

Inhalt

Vorwort zur vierten Auflage 13

Einleitung 15

- 1 Zwillinge – ein seltenes Phänomen? 17
- 2 Interview mit einem Spezialisten für pränatale Medizin:
Docteur Sartenaer 19
 - Das Leben eines werdenden Kindes in der Gebärmutter 19
 - Wenn sich mehrere Eizellen eingenistet haben 23
 - Gestorbene Zwillinge im Ultraschall 24
3. Von der Zeugung zur Geburt 27
- 4 Die Einnistung von Zwillingen 31
 - Zweieiige Zwillinge 31
 - Eineiige Zwillinge 33
 - Es gibt auch eineiige Mehrlinge 35
 - Die seelische Bedeutung von verschiedenen Zwillingstypen 35
- 5 Die Häufigkeit von Zwillingen zu Beginn der Schwangerschaft 37
 - Was kann man im Ultraschall erkennen? 39
 - Wie häufig werden Zwillinge geboren? 42
- 6 Schwangerschaft durch künstliche Befruchtung 45
 - Wann ist eine künstliche Befruchtung angemessen? 46
 - Wie funktioniert eine künstliche Befruchtung genau? 48
 - Die Vorbereitung 49
 - Die Stimulation 49
 - Empfängnis im Labor 50
 - Der Embryotransfer 51

- Wie viele Frauen werden tatsächlich schwanger? 52
Finanzielle, körperliche und seelische Belastungen der Frau und des Paars 52
Samenspende mit fremden Spendersamen 53
Sind im Labor gezeugte Kinder anders? 54
Warum entstehen so viele Mehrlinge? 56
- 7 Mehrlingsreduktion nach Hormonbehandlung und künstlicher Befruchtung 58**
Mehrlinge sind ein großes Problem 58
Wie eine Mehrlingsreduktion gemacht wird 59
- 8 Der Embryo nimmt wahr und erinnert sich 62**
1. Das Feldgedächtnis 65
2. Das außerkörperliche Gedächtnis 67
3. Das körpergebundene Gedächtnis 68
Das Hören 69
Was hört ein werdender Mensch? 70
Der Tastsinn 71
Das Schmecken 72
Das Sehen 73
Die große Vernetzung: Gehirn und Körper als Informationsspeicher 74
Was ein werdender Mensch erinnert 76
- 9 Der gestorbene Zwilling verschwindet – Wohin? 78**
Die Bedeutung des Mutterkuchens für das Kind nach der Geburt 79
Die Plazenta – Philosophie und Kult in Bali und Australien 80
Der eingewachsene Zwilling 80
Die Seele des verlorenen Zwilling 84
- 10 Lebende Zwillinge sind tief verbunden 88**
Die rettende Umarmung 89
Zwillinge teilen sich die Fähigkeiten auf 90

Das lebensprägende Drama bei der Geburt 91

Eine Ausnahme: Wenn Zwillinge sich überhaupt nicht verstehen – Christian und Ingo 93

11 Ein Zwilling stirbt bei der Geburt 95

Die Zwillingsschwester starb bei der Geburt – Christoph 95

Der Zwillingsschwestern starb kurz vor der Geburt – Marianne 96

12 Das Drama im Mutterleib 98

Als ich meinen Bruder verlor – Thomas erzählt 99

Die Gelernte Hilflosigkeit 100

Die versuchte Abtreibung 101

13 Bemerkt die werdende Mutter den Tod eines Zwilling? 103

14 Eine Hebamme erzählt 105

Der versteinerte Fötus – Das „Steinkind“ 107

15 Einsamkeit, Panikattacken, Schuldgefühle, Bindungsängste ...

Die Symptome des allein geborenen Zwilling 109

1. Körperlische Auswirkungen beim allein geborenen Zwilling 109

Organische Fehlbildungen 109

Hörschwierigkeiten 109

Sehschwierigkeiten 110

Verwachsungen an der Wirbelsäule 110

Der eingewachsene Zwilling – Dermoidzyste und Theratom 110

Gehirntumor 111

Verwachsungen an den Geschlechtsorganen 112

2. Psychosomatische Auswirkungen 113

Schwindelanfälle 113

Enge in der Brust/Herzschmerz 113

Panikattacken, Zitterkrämpfe, Herzrasen, Schüttelfrost und Todesangst 113

Panikattacken 114

Schüttelfrost und Zähneklappern 115

Hauterkrankungen 117

Koliken 117

Weitere psychosomatische Störungen 118

3. Psychische Auswirkungen des frühen Verlustes 119

Schuldgefühle 119

Schuldgefühle – weil man mehr Glück hat als der Andere 119

Schuldgefühle – weil man dem Anderen Platz weggenommen hat und er deswegen gestorben ist 119

Dieters Schuldgefühle 120

Schuldgefühle – weil man den Anderen „verschlungen“ hat 121

Schuldgefühle – weil der Überlebende dem Anderen nicht helfen konnte und ihn nicht am Leben halten konnte 121

Einsamkeit 122

Einsamkeit und Depression 124

Wochenbettdepressionen 124

Depressionen – Mein erster Winter seit 10 Jahren ohne Depression 125

An Freunden „kleben“ 125

Kraftlosigkeit 125

Chronische Müdigkeit und Schlafkrankheit (Narkolepsie) 126

Verfolgungsgefühle, Angst vor Berührungen und

Panik im Fahrstuhl 127

Eifersucht 127

Träume vom Mörder und seinem Opfer 127

Hauthunger 128

Neigung zu schweren Fehlschlägen und Misserfolgen im Beruf 130

Schwierigkeiten, Kinder zu bekommen 130

Die Sehnsucht in den Tod – zu dem verlorenen Zwilling 131

16 Mit einem Bein beim Zwilling im Totenreich 132

Janina hat Diabetes 133

17 Die rechte und die linke Gehirnhälfte bei Zwillingen 135

Zwillinge sind nicht gleich, nicht einmal eineiige 135

Der kleine Peter und seine Rechenschwäche 137

18 Schwierigkeiten im Leben des allein geborenen Zwillings 139

Bei allein geborene Zwillinge spiegelt sich der Andere
im Alltag wieder 139

Der Beruf 141

Bin ich erfolgreich, verrate ich meine Zwillingsschwester –
Kathrin 142

Die Seele wurde mir bei der Abtreibung aus dem Leib gerissen –
Barbara 142

Tiere ersetzen den fehlenden Zwilling 143

Sophias Hund 143

Der Tod von Janinas Katze 144

Das Pferd 144

Die große Suche nach dem Zwilling in der weiten Welt 145

In der Schwulensauna – Christoph 146

Das Loch in Aura – Charlottes seelischer Hunger 147

Wenn der Tod eines Nahestehenden die Erinnerung an die große
Katastrophe aufweckt 149

Meine Oma ist gestorben – Monika 149

Gewaltige Eifersucht – Doris 150

Ekel vor sich und vor dem Partner – Monique 152

19 Beziehungen: Allein geborene Zwillinge lieben anders 155

Einige allein geborene Zwillinge suchen tiefe Nähe in der
Partnerschaft – Der „Schmelzzwilling“ 161

Andere allein geborene Zwillinge vermeiden tiefe Nähe in der
Partnerschaft – Der „Fluchtwilling“ 162

Jeder kann nur nach seiner eigenen „Beziehungsmelodie“ leben 163

Endlich die richtige Frau gefunden – Hermann 164

Die verzweifelte Suche nach Nähe – Andrea erzählt 165

Wenn eine Trennung nicht gelingt – Johannes 167

Wenn nur einer den anderen begehrt – Heiner erzählt 169

Nicht mit Dir und nicht ohne Dich – Gabriele erzählt 170

Zwölf Jahre ohne Partner – Kathrin	173
Die Dreiecksbeziehung – Marianne erzählt	173
20 Schwierigen Kindern fehlt manchmal der Zwilling	175
Françoise kann nachts nicht schlafen	176
Bob, das „Ritalin-Kind“	178
Der verlorene Zwilling in Kinderzeichnungen	179
21 Wenn Eltern einen Zwilling verloren haben	181
Wenn Eltern ihr Kind zu sehr lieben	181
Natascha vertritt den Zwilling für ihren Vater	183
Übung: Ein Kind mit Elternkraft oder als Zwillingsersatz halten	184
Gefärbte Haare, um die verlorene Zwillingschwester der Mutter zu ersetzen – Colette erzählt	184
Wenn allein geborene Zwillinge Mutter werden	185
Eine andere Dynamik im Vergleich: Manchmal vertreten Kinder die Jugendliebe	187
Verwirrung in der Mutter-Kind-Beziehung	188
Irene hat Migräne – ihr fehlt Halt von der Mutter	188
Panik, keine gute Mutter zu sein – Nadja	190
22 Der fehlende Zwilling in Verbindung mit weiteren seelischen Belastungen	192
Der schwule „Busenfreund“ – Monika	192
Halt im Leben – Anja	194
Kein Liebesglück mit der schönsten Frau der Welt – Hans	195
Manche Autisten haben einen Zwilling verloren	196
Manche Magersüchtige haben einen Zwilling verloren	197
Allein geborene Zwillinge und Drogen	198
Tanzen und Kuscheln: Renata erzählt	199
Angstzustände nach Einnahme von LSD: Leon erzählt	199

23 Den verlorenen Zwilling wiederentdecken 201

Wie können wir wissen, ob jemand einen Zwilling verloren hat? 201

1) Innere Bilderreisen 203

2) Körperliche Erfahrungen in der Regression:

Das Erleben in der Gebärmutter szenisch nachstellen 206

3) Familienaufstellungen 207

4) Kinesiologischer Muskeltest 208

5) Warmwasser-Tiefenentspannung (Aqua-Release®, Watsu®, AquaVida ...) 209

Rebekka erzählt von einer Aqua-Release®-Sitzung in den Quellen von Satumia 210

6) Arbeit am Tonfeld – Regressionstherapie mit feuchtem Ton 211

Mama ich bin so einsam 211

7) Rebirthing/Holotropes Atmen 213

Kann man diese Methoden auch bei Kindern anwenden? 213

24 Auf dem Weg zur Heilung 215

Der Andere 216

Nicht jeder verlorene Zwilling wiegt gleich schwer 218

Die Heilung des inneren Schockzustandes 218

Homöopathische Arzneimittel 219

Klopfen von Akupunktur-Druckpunkten 220

Unterstützung von Schockheilung über die Augenmuskulatur 221

Feinstoffliche Energiearbeit/tachyonisierte Heilsteine 222

Damit die Schuldgefühle aufhören 223

Heilsame Rituale 225

Vorsicht vor Elefanten im Porzellanoladen 228

Das schwere Schicksal mancher allein geborener Zwillinge 229

Jaqueline 230

Wenn jemand seine Erfahrung eines Zwillinges wieder bezweifelt oder abschneidet 231

Andere Ereignisse, die scheinbar ähnlich wirken wie ein verlorener Zwilling	232
Von der Todessehnsucht zum Lebenshunger	234
Interview mit Lara:	234
25 Du hast mich niemals wirklich verlassen	239
26 Künstler, Einfühlsame, Weise	
Die Stärken des überlebenden Zwillings	242
27 Musiker auf der Suche nach dem verlorenen Zwilling	244
Die heimliche Sehnsucht Michael Jacksons	244
Sehnsucht in Songtexten	244
Georges Moustaki – Ma solitude	245
Leonard Cohen – Suzanne	246
Alfred Ramoda Austermann – Sehnsucht	247
Udo Lindenberg – Stark wie zwei/Ich zieh meinen Hut	248
Herbert Grönemeyer – Demo	251
Silly – Tamara Danz – Asyl im Paradies	252
Cat Stevens/Yussuf Islam – My Lady d'Arbanville	253
28 Verlorene Zwillinge in Märchen	254
Brüderchen und Schwesternchen	254
Rapunzel	256
29 Aus Leserbriefen an die Autoren	260
Schlusswort	284
Autoren	286
Alfred Ramoda Austermann	286
Bettina Austermann	286
Danksagung	287
Quellenverzeichnis und Literaturhinweise	288