



## Loslassen

Ich soll Loslassen! Loslassen was denn? Wen denn? Warum und wieso denn? Ich halte doch niemanden fest, ich hänge an keinem Baum oder gar Abgrund, ich halte auch nichts fest das umfallen oder runterfallen könnte.

Ich gebe den Begriff Loslassen im Internet in der Suchmaschine ein und bekomme 1 760 000 Zugriffe das war mir zuviel und machte mich über meine eigenen Erfahrungen ans Werk.

Loslassen könnte Gefahr bedeuten –Gefahr, dass ich abstürze, dass etwas zu Bruch geht, dass mir jemand davon läuft.

Loslassen ist das Gegenteil von festhalten, und Festhalten das kann sehr anstrengend, mühsam und Kraftaufwendig sein. Nicht nur bei Gegenständen auch bei Menschen, wie Partner, Kinder, Tod, Arbeitsplatz oder auch unsinnige wiederkehrende Gedanken.

Ich möchte aber heute vom loslassen der Kinder sprechen.

Wie schon gesagt ich halte niemand fest.

Er kann sich frei bewegen, kann sich frei entscheiden, was er anzieht, isst, welche Hobbys und Freunde er hat.

Doch wie sieht es mit Gedanken und Handlungen aus die stark mit der Zukunft zusammen hängen?

Da wird es schon etwas schwieriger alle Fäden aus der Hand zu geben, mit den Worten propier es einfach aus und erfahre selber, was dabei herauskommt. Du bist Erwachsen und damit trägst du für alle Handlungen deines Lebens die volle Verantwortung. Doch man ist so bestrebt als Elternteil und ich glaube als Mutter noch mehr die Kinder von den Fehlern die man zum Teil selber gemacht hat und vor deren möglichen folgen zu beschützen. Es soll Ihnen ja viel besser gehen als wie uns! Auch mit dem Wissen das wir Fehler machen müssen um zu lernen, wie beim Kleinkind das erst glaubt das der Ofen heiß ist,wenn es sich einmal die Fingerverbrannt hat solange stoßen die Ratschläge, Warnungen und Prophezeiungen um sie vor Unglück und Ärger fernzuhalten auf taube Ohren. Dies macht so manches anstrengend, und energieraubend bis hin zu einer unterschwelligen Angst.

Im innersten ist mir klar das das Loslassen der einzige richtige Weg ist ihn als Verantwortungsbewussten, selbstständigen und vertrauenswürdigen Menschen ins eigenständige Leben zu schicken. Doch ich glaube es ist für keinen Elternteil auf dieser Erde,

denen das Wohl Ihrer Kinder sehr am Herzen liegt, so einfach, sie mit dem Satz alleine zu lassen: Du bist jetzt 18 und somit mit deinen Problemen, Sorgen und Lebensfragen alleine. Warten können, bis Sie von selbst kommen, um Rat zu fragen, dies gehört auch zu diesem nicht immer ganz einfachen Weg. Sodann, wenn man spürt, es nagt irgendetwas an Ihrer Seele-

Vielleicht könnte man ja helfen!

Einen großen Schritt zum Loslassen meines Sohnes war eine ½ jährige Auslandsreise von ihm auf die gegenüberliegende Seite der Erdkugel.

Diese Gedanken hegte er schon mit ca. 14 Jahren und hatte von Anfang an meine volle Unterstützung. Die Pläne wurden jedes Jahr konkreter, bis er eines Tages die Flugtickets in der Hand hielt.

Ich hatte keine Angst das er nicht mehr zurück kommt doch wollte ich ihn abgesichert wissen wie Impfungen wichtige Telefonnummern, Adressen, Versicherungen, Geldtransfer, Klamotten usw.

Da man ja nie weiß ob alles so glatt läuft.

Sämtliche Dokumente wollte ich kopiert bei uns zu Hause in der Schublade wissen., das gab mir eine bestimmte sicherheit das ich ihm bei Diebstahl oder sonstigen Verlust etwas aus der Patsche helfen können. Dieses wissen lies mich gut schlafen.

Auf der einen Seite die Vorfreude auf seine Reise auf der anderen Seite das 100% vertrauen und loslassen, das er das Leben schon irgendwie meistern wird ohne unser. Unterstützung und Fürsorge. Dies lernte ich innerhalb von 8 Tagen, da sein vor 2 Tagen erstandenes Auto schon wieder kaputt war, und er musste alle Entscheidungen von Grund auf selber treffen in einem Land, das er noch gar nicht kannte.

Wir konnten ihm nicht mehr helfen, er musste mit allen Situationen und Problemen alleine zu recht kommen. Das einzige was mir noch übrig blieb war ihm ganz und gar zu vertrauen das er in der Lage ist sein Leben selber zu meistern.

Was mir über die große Entfernung viel viel leichter gefallen ist all ich dachte, und es war sehr gut so diese Erfahrung für uns beide

Ich weiß jetzt das er vieles alleine bewältigen kann, solange es in seiner Macht steht, und wiederum uns vertraut, dass er mit allen Sorgen und Problemen um unseren Rat und Hilfe bitten kann., dieses Vertrauen und seine Verantwortung ist unbändig gewachsen. Das gegenseitige Vertrauen wenn er oder auch wir Hilfe in irgendeiner Weise benötigen sind wir zur Stelle, und denn Rest muss jeder für sich alleine entscheiden mit evtl. Folgen.

Man kann und soll über Probleme reden man muss Sie aber nicht für den anderen lösen.

Es ist ein gutes Gefühl, wenn man weiß, sie brauchen keine Eltern mehr, um sich auf dieser Welt durchzuschlagen.