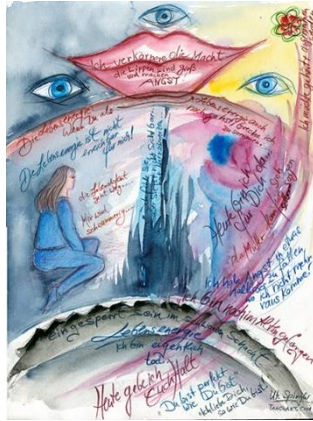




Raum für
Selbstfindung
Helmut Laber

Helmut Laber
Coaching ▪ Therapie ▪ Seminare
Heilpraktiker für Psychotherapie
Erwin-Bosch-Ring 54 ▪ 86381 Krumbach
Tel.: 0 82 82 - 82 71 56
helmut.laber@praxis-laber.de
www.praxis-helmut-laber.de

Beherzt leben – lieben – lernen Impuls vom 20.5.2023



Gewissen

Ein gutes Gewissen ist

Ich grüße Dich herzlich.

„Ein gutes Gewissen – ist ein sanftes Ruhekissen“

So sagt der Volksmund. Doch ist dieses sanfte Ruhekissen auch wirklich sanft in dem Sinne, dass es dem Wohl aller und des großen Ganzen dient?

Das Wirken des Gewissens

Schauen wir ein wenig in die Gegenwart und die nahe Vergangenheit, in der deutlich zutage getreten ist und nach wie vor zutage tritt, dass es viele Spaltungen und Spannungen unter den Menschen gibt.

Da sind Befürworter eines Themas, die mit bestem Gewissen dafür eintreten, andere abwerten und Trennungen und Streit im engsten Kreis dafür in Kauf nehmen.

Die Gegner jener gleichen Sache machen es mitunter genauso. Auch sie nehmen Abwertung, Streit und Trennung zu anderen in Kauf, mit bestem Gewissen in ihrem Anliegen für ihre Sicht zur Sache.

Was die einen für „gut“ halten, bewerten die anderen für „schlecht“ und beide haben dabei ein gutes Gewissen in ihrem Verhalten.

Das Gewissen in Systemen

Im Systemischen Forschen konnte man feststellen, dass das Gewissen nicht jene Instanz ist, die zwischen Gut und Schlecht unterscheidet, also gut ist, was ein gutes Gewissen vermittelt und schlecht ist, was ein schlechtes Gewissen macht.

Es wurde vielmehr deutlich, dass das Gewissen eine Instanz ist, die auf **Zugehörigkeit ausgerichtet** ist.

Ein gutes Gewissen erfährt man, wenn man dazugehört und ein schlechtes Gewissen, wenn man Gefahr läuft, nicht mehr dazuzugehören. Das Gewissen dient dem jeweiligen System!

Ursprung des Gewissens

Seinen Ursprung hat die Ausprägung des Gewissens im Ursprung der Sippe. Früher war es überlebensnotwendig dazuzugehören, denn außerhalb der Sippe oder des Dorfes, so ganz alleine der Wildnis ausgesetzt, war es lebensgefährlich. Nur die Jäger wagten sich, wiederum oft in einer Gruppe, die Sicherheit der Sippe zu verlassen, um das Überleben der Sippe durch ihre Jagd zu sichern.

So haben auch heute noch, sowohl Befürworter einer Sache und Gegner einer Sache in ihrer jeweiligen Gruppe ein gutes Gewissen in dem, was sie glauben, tun zu müssen. Auch wenn sie dabei (unbemerkt oder bewusst) über die Grenzen gegenseitigen Respekts voreinander gehen und den Blick für das Wohl des großen Ganzen und vor allem der Liebe verlieren.

In den Themen des großen aktuellen Weltgeschehens kann sich jeder sein Thema aussuchen und es in sich selbst hinterfragen, ob es stimmen könnte, was ich hier behaupte.

Das Gewissen im Familiensystem

In Familiensystemen zeigt es sich dadurch, dass oft ohne schlechtes Gewissen

- Kindern der eigene Wille gebrochen wird
- Kindern die eigene Überzeugung aufgezwängt wird
- Andere geschlagen oder unterjocht werden
- PartnerInnen wie Eigentum behandelt werden
- Selbstschädigende Verhaltensweisen von einem Lächeln begleitet werden
- Wiederholt toxische Beziehungen eingegangen werden
- Krankheiten, Konflikte, Probleme sich in Wiederholungsschleifen zeigen, u.v.m.
-

Hier ist es das System der Familie, das über das Gewissen regiert. In solchen Verhaltensweisen hat man oft ein gutes Gewissen, obwohl die Umstände alles andere als förderlich sind. Und man hat ein schlechtes Gewissen, wenn man aus einer sog. Familientradition, selbst wenn sie alles andere als angenehm ist, ausscheidet.

Hier nur einige wenige Beispiele:

- Geht es den Eltern schlecht in ihrer Partnerschaft oder gesundheitlich – haben Kinder ein schlechtes Gewissen, wenn es ihnen besser geht als den Eltern.
- Gibt es, wie man sagt, erbliche Krankheiten, hat man zwar Angst davor, sich hier einzureihen, geschieht es dann doch, geht es oftmals mit einer inneren Erleichterung einher. (Die man äußerlich natürlich nicht zeigen darf! Wen es betrifft, kann dies nur ehrlich in sich selbst prüfen.)
- Wo immer es in Familien Wiederholungen in den Generationen oder destruktive Verhaltensweisen gibt, darf man achtsam und aufmerksam werden. Betrifft es einen selbst, dann taucht oft ein innerlicher Saboteur auf, der dann die tiefere Klärung dieser Thematik verhindert.
- Wenn in den Generationen was verschwiegen und verheimlicht wurde, unterliegt man dieser Verheimlichungsenergie, ohne es zu merken, und lebt doch oft das verheimlichte unbewusst nach.
- Gibt es in Familien Leugnungen in Verbindung mit menschenverachtenden Verhaltensweisen, wie sie zur Nazizeit leider vorkamen, wirken innere Saboteure, das Konfliktthema wirklich zu klären, mit der einstigen Aggressions- und Manipulationsenergie verbunden, die dann eine wirkliche und ehrliche Klärung verhindern. Das Gewissen dient dann dem Vertuschen und dem Aufrechterhalten der Verschwiegenheit. Die Manipulation kann sich mitunter in Zwangsverhalten und großem Kontrollbedürfnis zeigen. Man muss unbedingt alles unter Kontrolle behalten. Die Suche nach Hilfe geht dann eher zu Menschen, die nicht der Klärung, sondern der Verhinderung einer Klärung dienen und der verinnerlichten Begrenzung durch das Systemgewissen.
- Für wahrhafte Klärung hat man keine Zeit, zu viel um die Ohren, keine Ruhe dazu, keine echte Entscheidung, nicht die richtige Anlaufstelle oder Hilfe, oder kann seinem Willen nicht in konsequent folgen und lässt es schleifen, findet genügend Gründe dagegen, mit denen man versucht, es sich selbst schönzureden und sich selbst gegenüber zu rechtfertigen, usw..
- Dies alles und noch vieles mehr, auf das ich hier nicht eingehen kann, sind deutliche Anzeichen, wie das „System-Gewissen“ Menschen in ihren Dienst nimmt.

Selbst wenn man nicht weiß, was im größeren System der Familie mit den Ahnen alles geschah, es aber im eigenen Leben hinderliche Wiederholungen gibt, kann das System-Gewissen am Werk sein.

In Forschungsarbeiten hat man nachgewiesen, dass unsere Ahnen wie ein Netzwerk in uns angelegt sind und in den neuronalen Netzwerken verankert sind. Aufgrund dieser Tatsache ist möglich, in unseren Innenwelten all die Ereignisse aufzustöbern und dort zu heilen.

Freiheit gibt es nur zum Preis des schlechten Gewissens

Wer hier bereit ist, ein schlechtes Gewissen in Kauf zu nehmen, kann Wege in die persönliche Freiheit finden. Auch wenn das schlechte Gewissen das Problem herunterspielt und einem einredet, dass es ja alles gar nicht so schlimm ist,

Systemliebe

Im dem Bedürfnis nach Zugehörigkeit, bedient sich das System auch einer Liebe, jedoch einer blinden Liebe, einer verstrickten Liebe, **die ausschließlich die Liebe als Loyalität zum System im Blick hat**. Auf diese Weise kann das Gewissen etwas als Liebe und Hilfe verkaufen, was objektiv betrachtet, alles andere als Liebe und Hilfe für das große Ganze ist.

Kriege sind Systemkriege

Äußere Kriege sind Systemkriege, wo die Menschen in den Dienst der jeweiligen Systeme genommen werden, ohne Rücksicht auf Verluste und die Menschlichkeit. Mit gutem Gewissen, (mancher nennt es auch gewissenlos) werden Menschen als Krieger gegen Menschen eingesetzt oder Waffen geliefert. Beides geschieht mit gutem Gewissen und dient doch nur den jeweiligen Systemen und nicht der Menschenwürde. So wird auch der Verstand einseitig für das jeweilige System eingespannt, wo das Herz rebelliert.

Ob in Familien oder in größeren Systemen, überall wird den Menschen ins Gewissen geredet. Warum wohl?

Dabei wird dieser Urinstinkt, dieses Urbedürfnis nach Zugehörigkeit angesprochen.

Selbstliebe anstelle Systemliebe

Wie im Kleinen, so im Großen. Die Kriege im Inneren des Menschen finden oftmals zwischen der Loyalität und der Liebe zu einem System und der Liebe zu sich selbst statt.

Wenn die Selbstliebe die Oberhand gewinnen kann, auch gegen all die verinnerlichten Glaubenssätze/Gewissensgründe der Systeme, Familie, Gesellschaft, Religion usw.,

also des Systemgewissens, können auch die Kriege unter den großen Systemen dieser Welt ein Ende finden.

Die Menschlichkeit, die Liebe zum Leben und den Mitmenschen, die Liebe zu allem was lebt, zu Natur und Kreatur, kann zu Beweggründen unseres Verhaltens werden.

Jeder kann dazu seinen persönlichen Beitrag leisten.

„Selbstliebe anstatt Systemliebe!“

Mit diesem kleinen Ausflug in das Thema Gewissen wünsche ich Euch allen, ein offenes Herz für die Liebe, einer Liebe zu sich selbst, die wir in der Tiefe unseres Herzens bereits sind und die nicht von außen auf uns zukommt, zu der wir nicht erst werden müssen, weil wir sie in unserem Innersten bereits sind.

Mit herzlichen Grüßen aus Krumbach



Helmut Laber

Helmut Laber - Raum für Selbstfindung und Coaching

[Selbstfindungs-Aufstellungen](#)

[Selbst-Integration](#)

[Blockade-Aufstellungen](#)

[Familien-Aufstellungen](#)

[Rückführungstherapie](#)

[Transformations-Therapie](#)

[Kabbala-Lebens-Analyse](#)

Bildnachweis: Trauma und System ©Ute Spingler, entstanden auf einem meiner Seminare in Luhmühlen bei Lüneburg.