



„Horizonte öffnen“ Hörerservice

Horizonte öffnen -
Radiosendung für Lebensqualität und mehr auf ~~oeins~~, UKW 106,5 MHz am 2. Montag des Monats

Tipp des Monats Oktober: Familien-Ordnungen

von Sharda Karin Hinrichs (Heilpraktikerin für Psychotherapie, Bremen)

Hintergrund:

Wir sprechen im Zusammenhang mit Hellinger von so genannten natürlichen Ordnungen. Eine solche Ordnung ist, dass die Eltern den Kindern geben und die Kinder von den Eltern nehmen. Das klingt auf den ersten Blick banal, ist aber sehr komplex. Dahinter verbirgt sich, dass die meisten, die zur Therapie kommen, in irgendeiner Form mit den Eltern hadern. Es geht darum, das was wir von den Eltern bekommen, wirklich in Demut und Achtsamkeit zu nehmen und dem, wie es war, zustimmen, ohne weiter dagegen anzukämpfen. Das ist häufig damit verbunden, dass wir uns vor den Eltern verneigen und sie als einzig richtige Eltern anerkennen. Wenn wir das schaffen, dann können wir Kind sein und für unsere eigenen Kinder, wenn wir welche haben, Eltern sein.

Tipp des Monats:

Ich würde empfehlen, die eigene Beziehung zu den Eltern und zu den eigenen Kindern auf beispielsweise folgende Fragen hin zu überprüfen:

- Trage ich etwas?
- Hadere ich mit den Eltern?
- Kann ich sie wirklich so nehmen, wie sie sind?
- Kann ich dem, was in meiner Biographie ist, wirklich zustimmen oder muss ich noch immer dagegen ankämpfen.

Wenn dem so ist, wäre es wirklich angesagt, daran zu arbeiten, um das ganze Potential von den Eltern für das eigene Leben nehmen zu können.

Kontakt:

Moderatoren und Redaktion : horizonte@wissensimpulse.de
Studiogast Sharda K. Hinrichs : ISAKBremen@aol.com