

NAMIAH BEATRIX BAUER

FREUDEN SPRUNG



Wie das
Wunschkind leichter
zu dir kommt

**man
kau:**

war ich völlig ahnungslos, dass es so viele Kinderwunschaare gibt. Ich kam aus dem Staunen gar nicht mehr heraus. Zuerst war ich sogar erleichtert: *Ich bin nicht allein, da sind noch Tausende von anderen Frauen, die das Problem mit mir teilen!* Ich las alles im Netz, was ich nur finden konnte, und loggte mich in Kinderwunsch-Foren ein. Was mir jedoch auffiel, war, dass es nur um Eisprung, Zyklus etc. ging. Frauen, die schon mehrere In-vitro-Fertilisationen (IVF) hinter sich gebracht hatten, waren bestens vertraut mit dem Fachjargon. Mir war dies sehr fremd – und wieder war die Einsamkeit da. Aber ich fühlte: *Da gibt es bestimmt noch mehr!*

Oft geben sich Frauen die alleinige Schuld und laufen mit dieser Zentnerlast durchs Leben. Kein gut funktionierender Eisprung, Zysten, verklebte Eileiter – die Liste all dessen, was nicht stimmt, könnte noch richtig lang werden. Die negativen Gedanken nehmen schnell überhand und werden zu düsteren Wolken vor den Augen – du wirst blind für die schönen und leichten Dinge im Leben.

Vermutlich bist du bisher deinen Weg nach Plan gegangen, gesteuert von deinem Willen, deine Sehnsucht nach einem Kind zu erfüllen. So hat es aber nun nicht geklappt, der innerliche Stress ist eher größer geworden.

Das Leben fordert dich auf, genauer hinzuschauen. Oder willst du weiter als »halbwertige Frau« durchs Leben laufen, die nur einen Gedanken im Kopf hat: Ich bin eine Versagerin?

Die Boulevardzeitungen nähren dieses Gefühl täglich: Da sehen wir die wunderschönen, gestylten Promis, die Frauen aus den Königsfamilien, die ihren Traumprinzen fanden und deren Liebe jetzt auch noch durch ein Baby gekrönt wird. Die schwangere Arbeitskollegin, die du jeden Tag im Büro triffst, Freundinnen, die nacheinander schwanger werden. Alle sind glücklich, und die ganze Welt ist entzückt ...

Ja, das tut entsetzlich weh. Ganz ehrlich, auch ich hätte platzen können vor Neid und hasste meinen Körper abgrundtief, weil er nicht so funktionierte, wie ich es wollte. Als Betroffene brauchte ich viele Jahre, um wirklich zu verstehen, was denn eigentlich hinter meinem Wunsch stand. Ich wurde zu meiner eigenen Lebensforscherin, deckte in detektivischer Kleinarbeit auf, entblätterte bis zum Grund und heilte Seelenwunden. Irgendwann stand ich vor der Entscheidung: *Möchte ich weiter die Gefangene in meinem eigenen Sumpf sein, oder entscheide ich mich, meine Weiblichkeit auf andere Weise zum Ausdruck zu bringen?*

Auch von dir braucht es ein klares JA für Veränderung, um das Kellerloch zu verlassen, in dem es kalt und dunkel ist. Gib dir einen Ruck, und nimm die Treppe, die dich nach oben ins Licht führt. Nur denke bitte daran: Jeder Kinderwunsch ist individuell, hat seine eigene Zeit und ist nicht mit einem anderen Kinderwunsch zu vergleichen. Versuche, deine Vorstellungen und Erfahrungen auf die Seite zu legen und offen zu sein für Neues, neugierig wie ein Kind – und hab Geduld, denn Kinderseelen kennen keine Zeitrechnung.

Ich verrate dir eine Übung, die dir hilft, das ewige Mangeldenken loszulassen.

Liebesfluss

Bitte schau dorthin, wo du bereits die Rolle als Mutter übernimmst. Damit beginnst du, deinem Leben eine neue Ausrichtung zu geben, und bringst dich in eine positive Schwingung. Was oder wen nährst du mit deiner Liebe? Das können berufliche Projekte, Ideen, die Beziehung zu Freunden und Familienmitgliedern, Tiere oder dein Garten sein. Dort verschenkst du dich und gibst dein ganzes Herzblut hinein.

Dazu kannst du ein inneres Bild zu Hilfe nehmen: Stell dir einen Wasserfluss vor, der aus deiner Brustmitte fließt, sich verschenkt und in die verschiedensten Richtungen strömt. Immer weiter dehnt er sich und stoppt nicht, solange du mit ihm verbunden bist. Gleichzeitig nimmst du wahr, wie du immer größer wirst und dich öffnest. Schließ deine Augen, und lass dich gedanklich in deinen eigenen Liebesfluss fallen. Du brauchst nicht mehr zu funktionieren, sondern darfst loslassen und genießen. Fließend leicht!

Essenz

- ◊ Sei mutig und rede über deine Gefühle.
- ◊ Lasse los und schaue neu.
- ◊ Liebe möchte fließen.

Mein Weg

Ja, es gibt einen Weg in ein erfülltes Leben.
Komm mit – ich zeige ihn dir!

Mit Ende zwanzig war ich glückliche Mutter von zwei Kindern. Ungeplant hopsten sie einfach in mein Leben. Das Glücksgefühl der Geburten lässt sich auch 20 Jahre später nicht toppen, und ich bin unendlich dankbar für die beiden.

Allerdings fing mit dem Muttersein auch meine 90-Grad-Lebensdrehung an, die mit sehr vielen Tiefs und Schmerzen verbunden war. Ich hoffte, dass meine Kinder und mein Ehemann meine innere Leere füllen würden. Eine Zeit lang funktionierte das ganz gut, bis in mir wieder das wohlbekannte Gefühl auftauchte: Unerfülltheit.

Mit ihr meldeten sich kleine Monster, die sich einfach in meinem Körper breitmachten, vor Hunger schrien und nie satt wurden. Ich versuchte, sie mit Alkohol, Essen, Sex und Designerkleidung zu beruhigen, doch all das machte mich nur noch leerer und trauriger. Sie wollte kein Ende finden – die Suche nach Erfüllung. Die Trennung von meinem Mann machte es nicht einfacher und ließ mich noch ein Stück tiefer fallen – aus

einer stylishen Mutter und Ehefrau, die zu Hause war in einem Hamburger Nobelviertel, wurde eine Singlemama mit Existenzängsten.

Meine Kinder gaben mir die Kraft weiterzumachen, trotz vieler Tiefschläge. Ohne sie wäre ich nie losgelaufen und hätte ich nie mein Leben radikal verändert! Schicht für Schicht löste ich die harte Kruste, die mich lange umgab – viele Tränen brauchte sie, um weich zu werden. Langsam fing ich an, mich für andere Dinge als Mode zu interessieren. Das Äußere wurde immer unwichtiger, und ich lernte, den Blick nach innen zu richten und meine Gefühle zum Ausdruck zu bringen. Damit zogen in mein Leben Farben, Freude und Liebe ein ... Und mein zweiter Mann! Nun endlich konnte der Traum von einem erfüllten Leben real werden – dachte ich.

Doch mit der Sehnsucht nach einem dritten Kind – natürlich war ich mir sicher, dass unser Baby nicht lange auf sich warten lassen würde – löste sich mein Glück auf wie eine Brausetablette. Ich wurde nicht schwanger! Da war sie wieder, die entsetzliche Leere, eine tiefe Wunde, die einfach nicht heilen wollte.

Die Zeit des Kinderwunsches war eine körperlich wie seelisch fordernde Zeit, die mich an meine Grenzen brachte. Und gleichzeitig der Auslöser für die größte Veränderung in meinem Leben – die Öffnung für Spiritualität.

Nach langem Suchen kam ich endlich bei mir an. *Ich entdeckte meine Hellfühligkeit für Kinderseelen wieder und bin glücklich, heute die Vermittlerin für Kinder und Eltern zu sein.*

Im Rückblick fühlt es sich so an, als hätte mich mein drittes Wunschkind an die Hand genommen und mir gesagt: »Da ist noch viel mehr, auch wenn du es noch nicht sehen kannst. Deine Welt ist so groß und bunt, fange an, sie zu entdecken. Ich bin deine Lehrerin im Himmel, damit du die Sprache der Kinderseelen lernst.«