

Wenn die Kinder ausgezogen sind



Verfasst von Lisa O. Engelhardt

Illustriert von R. W. Alley

Aus dem Amerikanischen von Anja Schmidtke

SILBERSCHNUR  VERLAG



Alle Rechte vorbehalten.

Außer zum Zwecke kurzer Zitate für Buchrezensionen darf kein Teil dieses Buches ohne schriftliche Genehmigung durch den Verlag nachproduziert, als Daten gespeichert oder in irgendeiner Form oder durch irgendein anderes Medium verwendet bzw. in einer anderen Form der Bindung oder mit einem anderen Titelblatt als dem der Erstveröffentlichung in Umlauf gebracht werden. Auch Wiederverkäufern darf es nicht zu anderen Bedingungen als diesen weitergegeben werden.

Originally published in the USA under the title “Empty Nest Therapy”
Copyright der Originalausgabe: Text © 2014 by Lisa O. Engelhardt; Illustrations © 2014 by Saint Meinrad Archabbey; published by CareNotes, St. Meinrad, Indiana 47577

Copyright der deutschen Auflage © 2020 Verlag »Die Silberschnur« GmbH

ISBN: 978-3-89845-644-9

1. Auflage 2020

Satz: XPresentation, Göllesheim
Übersetzung: Anja Schmidtke
Druck: Finidr, s.r.o. Cesky Tesin

Verlag »Die Silberschnur« GmbH · Steinstr. 1 · 56593 Göllesheim
www.silberschnur.de · E-Mail: info@silberschnur.de

Vorwort

Als unser Sohn zum Studieren an die Uni ging, war das eine große Umstellung für mich. Ich vermisste unsere Gespräche und seinen scharfen Verstand. Ich vermisste seine Sportturniere, seine Schulveranstaltungen und die anderen Eltern, die unser soziales Netzwerk geworden waren.

Eine Woche nach seinem Auszug sagte mir mein Sohn am Telefon, die Leute im Wohnheim seien für ihn wie eine "zweite Familie". Ich wusste nicht, ob ich erleichtert sein sollte, dass er so gut zurechtkam, oder verärgert, dass seine Familie nach 18 Jahren anscheinend so leicht zu ersetzen war!

Zweck der Elternschaft ist es, Kinder so aufzuziehen, dass sie eines Tages alleine in der Welt zurechtkommen. Doch ein "leeres Nest"

kann Eltern gefühlsmäßig sehr zu schaffen machen. Es ist eine Zeit, die traurig und einsam machen kann, aber auch neue Freiheit und Erfüllung bringen kann.

Allmählich gewöhnte ich mich daran, dass mein Sohn nicht mehr zu Hause war, und kam dabei zu einigen Erkenntnissen, die ich gerne mit dir teilen möchte. Mögen sie dir helfen, über dein leeres Nest hinwegzukommen und wieder ganz neu darin aufzuleben!

1.

Dein Kind zieht weiter - an die Uni, in seine eigene Wohnung, in die Ehe. Du hast ihm sichere Wurzeln und Flügel gegeben. Gratuliere dir zu deiner guten Arbeit!



2.

*Zweck der Elternschaft ist es,
Kinder so zu aufzuziehen und
vorzubereiten, dass sie eines Tages
alleine in der Welt zurechtkommen.
Aber dieser Wendepunkt kann dich
in ein ziemliches Gefühlschaos
stürzen.*



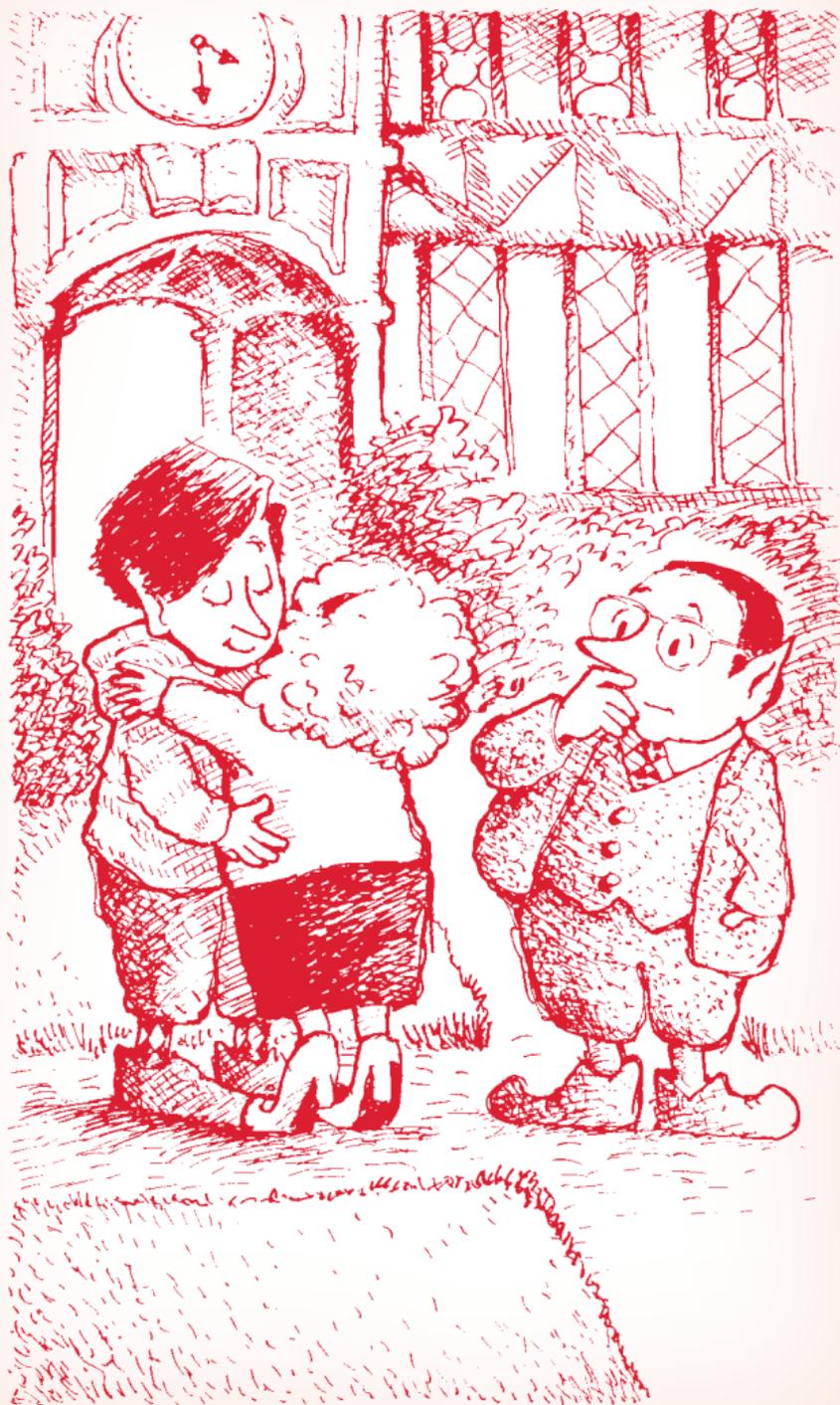
3.

Natürlich bist du stolz, dass dein Kind diesen Meilenstein geschafft hat, aber vielleicht fühlst du dich gleichzeitig auch traurig und leer. Akzeptiere deine Gefühle, welche auch immer es sind.



4.

Vielleicht kommt es dir so vor, als sei dein Kind dir entwachsen oder brauche dich nicht mehr. Aber dein Kind braucht dich auch weiterhin – nur auf eine weniger “direkte” Art.



Die Geschichte der Elfenhelfer-“Elfen”

Die einnehmenden Gestalten aus der Elfenwelt, welche die “Elfenhelfer”-Publikationen des Silberschnur-Verlages bevölkern, erschienen erstmals 1987 auf den Seiten eines kleinen Selbsthilfe-Buches des Verlags One Caring Place, St. Meinrad, Indiana, das sich “Sei-gut-zu-Dir-Therapie” nannte.

Von den Mitarbeitern des amerikanischen Verlags liebevoll gestaltet und entworfen, erblickten die “Elfenhelfer” in der englischsprachigen Reihe “Elf-Help-Books” mit einem auf Deutsch nicht gänzlich wiederholbaren Wortspiel zwischen Elf-Help (Elfen-Hilfe) und Self-Help (Selbst-Hilfe) das Leben.

Dank der einfallsreichen Illustrationen von R. W. Alley erlangten die kleinen Wesen ihre endgültige Gestalt und lebten erstmals die sanften Ratschläge der Autorin Cherry Heartman (und später vieler weiterer Verfasser) mit Charme, Treffsicherheit und Humor vor.

So haben die “Elfenhelfer” begonnen, uns mit erhellenden Einsichten und Aussichten zu helfen, das Leben lichter und unmittelbarer zu sehen. Unter der Devise “Heller statt schneller” geben sie uns Hilfsmittel an die Hand und ans Herz, die sich als nahrhaft für das Gedeihen unseres eigentlichen Wesens und als wesentlich für unser Dasein erweisen. Daher auch der Name “Elfenhelfer”, der zeigen soll, dass wir erhellende Gedanken und Hilfe durch die liebevollen Elfen erhalten. Sie bereichern uns mit Gefühlen und Hinweisen, die unseren seelischen Himmel aufklären können und die mit der warmen Weisheit und dem leuchtenden Gewahrsein unserer Herzen in wohlthuende Resonanz treten.

Der Widerhall bei den Lesern war so enthusiastisch, dass bald schon mehr Elfenhelfer-Selbsthilfebücher auf dem Weg waren; eine immer noch wachsende Reihe, die auch eine Anzahl verwandter Geschenk- und Gedenk-Artikel – und inzwischen auch eine Elfenhelfer-Reihe für Kinder – inspirierte.

Dem überaus liebenswerten Charakter des kleinen männlichen Elfen der ersten Bücher, der mit Vergnügen seine Elfenmütze trägt, die von einer lebhaften, alle Stimmungsänderungen mitmachenden Kerze gekrönt ist, hat sich inzwischen ein beherztes weibliches Elfenwesen mit Blumen im Haar angeschlossen.

Diese zwei überschwänglichen, feinfühlig, findigen, warmherzigen und liebenswerten Geschöpfe – zusammen mit ihrer lebhaften Elfengemeinschaft aus kleinen und großen Elfen – berühren und enthüllen uns, was wirklich wichtig ist. Sie senden uns Botschaften von Freude und Verwunderung, von spielerischer Munterkeit und von Mitschöpfung, von Ganzheit und heiterer Gelassenheit – Botschaften vom Wunder des Lebens und vom Mysterium der göttlichen Liebe.

Die feinfühlig Elfen helfen uns, den oft schwierigen Alltag und die Anforderungen des modernen Lebens zu meistern, indem sie uns mit einer Prise zauberhafter Nostalgie dazu bewegen, auch einmal einen Gang zurückzuschalten, das Leben gelassener zu sehen und allem mit Ruhe und Bedacht zu begegnen. Mit verschmitzter Stimmigkeit, launiger Weisheit und großer Herzenswärme demonstrieren die zauberhaften Elfen mit den etwas längeren Nasen so den Elfenhelfer-Weg zu einem reichen und erfüllenden Leben.