1. Auflage 2018
© 2017 Windpferd Verlagsgesellschaft mbH, Oberstdorf

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Verbreitung und Vervielfältigung sowie der Übersetzung, vorbehalten. Ohne schriftliche Genehmigung darf kein Teil des Werkes in irgendeiner Form reproduziert, oder unter Verwendung elektronischer Systeme gespeichert, verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Coverdesign und Karten: Jennifer Jünemann | www.bitdifferent.de
Coverfoto: choreograph – 123rf
Illustration Karten: lubianova – 123rf
Illustrationen Innenteil: Alisa Foytik – 123rf
Satz und Layout: Marx Grafik & ArtWork
Druck und Bindung: C. H. Beck, Nördlingen

FSC
www.fsc.org
MIX
Papier aus verantwortungsvollen Quellen
FSC® C019821

Printed in Germany
ISBN 978-3-86410-176-2
www.windpferd.de

All Rights reserved

INHALT

Einleitung 5

Über mich 11

1. Kinder und Liebe und Würde 13

1.1 Lieben Sie Ihre Kinder und sich selbst und lernen Sie zu verzeihen 14

1.2 Berühren wir genug? 18

1.2.1 Mit der Quantenheilung durch Berührung heilen 19

1.3 Überalterte Gesellschaft 20

1.4 Der Umgang mit dem Tod 22

1.5 Erziehen Sie Ihre Kinder mit Humor und einem zwinkernden Auge 26

1.6 Kindheit heute 28

1.7 Ernährung 31

1.8 Der Familieneinkauf 32

1.9 Das gemeinsame Essen – der Familientisch 33

2. Kinder und Krankheiten und Special Effects 35

2.1 Kinderkrankheiten – Alle Heilung kommt von innen 36

2.2 Schlafstörungen 40

2.3 ADS/ADHS – Krankheit oder Special Effect? 42

2.4 Hochbegabung 45

2.5 HSP – Hochsensitive Kinder 46

2.6 Hochempathische Kinder 50

2.7 Indigo-, Kristall- und Regenbogenkinder 52

2.8 Special Tools wahrnehmungsbegabter Kinder 54

All Rights reserved

3. Kinder und Schule 67
3.1 Druck, ohne Abi bist du nix! 69
3.2 Nie gut genug 72
3.3 Mobbing 75
3.4 Leichter lernen 77
3.5 Die Schule bereitet die Kinder nicht auf das Leben vor 80
3.6 Unterschiedliche Schulformen 84
3.7 Schul(t)räume 87

4. Der Elternteil 89
4.1 Heile dich selbst, komm in deine Mitte! 89
4.1.1 Intuition 91
4.2 Komm in deine Essenz, steig aus dem „höher, schneller, weiter"-Karussell! 92
4.3 Fehler machen 102
4.4 Hören Sie auf, sich zu sorgen! 105
4.5 Was andere über Sie reden – Was sagt das über Sie aus? 107
4.6 Alternative Lebensziele 109

5. Die Matrix – morphische und morphogenetische Felder 115
5.1 Energie 117
5.1.1. Die Chakren 121
5.1.2 Die Aura 127
5.2 Schutztechniken trainieren 130
5.3 Räume harmonisieren 132
5.4 Konflikte energetisch lösen 134
5.5 Selbstermächtigung statt Selbsterniedrigung 136

Schlusswort 138

Kartenset mit heilsamen Fragen für Kinder und ihre Eltern 140

All Rights reserved

EINLEITUNG

Sei ein wenig mehr Pippi – nicht nur Annika!

Die Welt braucht mehr Räubertöchter
und weniger Prinzessinnen.

Was hat es uns gebracht, dass wir alle brave Annikas geworden sind: Folgsam, angepasst, unauffällig, voll und ganz auf Leistung getrimmt, systemkonform, schulkompatibel?

Wir brennen reihenweise aus.

Wollen wir unseren Kindern wirklich beibringen, für einen Beruf zu schuften, der nicht ihrer Berufung entspricht, aber gut bezahlt ist, damit sie sich Dinge leisten können, mit denen sie kompensieren müssen, dass sie für einen Beruf schuften, der nicht ihrer Berufung entspricht? Paradox? Nein, Alltag!

Der Selbstoptimierungswahn tut dann sein Übriges.

Kinder werden wie Projekte geplant. Anders geht es angeblich nicht. Kindergärten werden zu Vorschulen umfunktioniert. Der Trend, dass Eltern ihre Kinder mit Musik-, Sport- und Sprachunterricht fördern und beschäftigen, hat in den letzten Jahren extrem zugenommen. Das führt zu gnadenlosem Konkurrenzkampf, vor allem unter den Müttern. Eltern, die selbst kurz vorm Burnout stehen, obwohl noch jung und mitten im Leben, fordern von ihren Kindern noch mehr Leistung, noch mehr Engagement, noch mehr Tempo. Viele Kinder haben heute so volle Terminkalender wie ihre Eltern, jedes sechste Kind und jeder fünfte Jugendliche in Deutschland leidet an Stress und Versagensängsten. Das ist das erschreckende Ergebnis der Bertelsmann-Studie aus dem Jahr 2015.

All Rights reserved

Wenn Lehrer jeweils nur ein oder zwei Fächer unterrichten, wie können wir dann von unseren Kindern erwarten, dass sie alle Fächer beherrschen? Seit wann ist ein guter Durchschnitt nicht mehr befriedigend? Was soll dieser Beschleunigungswahn? Wo soll das hinführen?

Machen Sie da nicht mit!

Abgesehen davon, dass volle Terminkalender Stress auslösen können, haben sie einen weiteren gravierenden Nachteil. Sie halten die Kinder davon ab herauszufinden, was sie wirklich interessiert und fasziniert. Dafür braucht man Leerlauf und Langeweile. Die fördern kreative Ideen und führen zum Flow.

Ich finde es erfreulich, dass man endlich mal laut darüber nachdenken darf, ob wir das alles wirklich brauchen. Und ob es uns nicht glücklicher machen würde, weniger zu arbeiten und unser kostbarstes Gut – die Zeit – in vollen Zügen zu genießen.

Kehren wir zurück zu Hochbeeten, Schrebergärten, Gemüseanbau. Mit den Fingern in der Erde buddeln. Der Trend, die Innenstädte mit Gärtchen zu versehen, ist doch ein Schritt in die richtige Richtung. Das lehrt uns Entschleunigung: Denn das Gras wächst nicht schneller, wenn man daran zieht.

Etwas mit Pinsel, Hammer und Modelliermasse selbst herstellen, den Einkochtopf aus dem Keller holen, turnusmäßig Nachbarschaftsbänke auf die Straße stellen, um ins Gespräch zu kommen, Klamottenzirkel und Upcycling.

Ich kann das sehr gut bei den Kindergeburtstagen, die ich regelmäßig in meinem Atelier veranstalte, beobachten. Viele kommen, wenn man sie nur einfach mal machen lässt, endlich mal wieder in einen Flow. Wie stolz die Kinder auf ihre Werke sind. Wie befriedigend sie es finden, mit eigener Hände Arbeit etwas

All Rights reserved

zu erschaffen, kreativ zu sein ohne Vorgaben. Schauen, was in einem steckt und sich zeigen mag!

Es mag altbacken klingen, aber lehren Sie Ihre Kinder Werte, klassische Tugenden. Leben Sie sie vor. Legen Sie Ihr Augenmerk auf das kleine Glück und dass Zufriedenheit nicht käuflich ist. Verbringen Sie Zeit mit Ihren Kindern. Das ist es, was Kinder sich von Ihnen wünschen. Teure Spielzeuge, mit denen das schlechte Gewissen kompensiert wird, bleiben nicht in Erinnerung. Das gemeinsam gebastelte Floß dagegen, das selbstgemachte Eis, das Hochbeet mit Früchten zum Naschen, der selbstgezimmerte Hasenkäfig, der fluguntaugliche Drachen.

Es ist schwer, im Alltag präsent zu sein. Schade eigentlich. Wie oft fordern uns die Kinder auf, mit uns etwas zu spielen, wir haben dann aber nur die Einkaufsliste, die Bügelwäsche oder die Serie im Kopf.

Dass Mütter auch mal überfordert sind, übernächtigt und lustlos und am liebsten alles hinschmeißen möchten, geschenkt! Kein Thema. Ging mir auch so. An manchen Tagen musste ich den Impuls unterdrücken, ins Auto zu steigen, Richtung Süden zu fahren und NIE wiederzukommen.

Wenn wir uns trotz Unlust mal darauf einlassen und Geschichten mit kleinen Puppen nachspielen, schlägt uns die ungetrübte Lebensfreude und Liebe unserer Kinder entgegen. Das ist viel kostbarer als glatte Wäsche und alle Telenovelas der Welt.

Ich habe es trotz Hochsensibilität, ADS, Hochbegabung und Legasthenie auch geschafft. Sie schaffen das ebenfalls. Seien Sie nachsichtig mit sich und Ihren Lieben. Wir haben nur das Hier und Jetzt. Und das will gut gelebt und ausgekostet sein. Schenken Sie bewusst Aufmerksamkeit und Fürsorge. Zeigen Sie elterliche Präsenz. Sie stärken das energetische Feld der Familie ungemein damit. Energie folgt der Aufmerksamkeit. Eine Familie

All Rights reserved

ist ein System, vergleichbar mit einem Mobile. Stärken Sie ein Feld, stärken Sie damit das komplette Gefüge.

Eure Kinder sind nicht Eure Kinder.

Es sind die Söhne und Töchter
von des Lebens Verlangen nach sich selber.

Sie kommen durch euch,
doch nicht von euch;

und sind sie auch bei euch,
so gehören sie euch doch nicht.

Ihr dürft ihnen eure Liebe geben,
doch nicht eure Gedanken,
denn sie haben ihre eigenen Gedanken.

Ihr dürft ihren Leib behausen,
doch nicht ihre Seele,
denn ihre Seele wohnt in dem Haus von Morgen,
das ihr nicht zu betreten vermöget,
selbst nicht in euren Träumen.

Ihr dürft euch bestreben, ihnen gleich zu werden,
doch suchet nicht, sie euch gleich zu machen.

All Rights reserved

Denn das Leben läuft nicht rückwärts,
noch verweilt es beim Gestern.

Ihr seid die Bogen,
von denen eure Kinder als lebende Pfeile entsandt werden.

Der Schütze sieht das Zeichen
auf dem Pfade der Unendlichkeit,
und Er biegt euch mit Seiner Macht,
auf dass Seine Pfeile schnell und weit fliegen.

Möge das Biegen in des Schützen Hand
euch zur Freude gereichen;
denn gleich wie Er den fliegenden Pfeil liebet,
so liebt Er auch den Bogen,
der standhaft bleibt.

Khalil Gibran – Der Prophet, 1985

All Rights reserved

Widmung

Mein großer Dank

gilt meinen beiden großen Kindern Robin und Leandra.

Ihr wart mir die besten Lehrmeister.

Danke, dass ich eure Mutter sein durfte. Ich habe es geliebt.

Jetzt breitet eure Schwingen aus und hebt ab.

Lasst euch von nichts und niemandem eure Träume ausreden.

If you can think it, you can do it.

All Rights reserved

Über mich

© BrigitteSommer

Ich bin stolze Mutter zweier wunderbarer junger Menschen.

Kinder liegen mir ganz besonders am Herzen. Deshalb unterrichte ich an der Montessori Schule Kunst, biete kreative Angebote in Grundschulen an und organisiere Kinderfeste in meinem Atelier. Darüber hinaus bin ich energetische Heilerin, befasse mich mit wahrnehmungsbegabten Kindern und coache diese und ihre Eltern. Das sehe ich als meine persönliche Aufgabe an. Ich möchte der Anwalt dieser begabten Kinder sein und ihren Eltern in jeder Weise helfen, die unglaublichen Fähigkeiten ihrer Sprösslinge unterstützen zu lernen.

Ich habe mich mit Quantenheilung, Meditation, Aura lesen, Räuchern, Schamanismus, der Heilkraft der Steine, Aromatherapie, Familienaufstellen, Kartomantie, Channeling, Engeln, EFT (Klopftechnik), Ho'oponopono, der Heilkraft der Farben, Akasha Chronik lesen, Geomantie, energetischer Raumklärung und -reinigung, Krafttieren, Aurachirurgie, Chakrenausgleich, HSP, ADS/ADHS, Buddhismus, Tantra, Pendeln, Heilen mit Symbolen und Heilzahlen und vielem mehr 35 Jahre lang intensiv beschäftigt.

All Rights reserved

Ich bin mit einer ausgeprägten Intuition gesegnet und habe die Gabe, Menschen tief ins Herz zu schauen. Durch das Einstellen auf das energetische Feld meines Klienten sehe ich blockierende Lebensthemen und Glaubenssätze und kann diese auflösen.

Zudem habe ich meine geistigen Führer, an die ich gut angebunden bin, gebeten, mir ein Zeichen zu geben, wenn ich absolut richtigliege. Seither bekomme ich dann eine Gänsehaut von Kopf bis Fuß, die manchmal so heftig ausfällt, dass ich meinen ganzen Körper abreiben muss. Das kann recht häufig sein, sodass ich bisweilen wie Rumpelstilzchen auftrete, wenn ich Eingaben empfange. Die kommen irgendwie von rechts oben über meinem Kopf. Es können Worte, Zeichen, heilige geometrische Figuren, Farben oder auch Empfindungen sein. Oft fühle ich die gleichen Symptome wie mein Gegenüber und kann so einkreisen, worum es hinter all dem Offensichtlichen wirklich geht. Das können ungute Beziehungen, Erfahrungen oder Gedankenmuster sein.

Ich möchte Kindern und ihren Eltern helfen, mit Druck, Überforderung und Stress besser umzugehen und hinderliche Blockaden in zielführende Wege zu verwandeln. Aus meiner langjährigen Praxis weiß ich, dass immer das ganze System betroffen ist. Wie bei einem Mobile strebt alles wieder nach Ausgleich und Harmonie.

Kinder sprechen sehr gut auf energetische Heilweisen an, lernen schnell ihre Fähigkeiten zu nutzen und wieder Selbstvertrauen aufzubauen. Das Gefühl der Hilflosigkeit und die Überforderung verschwinden, wenn wir ihre Stärken in den Fokus rücken und nicht ihre Defizite.

All Rights reserved

Kinder und Liebe und Würde

„Die Würde des Kindes ist unantastbar."

Abwandlung des 1. Artikels der deutschen Grundrechte

Sollte man meinen. Spätestens wenn unsere Nerven blank liegen, rutschen uns Sätze aus dem Mund, von denen wir zutiefst entsetzt sind. Die Sätze unserer Eltern, die wir wirklich nie, nie, nie an unsere Kinder weitergeben wollten.

Bitte maßregeln Sie Ihr Kind nicht öffentlich, setzen Sie es nicht herab. Ich erlebe oft Eltern, die sich bei mir beliebt machen wollen, indem sie abfällig über ihr Kind reden: „Ach, die hört nie zu. Das hat sie wieder nicht mitbekommen." etc. Ich bin da ehrlich schockiert. Das sagt doch eine Menge über den Entwicklungsstand der Eltern aus!

Vor einiger Zeit saß im Straßencafé eine Frau neben mir mit einem kleinen, neun Monate alten Jungen im Wagen, der keinen Piep von sich gegeben hat. Ganz zufrieden hat er an seinem Schnuller genuckelt. Seine Schwester war ein lebenslustiges, wuschelköpfiges, blondes Mädchen. Die Mutter bat mich kurz, auf den Kinderwagen aufzupassen, damit sie ihrer Tochter einen Imbiss holen konnte. Gerne doch. Als sie mit Pommes für die

All Rights reserved