf auf den Boden – ein beängstigendes Verhalten.

Als die Eltern zu mir in ein Babyseminar kommen, in welchen ich verschiedenen Menschen zeige, wie ich arbeite, brachten sie den schlafenden Sebastian in seinem Kinderwagen in den Behandlungsraum mit der Frage, ob sie ihn wecken sollten. Nein, das sei nicht nötig, er würde sowieso auch schlafend alles miterleben, so meine Antwort. Zuerst führte ich ein längeres Gespräch mit der Mutter, dann aber wandte ich mich dem Vater zu. Und dieser erzählte als erstes, das Symptom des mit dem Kopf-auf-den-Boden-schlagens sei seine „Kinderkrankheit“ gewesen. Bis zu seinem 16. Lebensjahr. Was sich damals geändert habe, möchte ich wissen. Und der Vater erzählt, dass er erst mit 16. Jahren erfahren habe, dass „mein Vater“ gar nicht sein leiblicher Erzeuger sei. Dieser habe sich schon in der Schwangerschaft von der Mutter getrennt. Dadurch hätte er damals wie den Boden unter den Füßen verloren, ein gravierender Einschnitt in seinem Leben. Er müsse jedoch gleich beifügen, dass dieser Vater wunderbar zu ihm gewesen sei, er hätte ihn im Vergleich mit den eigenen Kindern mit seiner Mutter in keiner Weise benachteiligt. Und während er das erzählt, sehe ich, wie sich seine Hand zu einer Faust verkrampft. Angesprochen auf seine Hand meint er: „Wenn er jetzt einen Tisch vor sich hätte, würde er den mit einem Faustschlag in zwei Teile schlagen“. Das sei keine gute Idee, meine ich, denn dabei könnte er sich heftig verletzen. Ich hätte hier jedoch

starke Sitzsäcke in meinem Therapieraum, gefüllt mit Spreu und auf die dürfe er beliebig einschlagen. Weil die Familie neben Sebastian auch mit einer dreijährigen Tochter gekommen ist, welche in der Zwischenzeit mit meiner Mitarbeiterin im gleich anschliessenden Nebenzimmer spielte, ging ich zu ihr und erklärte, dass der Papa möglicherweise sehr wütend würde und eventuell auch schreien könnte. Dies sei aber unbedenklich für sie, es sei eine alte Wut, die der Papa schon lange unterdrücken musste. Die Kleine zeigte sich unbeeindruckt von meiner Aussage und spielte weiter. Im gleichen Zimmer befand sich übrigens auch der schlafende Sebastian in seinem Kinderwagen.

Wie ich in den Behandlungsraum zurückkehre, beobachte ich den Vater wie er immer tiefer und heftiger zu atmen beginnt und nach einer Weile wie verrückt auf den vor ihm liegenden Sacco einzuschlagen beginnt, so dass wir alle im Raum in einer Wolke von Staub „ertrinken“. Schliesslich kommt die dreijährige Tochter doch hinzu um zu sehen, was hier geschieht. Sofort stellt der Vater seinen Ausbruch ein, er will seine Tochter nicht erschrecken. In diesem Moment erwacht auch Sebastian, blinzelt mit seinen Augen und orientiert sich erstmal wo er sich hier denn befindet. Dann steht er schliesslich auf und geht direkt auf seinen Vater zu, um in seinem Schooss zu sitzen. Im Zimmer erblickt er dann einige Bälle, mit denen zuvor seine Schwester gespielt hat, sammelt sie ein und sitzt so wieder in den Schooss des Vaters zurück. Die Mutter neben ihm würdigt er mit keinem Blick. Und von seinem „Thron“ aus beginnt er flirtenderweise den verschiedenen Teilnehmerinnen des Seminars die Bälle zuzuwerfen. Der Vater versteht die Welt nicht mehr.

Ein paar Wochen nach dieser Behandlung erhalte ich einen dankbaren Brief von der Mutter. Ihre Familiensituation hätte sich vollkommen verändert. Die nächtlichen Schreianfälle seien stark zurückgegangen, ebenso das Schlagen des Kopfes auf den Boden. Vor allem aber steht sich nicht mehr allein im Zentrum des Interesses von Sebastian. Letztlich sei folgendes geschehen: Ihre Tochter musste für eine Nacht für eine Untersuchung in der Klinik bleiben und sie als Mutter sei bei ihr geblieben. So eine Situation wäre früher undenkbar gewesen. Der Vater hätte Sebastian ins Bett gebracht und ihm erklärt, die Mama sei mit seiner Schwester in der Klinik. Wie Sebastian in der Nacht erwacht und seine Mama sucht, habe ihm der Vater nochmal erklärt, dass Mama und Schwester in der Klinik seien und auf dem Arm habe er Sebastian die leere Wohnung gezeigt. Nach kürzester Zeit sei er zufrieden neben dem Vater wieder eingeschlafen. Und weil die Vater-Geschichten so berührend sind, gleich noch eine Zweite, um zu zeigen, dass Babys nicht nur wegen sich selbst kommen, um einen neuen Lernschritt in diesem Leben zu wagen, sondern auch weil sie gerne ihren Eltern helfen möchten.

Der sechs Monate alte **Matthias** ist im letzten Drittel der Schwangerschaft nicht mehr gewachsen und kam entsprechend klein auf die Welt. Die Eltern wollten von mir nun wissen, ob dies ihrem Kind geschadet hätte – eine für mich ganz ungewöhnliche Fragestellung. Zuerst spreche ich – wie meist – mit der Mutter, doch merke ich bald eine gewisse Hemmung bei ihr von sich selbst zu erzählen und so wende ich mich dem Vater zu. Dabei habe ich schon eine längere Zeit beobachtet, wie der kleine Matthias sich vom Rücken auf den Bauch und wieder zurückdrehen kann. Dabei stützt er sich ganz liebevoll auf das Bein des auf dem Boden sitzenden Vaters. Auf

diese innige Vater-Sohn-Beziehung angesprochen meint der Vater, das wäre noch viel inniger, wenn er Matthias auf dem Arm, an seinen Körper nehme, wozu ich ihn ermuntere. Nach einer Weile meint der Vater das sei jedoch nicht immer so gewesen, denn ursprünglich wollte er eigentlich keine Kinder. Doch habe er bald merken müssen, dann wäre er von seiner Frau wieder verlassen worden und so hätte er „in diesen sauren Apfel gebissen“. Ob er etwas von seiner Vorgeschichte erzählen könnte frage ich. Ja, er selber sei zu früh im achten Monat auf die Welt gekommen und musste während zweier Monate von seiner Mutter getrennt im Brutkasten liegen. Jetzt bleibt mir der Mund offen vor Erstaunen und ich äussere die Vermutung, dass Matthias möglicherweise ihn, dem Vater, geholfen hätte, von seinem alten Trauma der Verlassenheit zu heilen. Und der Vater meint lächelnd, dass sei doch auch der Grund, warum eine so innige Beziehung zwischen ihm und Matthias bestehe.

Auch diese Behandlung führe ich im Rahmen meines Babyseminars aus und in der anschliessenden Feedback-Runde können die Mitglieder des Seminars von sich erzählen und was diese Therapie bei ihnen ausgelöst hat. Viele sind von Tränen gerührt und erzählen aus ihrer eigenen Vergangenheit, aus ihrer eigenen inneren Verlassenheit. Die Eltern wiederum können kaum glauben, wie viele Gefühle sie bei ihren Zuhörer/Innen ausgelöst haben, was natürlich zu ihrer Genesung zu ihrem Heilwerden beiträgt.

Was ich Ihnen mit den Erfahrungen der pränatalen Psychologie und Psychotherapie ausdrücken möchte ist folgendes: Wenn ein Baby heftig weint oder irgendwelche

anderen Schwierigkeiten zeigt, dann liegen die Wurzeln, die Quellen hierfür in seinem Erleben in der Schwangerschaft, was bedeutet, dass bei seinen Eltern alte Verletzungen und d.h. Traumatisierungen wieder aufgetaucht sind – geweckt durch die Existenz ihres Babys. Und ich betone dies deswegen, weil Sie in Ihrer praktischen Tätigkeit möglicherweise Eltern treffen, welche alles bestens machen mit ihrem Baby, es unter Umständen wundervoll zu tragen bereit sind.

In diesem Zusammenhang möchte ich Sie auf die Grundphilosophie von Aletha Solter hinweisen „warum Babys weinen“ (2. Auflage 2009): Jede auf dem Körper geweinte Träne ist eine Heilung. Und dazu möchte ich Ihnen als Tragetuch-Beraterinnen Mut machen: Bleiben Sie ganz einfach emotional bei dieser Mutter, bei diesen Eltern mit ihrem Baby. Und es wäre schön, wenn Sie bereit sind, sie ein Stück auf ihrem Lebensweg zu begleiten – als gute, als ideale Mutterfigur.

Deswegen auch möchte ich Ihnen von meiner Arbeit, wie ich Menschen begleite ein bisschen erzählen. Ich habe keine speziellen Methoden, ich arbeite ganz einfach intuitiv und das heisst mit einem **offenen Herzen**. Und wenn ich in der Begleitung eines Menschen spüre, wie mein Herz aufgeht für mein Gegenüber, wie meine Zärtlichkeit und meine Liebe zu fließen beginnen, dann weiss ich: Jetzt geschieht **Heilung**. Wo und wie das geschieht, das überlasse ich ganz bescheiden der geistigen Welt. Eigentlich bin ich nur Kanal für diese göttliche Energie und diese Grundhaltung möchte ich Ihnen auf Ihrem Lebensweg, für Ihre eigene Praxis mitgeben. Wenn Sie umgekehrt bei einer einzelnen Situation mit Eltern, mit einer speziellen Mutter und ihrem Baby den Eindruck haben, sie bräuchten noch eine

zusätzliche, eine professionelle Hilfe, dann teilen Sie dies den Eltern mit. Vielleicht hilft Ihnen in einer schwierigen Situation auch ein guter persönlicher Supervisor: Was an Gefühlen löst diese je einzelne Familiensituation bei Ihnen aus, was an möglichen Hintergründen bei Ihrer eigenen Familie, mit Ihrer eigenen Geschichte. Und genauso hilfreich ist eine Intervisionsgruppe unter Kolleginnen, in welcher Sie sich gegenseitig unterstützen. Eine für alle Beteiligten Chance der Heilung. Und mit diesem Hintergrund ein letzter Gedanke: Kinder müssen natürlich nicht erzogen werden, sondern Babys und Kleinkinder sind die grossen **Lehrmeister** ihrer Eltern.

Ich hoffe, Ihnen mit meinem Vortrag die Hintergründe des Tragens gezeigt zu haben und welche unendliche Wichtigkeit ich ihr beimessen für die Selbstheilung unserer Gesellschaft. Ich habe den Satz gebraucht: Sie nehmen eine Schlüsselstellung ein für eine bessere Gesellschaft, für eine heilere Welt von Morgen. Ich wünsche Ihnen viel Mut und ein offenes Herz bei Ihrer Arbeit.