



## Heilung des Inneren Kindes

**Das Innere Kind ist der Schlüssel zu einem erfüllten Leben, ist unser verborgener Schatz im Unterbewusstsein. Die Heilung des Inneren Kindes** ist ein emotionaler Prozess. Bei fast allen Menschen ist das Innere Kind verletzt und dies beeinflusst teilweise sehr stark unser alltägliches Leben. Menschen mit einem stark verletzten Inneren Kind zeigen folgende Lebens- und Verhaltensmuster:

- Man gerät immer wieder in zu **große Abhängigkeit** von anderen Menschen, vor allem in der Beziehung zu einem Partner.
- Man **hungert nach Liebe, Zuneigung und Aufmerksamkeit.**
- Man neigt zu **Sucht** in allen Formen: Alkohol, Drogen, Zigaretten bis hin zur Eifersucht.
- Man erlebt in Beziehungen immer wieder **Enttäuschungen.**
- Man tut alles, um Beachtung zu erlangen und strebt oftmals ganz stark nach **materiellen Gütern.**
- Man ist geplagt von **Selbstzweifeln**, hat **wenig Selbstwertgefühl, wenig Selbstbewusstsein** und misstraut anderen Menschen.
- Man **neigt zu Depressionen**, sieht im Leben wenig Sinn usw.

Die Auswirkungen des verletzten Inneren Kindes auf unser Leben sind enorm.

Ebenso sind die „Ursachen“ bzw. die auslösenden Situationen für diese Verletzung vielfältig. Meist ist es auch so, dass die eigenen Eltern ihr verletztes Inneres Kind am Sohn oder an der Tochter ausgelebt haben und somit ihre eigenen Probleme an ihren Nachwuchs weitergaben.

Manche Eltern waren einfach nur lieblos zu ihren Kindern, oder haben zu wenig auf sie geachtet, dem Kind in den bedeutenden Situationen ihre Aufmerksamkeit und Anerkennung versagt oder waren inkonsequent. Dadurch konnte kein gutes Vertrauensverhältnis aufgebaut werden, vielleicht wurde das Kind sogar geschlagen, oder missbraucht. Vielleicht war es gar nicht erwünscht, sondern

nur ein Unfall. In vielen Fällen wurden die Kinder oft gescholten, nicht geachtet und ihre Kreativität und Spontantität unterdrückt. Die Unschuld des Kindes wurde so sehr schnell genommen. Vielleicht hat auch ein sexueller Missbrauch (oder nur ein Versuch) stattgefunden.

**Letztendlich wurde das Innere Kind in uns verletzt.** Viele Wunden resultieren aus dem Verhalten unserer Eltern oder unserer Umwelt. **Dabei spielt nur das eine Rolle, was das Kind empfunden hat.** Dieses Empfinden war für unser Inneres Kind Realität. Nicht das, was tatsächlich war. Auch unsere Umwelt war ein auslösender Faktor. Lehrer, Freunde, Medien, Bücher die uns prägten, die Kirche etc. All die vielen übernommenen Glaubenssätze und Prägungen von anderen Menschen. **Unsere Aufgabe ist es jetzt das verletzte Innere Kind zu heilen, mit dem Vorteil, dass wir unseren Kanal zum Höheren Selbst verbessern.** Heilung des Inneren Kindes ist nur möglich durch Trauerarbeit. Damals in der Situation konnten wir nicht trauern.

Lernen Sie in kleinen Gruppen liebevoll ihr Inneres Kind zu suchen. Nehmen Sie mit Ihm Kontakt auf und sprechen sie es in Liebe an. Eine Kommunikation kann beginnen. Ziel ist es Ihr Kind in ihrem Herzzentrum zu integrieren. Dadurch haben Sie dann das Gefühl wieder vollkommen „Ganz zu sein“. Ihre Suche nach dem anderen Teil könnte nun zu Ende sein. Bringen Sie bitte Kinderfotos und ihr Lieblings-Kuscheltier mit. Dies wird ein ganz besonderer Tag in Ihrem Leben sein!



**Termine siehe Veranstaltungskalender auf unserer Internetseite**

**Ort: Suma-Ra Akademie, Pfarrer-Maybaum-Weg 63, 51061 Köln**

**Kosten : 70,00€ Anmeldung erforderlich.**

**(Kaffee, Tee und Kekse stehen bereit, jede/r darf das kleine Mittags- Buffet gerne mit seinen Liebesspeisen erweitern. Mittagspause 1 Stunde um 13 Uhr)**