

Einleitung

*Wenn Kinder auf die Welt kommen,
bringen sie nur Liebe mit. Alles andere
lernen sie hier. Wenn die Eltern das wüssten,
würden sie ihr Kind besser unterstützen.¹*

Inayat Khan

Als mein Sohn vier Jahre alt war, war er oft krank, wollte nicht spielen und sah unglücklich aus. Ich hatte alles probiert und wusste nicht mehr, wie ich ihm helfen sollte. Bis ich mich selbst in ihm wiedererkannte und anfang, mein Leben zu verändern. Er wurde gesund und strahlte wieder Freude aus. Die Veränderungen in meinem Leben waren dringend notwendig, auch wenn ich das zu Beginn nicht wahrnehmen konnte, geschweige denn wusste, was zu tun war. Indem ich den Anweisungen folgte, die mein Sohn mir durch sein Verhalten und seine Gesundheit »zuflüsterte«, unternahm ich eine innere Reise zum Ursprung meiner Existenz. Dadurch entdeckte ich, dass ich die Freiheit habe, ich selbst zu sein und mein persönliches Lebensziel zu wählen. Ich habe mich dafür entschieden, PresentChild®-Translator zu werden und andere PresentChild®-Translator auszubilden. Einen wundervolleren Job hätte ich mir nicht vorstellen können. Ein PresentChild®-Translator bietet Eltern die Möglichkeit, ihr persönliches Leben, ihre Beziehungen und die Erziehung ihrer Kinder zu hinterfragen und daran zu wachsen, indem er das Verhalten oder das körperliche Wohlbefinden der Kinder übersetzt. Dadurch können Eltern sich selbst und ihrem Kind helfen, Fortschritte zu erzielen. Denn unsere Kinder zeigen uns durch ihr Verhalten auch, wenn es gut läuft!

Die Kraft, die Kinder in uns wecken können, ist immens. Zu deinen Kindern hast du eine Liebesbindung, die stärker ist als die Eigenliebe.

Diese Kraft ist so groß, dass wir für unsere Kinder durchs Feuer gehen würden. Unsere Kinder sind das vollkommene Abbild der Kinder, die wir selbst einmal waren. Dieses Kind hast du genauso geliebt, wie du nun dein eigenes liebst, und doch hast du dich von dem Kind in dir distanziert und bist zu dem Erwachsenen geworden, der du heute bist. Unter der Führung unserer Kinder können wir unser inneres Kind wiederentdecken und somit unser Leben bereichern. Alles, was wir unseren Kindern wünschen, Glück, Wachstum, Gesundheit, das wünschen sich unsere Kinder auch für uns. Sie wünschen uns vollkommene Gesundheit und dass wir weiterhin die Person sein können, die wir im Innersten sein möchten. Sie würden alles dafür tun, dass wir diese Person sein können, genauso wie wir alles für ihr Glück, ihr Wachstum und ihre Gesundheit tun würden.

Dieses Buch ist sowohl eine Sammlung meiner persönlichen Erfahrungen als auch ein Handbuch mit Theorieteilern, Übungen und Beispielen. Meine Geschichten dienen zur Veranschaulichung, und obwohl du dich in meinen Geschichten vielleicht wiedererkennst, darfst du nicht vergessen, dass sich deine Lebensweise von meiner unterscheidet. Am Ende des Buches findest du einen Überblick über verwandte Fachthemen, die einen Bezug zu neuen und innovativen Methoden wie PresentChild® haben.

Dieses Buch wurde 2008 erstmals auf Niederländisch veröffentlicht und befindet sich nun in der achten Auflage (2015). Im Jahr 2012 veröffentlichte Homeolinks Publishing eine englische Übersetzung des Buches, die es ermöglicht hat, PresentChild® in die Welt zu tragen. Der Name PresentChild®, für den wir uns für die weltweite Einführung der Methode entschieden haben, wurde gewählt, weil das Wort »present« klar ausdrückt worum es bei der Methode geht: Die Anwesenheit deines Kindes im Hier und Jetzt, einschließlich der angenehmen und weniger angenehmen Aspekte, ist ein Geschenk für dein ganzes Leben.

Dein Kind schenkt dir ein neues und vollständiges Selbstbild. Etwas in dir wartet darauf, wahrgenommen zu werden und in deinem Leben eine Stimme zu bekommen. Dies zuzulassen, ist das größte Geschenk, das du dir selbst und deinem Kind machen kannst. Diese grenzüber-

schreitende Methode löst nach und nach die bisherigen Methoden ab. Mittlerweile gibt es hunderte PresentChild®-Translator, die Elternkurse, Schulungen für Sozialarbeiter, Lehrkräfte und Erzieher anbieten. Es ist eine wunderbare Entwicklung, für die ich zutiefst dankbar bin.

Janita Venema

Ich widme dieses Buch allen Kindern.

Vor allem Frank und Lize.

*Ihr habt mir enorm geholfen,
allein, indem ihr ihr selbst wart.*

*Frank, du hast mir den
Weg nach innen gezeigt.*

*Lize, du hast mich gelehrt,
nach draußen zu gehen,
fröhlich und liebevoll zu sein.*

Kinder, ich spreche meine Wahrheit frei heraus.

Aus Datenschutzgründen wurden die Namen in diesem Buch geändert und manche Ereignisse leicht angepasst, ohne Inhalt oder Wahrheit zu verändern. Ähnlichkeiten mit existierenden Personen oder Ereignissen sind zufällig.

Wie alles anfang

*Es ist einfach, unkomplizierte Kinder zu lieben;
die Kunst besteht darin, die schwierigen zu lieben.*

Als junge Frau von 28 Jahren kannte ich mich selbst überhaupt noch nicht. Ich war unsicher, eine graue Maus, eine Nebenfigur, melancholisch und einsam. Konversationen? Kannte ich nicht. Freunde? Vielleicht einen. Ich nahm am Sozialleben meines Partners teil, aber auch den Menschen, die er mir vorstellte konnte ich mich nur schwer öffnen. Die wenigen Themen, mit denen man mich aus meinem Schneckenhaus locken konnte, waren die Verbesserung der Welt und der Klimaschutz. Beides war mir sehr wichtig. Ich versuchte zu verwirklichen, was ich predigte, aber meine Handlungen waren nur ein Tropfen auf dem heißen Stein und ich fühlte mich nutzlos. Auf der anderen Seite fand ich mich toll, weil mir unsere Welt und das Klima ein Anliegen waren. Ich sah auf andere Menschen herab, die so taten, als gäbe es keine Probleme auf unserer Welt. Für sie gab es nur Spaß und kopflosen Konsum, als gäbe es kein Morgen. Ich hingegen dachte, dass wir auf diese Weise uns und unsere Welt zugrunde richten. Wie konnten diese Menschen die Augen so verschließen? Viele von ihnen fand ich ignorant und uneinsichtig – was mich nicht gerade bei ihnen beliebt gemacht hat. Irgendwann fand ich mein einsames, düsteres Leben so wertlos, dass ich vorhatte, verschmutztes Wasser aus einem großen Fluss als Trinkwasser zu nutzen. Auf diese Weise sollte für die Welt sichtbar werden, wie stark unsere Umwelt verunreinigt ist. Der Tod saß mir im Nacken. Ich wollte als leidendes Vorbild dienen, um aufzuzeigen, dass wir uns auf dem Holzweg befinden. Ich teilte meine Absichten zwei Menschen mit, die mir meine Idee wieder ausredeten. Aber wenn ich nicht einmal dieses Opfer für die Welt bringen konnte, was war mein Leben dann noch wert? Mein Gehirn arbeitete auf Hochtouren, um mein Anliegen sinnvoll der Welt zu vermitteln, je-

doch ohne Erfolg. Ich saß neben meinem Kachelofen und las unter anderem über den »Club of Rome«, eine Expertengruppe, die davor warnte, dass es »fünf vor zwölf« sei. Wenn nicht einmal sie ernst genommen wurden, wie sollte ich dann etwas ausrichten können? Mein Kopf stand im Begriff zu platzen. Ich hasste mich selbst und in meinen Augen war ich eine Versagerin. Ich kam zu dem Entschluss, dass ich etwas tun musste, um das Blatt zu wenden, auch wenn es nicht für die Welt, sondern für mich selbst war. Ich musste etwas Positives finden, um mich aufzubauen. Vielleicht half ein zweites Studium? Nach meinem Lehramtsstudium begann ich daher, klassische Homöopathie zu studieren. Auf diesem Gebiet konnte ich zwar anderen helfen, aber es fühlte sich für mich wie ein langer Umweg an. Das Studium faszinierte mich, allerdings belastete es auch meinen ohnehin schon viel zu vollen Kopf. Dennoch sah ich es als eine gute Alternative zu meinen destruktiven Plänen, und nach für nach fand ich immer größeren Gefallen daran.

Während dieser Umbruchsphase besprachen mein Mann und ich unsere Familienplanung. Meine biologische Uhr tickte. Ich habe immer behauptet, keine Kinder zu wollen. Die Gründe lagen (für mich) auf der Hand. Überbevölkerung war einer, aber ich war auch der festen Überzeugung, dass ich kein Kind in unsere düstere Welt setzen wollte. Außerdem konnte ich nichts an Kindern finden. Sie waren mir zu spontan, zu sprunghaft und zu launisch. Ich konnte sie nicht verstehen und, last but not least, hatte ich mit mir selbst alle Hände voll zu tun. Doch in meinem tiefsten Inneren machte sich eine weitere Stimme bemerkbar: Vielleicht wollte ich sie doch ... trotz allem, was dagegen sprach. Diese Stimme bekam keine große Chance. Die Vernunft sprach zu mir: Mit Kind hätte ich zu wenig Zeit für mein Studium und um mir meine eigene Praxis aufzubauen. Außerdem war mein Mann oft nicht zu Hause, ich müsste also den Großteil der Versorgung und der Erziehung übernehmen. Wollte ich das? Konnte ich das überhaupt? Dieses Thema beschäftigte mich lange.

Kommt Zeit, kommt Rat, sagte mein Mann. »Ich würde einen Tag in der Woche für unser Kind sorgen, wir nehmen uns für zwei Tage Kinderbetreuung und ein Kleinkind schläft auch noch viel. Du kannst also

nebenbei studieren.« Trotz meiner vielen Zweifel stimmte ich zu. Wir legten das Schicksal einfach in Gottes Hände und warteten ab, was passieren würde. »Gott« im übertragenen Sinne, denn nach einer Erziehung im Sinne der reformierten Kirche hatte ich Gott in religiöser Hinsicht abgeschrieben. Falls es ihn gibt, warum lässt er seine prächtige Schöpfung so verkommen? No way, wenn für diese Erde noch etwas getan werden konnte, so musste es von Menschenhand geschehen, aber diesbezüglich war mein Vertrauen gering. Und wie du weißt, ist auch mein Glaube an die Menschheit sehr gering.

Entweder hatte Gott unsere Entscheidung abgesegnet oder die Spermien waren einfach fruchtbar. So oder so bin ich im Handumdrehen schwanger geworden. Ich fühlte keine Verbindung mit dem Kind in meinem Bauch. Es bewegte sich, mein Bauch wuchs, aber ich nahm das emotionslos hin. Ich streichelte meinen Bauch nicht einmal. Das Kind in mir war für mich nicht anwesend, es war abstrakt und verschwommen. Ich hatte keine Gefühle von Wärme oder Liebenswürdigkeit, geschweige denn von »freudiger Erwartung«. Oh, wie schlecht habe ich mich damals gekannt. Ich fand es merkwürdig, dass ich keine Verbindung zu meinem Kind spürte, während ich die ganze Zeit überhaupt nicht mit meinen eigenen Gefühlen in Berührung kam. Fühlen war für mich fast ein Fremdwort. Ich sah mich als eine rationale Person. Wenn andere ab und zu sagten, dass ich einfühlsam sei, taten sie das nur, damit ich mich besser fühlte. Ich war nun mal ein Kopfmensch, womit ich zufrieden und worauf ich sogar ein wenig stolz war. Der Verstand bringt viele schöne Dinge hervor. Wenn mehr Menschen ihren Verstand nutzten, wäre die Welt ein besserer Ort. Zu viele Menschen beschäftigen sich auf egozentrische Weise damit, ihre eigenen Bedürfnisse zu befriedigen.

Im sechsten Schwangerschaftsmonat bekam ich Blutungen und die Bewegungen in meinem Bauch hörten auf. Ich hatte Angst, und mein erster Gedanke war, dass das Baby sicherlich sterben wird. Wider Erwarten konnte die Hebamme das Herz gut hören. Aber warum stellte sich das Kind so tot? Wieder einmal fühlte ich absolut nichts, während ich gespannt auf ein Lebenszeichen warte. Tage später spürte ich endlich eine Bewegung in meinem Bauch und das erste Mal, seit Beginn

meiner Schwangerschaft, habe ich mich um mein Kind gesorgt. Gegen Ende der Schwangerschaft lag mein Kind nicht, wie es üblich sein sollte, mit dem Kopf nach unten. Ich musste mein Kind über eine Steißgeburt im Krankenhaus zur Welt bringen und hatte Todesangst, dass ich nicht genügend Kraft für die Geburt hätte. Die Wehen wurden nicht wirklich stärker und irgendetwas in mir wusste, dass ich sie zurückhielt. Ich hatte solche Angst, die Kontrolle zu verlieren, zu schreien und die Schmerzen nicht ertragen zu können. Ich hatte Angst, meinen Körper machen zu lassen, aber ich wusste, dass ich mich meinem Körper hingeben musste, und nichts jagte mir in dieser Situation mehr Angst ein. Nach 36 Stunden durfte ich endlich pressen. Ein Kreis von Köpfen über mir sagte, was ich tun musste, und ich war bereit, alle Anweisungen zu befolgen, solange mein Kind nur gesund auf die Welt käme. Der Körper kam schnell heraus. Nun musste der Kopf noch rasch folgen, da der Atemreflex bereits ausgelöst war. Sie drückten auf meinen Bauch, damit das Köpfchen leichter nach draußen kommen konnte, und gleichzeitig drückten sie gegen den winzigen neugeborenen Babykörper, als ob sie ihn wieder zurück in meinen Bauch schieben wollten. Es fühlte sich an, als wären Körper und Kopf meines Babys getrennt worden. Ein Dammschnitt wurde gemacht und da war er, Frank, unser Sohn. Behutsam drückte ich ihn an meine Brust und hielt ihn ganz fest. Auf einen Schlag waren Sorge, Schmerz und Müdigkeit beim Anblick dieses neuen Menschenlebens verflogen. Dieser schöne Moment war wunderbar, bewegend und unwirklich zugleich. Nach dieser realitätsfernen Schwangerschaft lag plötzlich ein Kind aus Fleisch und Blut in meinen Armen. Wie war das möglich? War das mein Kind? Als ob ich es nicht soeben selbst geboren hätte! Ich war so glücklich mit ihm, so unglaublich glücklich. Einige Zeit später nahmen die Krankenschwestern Frank mit und mein Mann ging nach Hause. Unsere neue Familie war nur zwei Stunden nach der Geburt auf drei Orte in der Welt verteilt. Wie auf drei Inseln in einem riesigen Ozean. Und das machte mich sehr traurig.

Frank weinte am Anfang oft. Wiegend und tröstend liefen wir viel mit ihm herum. Wir konnten nicht viel anderes tun. Ich denke, dass wir dabei Frank so nahe waren, wie wir es hätten sein können. In anderen

Dingen merkte ich jedoch, dass ich als Mutter kein Naturtalent war. Natürlich gelang es mir als Mutter genauso wenig, meinem Gefühl zu folgen, wie auf anderen Gebieten meines Lebens. Ich las Bücher über Erziehung und Kinderbetreuung und befolgte Ratschläge, die mir sinnvoll erschienen. Das erste Jahr stillte ich ihn und nach einem halben Jahr bekam er die ersten zusätzlichen Häppchen. Wir spielten regelmäßig zusammen, ich nahm ihn nach Möglichkeit überallhin mit und sorgte dafür, dass er immer in meiner Nähe war. Ich tat das, weil es angeblich gut für das Kind war, aber mein Handeln war nicht von Mutterliebe geprägt. Ich versorgte mein Kind, aber ich gab ihm keine Liebe. Ich lernte, durchzuhalten, aber nicht zu lieben. Weil ich emotional so abgestumpft war, hatte auch mein Mutterinstinkt keine Chance, zum Leben erweckt zu werden. Ich gab Frank als erste Beikost eine pürierte Tomate. Warum keine süße, zarte Banane oder einen Pfirsich? Ich konnte mich nicht gut in mein Kind hineinversetzen. Irgendwie hatte ich erwartet, dass ich nach der Geburt unseres Sohnes mit meinem Leben wie gewohnt weitermachen könnte. Der einzige Unterschied sollte sein, dass er einfach in unser Leben getreten war. Kleine Kinder seien gerne bei ihren Eltern, hatte ich gelesen, daher konnte ich ihn einfach überallhin mitnehmen, dachte ich. Ich erinnere mich noch genau, dass ich Frank zu einem Bandauftritt meines Mannes mitnahm. Es war ziemlich laut und so stellte ich Frank in seinem Buggy hinter die Glaswand eines Wintergartens. Er schlief zwar während der ganzen Show, aber er lag dort so mutterseelenallein in diesem großen, dunklen Wintergarten. Warum nur habe ich ihn mitgenommen? Das war nicht der richtige Ort für ein Baby. Hatte ich wirklich erwartet, dass ich mein Leben genauso weiterführen könnte wie vor der Geburt? Ich hätte einfach zu Hause bleiben oder mich um einen Babysitter kümmern sollen. In diesem Wintergarten sah ich ihn plötzlich buchstäblich und im übertragenen Sinne in der Kälte stehen. Es ist wahr, dass Kinder gerne in der Nähe ihrer Eltern sind, aber Frank wollte ganz bestimmt nicht auf dieses Konzert gehen und noch weniger wollte er allein in diesem Wintergarten gelassen werden. Ich täuschte mich, als ich dachte, dass mein Leben mit einem Kind genauso weitergehen könnte, denn die Geburt meines Sohnes war die größte Veränderung in meinem bisherigen Leben! Trotz der notwendigen

Rund-um-die-Uhr-Betreuung war Frank oft unzufrieden und weinte viel. Oft wurde mir alles zu viel und ich hatte keine Ahnung, was ich dagegen tun sollte. Ich probierte dies und das, in einer mir fremden und neuen Situation als Mutter.

Als Frank ungefähr drei Jahre alt war, ging es ihm nicht gut. Er verhielt sich wie ein kleiner alter Mann, nicht wie ein kleines Kind. Er wollte nicht mit anderen Kindern spielen, alleine aber auch nicht oft. Er verhielt sich eher wie ein langweiliger Professor, der nur Bücher lesen will. Er war stark auf Erwachsene und deren Angelegenheiten ausgerichtet. Er hatte Denkfalten auf der Stirn und sah nicht glücklich aus. Geh doch spielen, Kind, dachte ich oft: Für alles andere wird es Zeit genug geben, wenn du älter bist. Seine Konstitution war sehr schwankend, er war nicht wirklich krank, aber auch nicht gesund. Er sah blass aus und wirkte kalt. Er war ständig erkältet und sein ganzer Kopf voller Schleim. Ich machte mir Sorgen um den kleinen Kerl, aber ich war dadurch auch gereizt. Ich ärgerte mich grün und blau über sein anhängliches Verhalten. Den ganzen Tag lief er hinter mir her und rief: »Mama, Maama, Maaaaaama!« Ich konnte es nicht mehr ertragen. Stunden fühlten sich wie Tage an und die Tage zogen sich wie Kaugummi. Jeden Tag wartete ich darauf, dass mein Mann von der Arbeit heimkam und mich endlich ablöste. Auf gut Glück antwortete ich Frank mit Ja oder Nein. Ich hörte nicht wirklich zu, es klang wie ein Gewimmer in meinen Ohren. Ich konnte keine Energie mehr aufbringen und ich sah meinen Sohn zunehmend als Problem in meinem Leben.

Trotz allem tat ich alles, um Frank gesund und glücklich zu machen. Ich fragte um Rat und ging mit ihm zu einem Homöopathen, ohne Erfolg. Ich weiß noch, dass ich mich fragte, ob sein Verhalten vielleicht einfach seinem Charakter entsprach. Aber selbst wenn das so sein sollte, konnte ich sehen, dass er unglücklich war. Ich musste etwas dagegen unternehmen. Dreieinhalb Jahre nach seiner Geburt musste ich mir meinen Misserfolg eingestehen. Ich scheiterte in meinen Bemühungen, ihm zu helfen, und für eine Mutter gibt es nichts Frustrierenderes, als ihr eigenes Kind unglücklich zu sehen. Am Tiefpunkt meiner

Verzweiflung fragte ich mich: »Was in aller Welt ist denn das Problem, was übersehe ich?« Wenn er es mir nur sagen könnte ...

In meiner Verzweiflung beschloss ich, alle wichtigen Dinge aus Franks Leben aufzuschreiben, damit ein Profi mir helfen könnte und ein Bild der Gesamtsituation bekäme. Im Großen und Ganzen ist es die Geschichte, die ich gerade erzählt habe, einschließlich der Geburt seiner Schwester, als er zwei Jahre alt war. Es erschien mir sinnvoll, ein zweites Kind kurz nach dem ersten zu bekommen. Da ich ohnehin an die Kinderbetreuung gebunden war, konnte ich auch gleich zwei Kinder großziehen. Frank war eifersüchtig auf seine kleine Schwester. Er vermisse meine ungeteilte Aufmerksamkeit und klammerte sich noch mehr an mich. Meine Tochter Lize war hingegen ein Sonnenschein, unkompliziert, spontan und warmherzig. Sie hellte selbst meine dunkelsten Tage auf. Zu allem Überfluss wurde ich nach Lizes Geburt sehr krank. Ich war körperlich am Ende. Eine Operation war notwendig, weshalb Frank eine Woche woanders wohnen musste. Das neue Schwesterchen durfte als Stillkind mit Mama ins Krankenhaus. Er muss sich dadurch wirklich abgelehnt gefühlt haben.

Als mein Bericht über Frank fertig war, las ich ihn noch einmal durch und auf einmal sah ich, was los war: Frank durfte sich am Rande meines Daseins beteiligen, solange er kein Hindernis darstellte. Ich gab ihm keinen eigenen Lebensraum, wollte nicht, dass er mein Leben stört, und war nicht wirklich für ihn da. Ich sagte »Nein« auf seine wichtigste Frage, nämlich: »Willst du meine Mutter sein? Eine Mutter, die mit mir spielt, mit mir kuschelt, die mich auf ihren Schoß nimmt und mich gernhat.« Zwar hatte ich mir ein Kind gewünscht, doch offenbar war ich nicht dazu bereit, Mutter zu sein. Frank hat nicht darum gebeten, geboren zu werden, und er hatte sich mich als Mutter auch nicht ausgesucht. Ich ärgerte mich über mich selbst. Wie hatte ich es so weit kommen lassen können? Während ich den Bericht ein zweites Mal durchging, passierte etwas sehr Seltsames. Erstaunlicherweise scheint sich die ganze Geschichte um mich zu drehen. Meine Sorge bei der Geburt, dass der Kopf meines Sohnes von seinem Rumpf getrennt sei, galt auch für mich! Mein Kopf war auch vom Rest getrennt. Ich lebte in meinem Kopf. Ich nannte Frank einen langweiligen