

Die Vergangenheit befrieden

Wir sprachen im Level 1 über die Geschenke einer unglücklichen Kindheit. Jetzt überprüfen wir, wieweit wir damit schon gekommen sind.

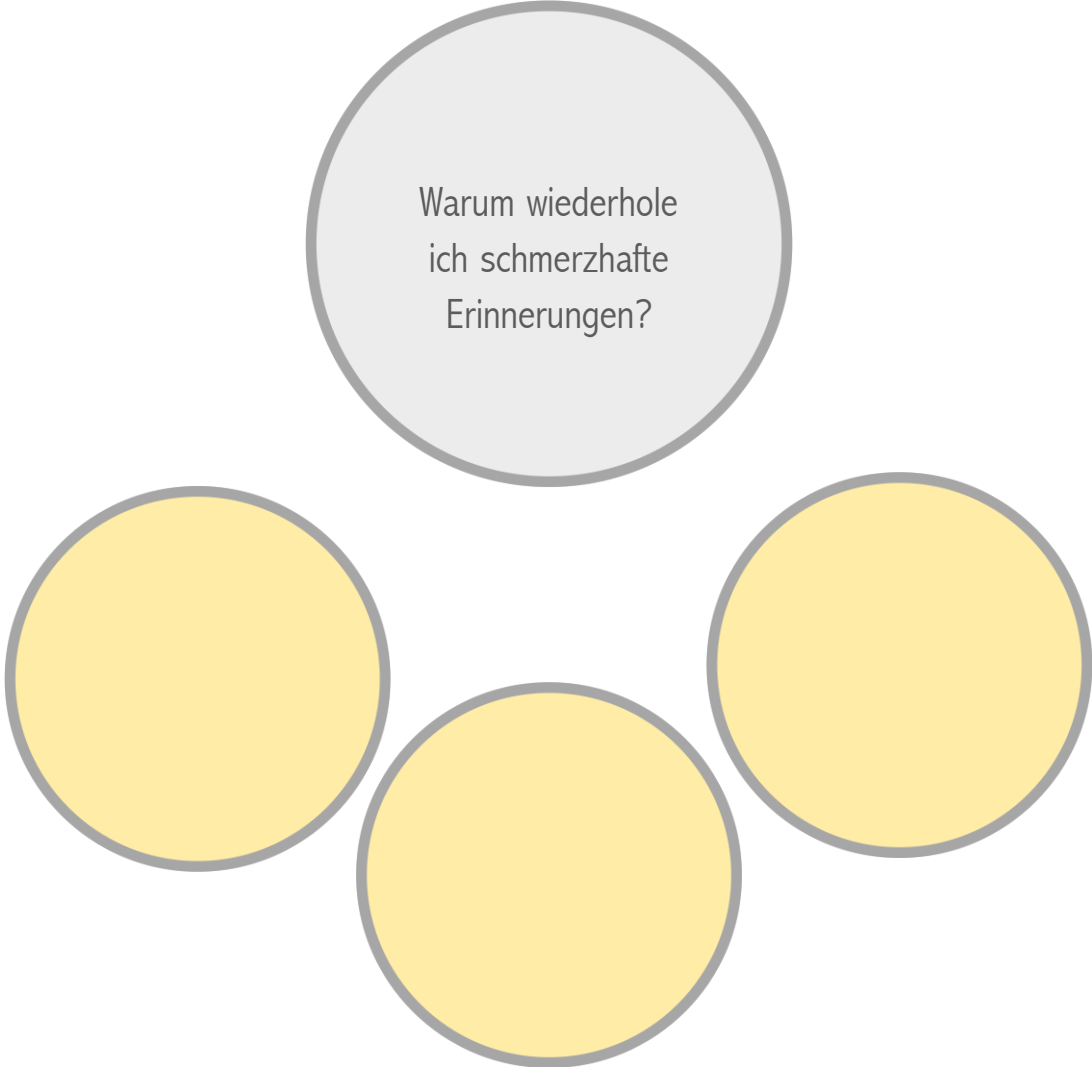
Wenn wir immer wieder unsere alten Kindheitsschmerzen mitteilen, dann erhoffen wir uns etwas davon.

Was ist es, was wir uns davon erhoffen?

- Aufmerksamkeit
- Mitgefühl
- Ein besonders sorgsame Behandlung
- Verständnis für Ängste
- Rücksicht für Verhaltensweisen
- Dass jemand die Verantwortung für mich übernimmt
- Schutz
- Mitleid
- Dass niemand etwas von mir verlangt oder fordert
- Eine Entschuldigung für meinen Zustand
- Verständnis dass ich nichts ändern will
- Andere merken, dass ich in diesem Bereich Erfahrung habe
-

Es ist nicht immer nur "eine" Hoffnung, die damit verknüpft ist. Brauche ich das noch? Kann ich das ablegen? Hat sich das erledigt?

In Zukunft - wenn ich meine Kindheitserinnerungen wiederhole - werde ich wach genug sein, um zu erkennen, was ich damit erreichen will.



Warum wiederhole
ich schmerzhaftere
Erinnerungen?