



# Alleingeborener Zwilling

# Du weißt oder ahnst, dass Du am Beginn Deines Lebens nicht allein warst.

Du hattest einen Zwilling  
oder vielleicht sogar mehrere  
Geschwister im Mutterleib.

Diese Erstanlage ist Dein Ursprung,  
das Du warst zu zweit/ zu dritt noch  
völlig uneingeschränkt in Deiner  
Kraft. Es ist wichtig, erst einmal  
darauf zu schauen.

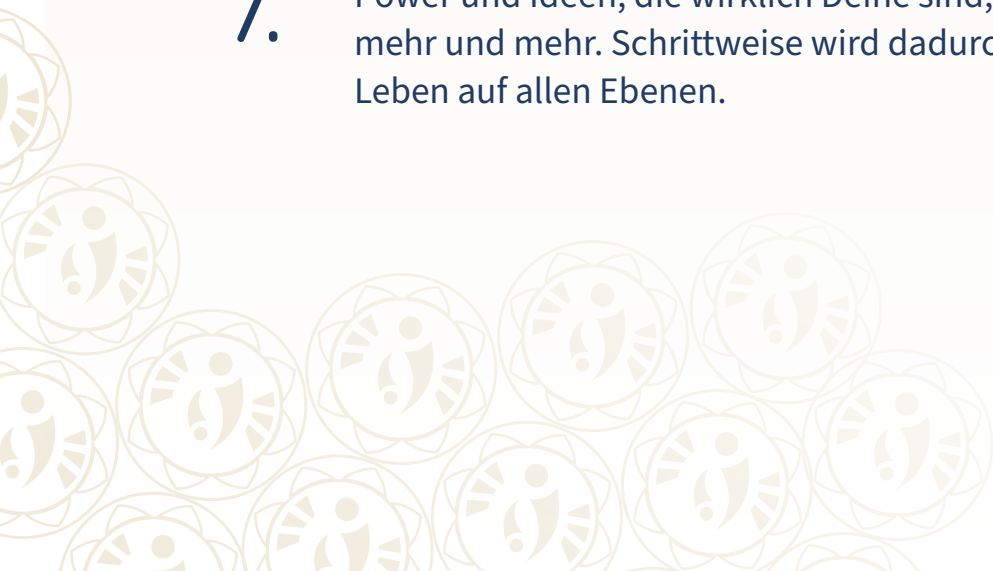
Danach kamen Ereignisse, Traumata die Dich auch  
geprägt haben. Diese Prägungen haben Spuren in  
Dir hinterlassen. Spuren, die Du wahrscheinlich  
als einschränkend empfindest. Es ist nicht schön,  
sondern sehr schmerzvoll, so früh aus seinem ur-  
sprünglichem Sein herausgeholt zu werden, wenn  
der Zwilling neben Dir so früh stirbt.

Jedes Trauma hat aber auch die Funktion und  
somit die Chance von Wachstum. Als Antwort auf  
außergewöhnliche Umstände oder Ereignisse  
entwickeln wir Fähigkeiten, die wir unter normalen  
Umständen nie entwickeln würden. Diese Fähig-  
keiten sind Dir vielleicht noch nicht bewusst.



# Es lohnt sich auf alle Fälle das Trauma „Verlorener Zwilling“ in die Heilung zu bringen.

1. Du verbindest Dich wieder mit Deinem ursprünglichem Sein, mit Deiner Erstanlage.
2. Daraus wird Dir eine Menge Power - Energie zufließen und Deine Vision für Dein Leben wird sichtbarer. Du wirst viel weniger manipulierbar sein. Durch Mangel, egal ob emotional, körperlich, mental, spirituell, begeben wir uns meist in Abhängigkeiten und sind dadurch leichter zu beeinflussen.
3. Du kannst mehr und mehr Deine, im traumatischen Ereignis entwickelten, Fähigkeiten integrieren und für Dich nutzen.
4. Dadurch hast Du viel mehr Handlungsmöglichkeiten und neue Ideen (Informations - Energie) fliegen Dir leichter zu.
5. Beides, neue Power und neue Informationen wandeln z.B. den Schmerz aus der Prägung des Traumas um.
6. Die Gestaltung Deines Lebens jetzt rückt wieder in den Vordergrund.
7. Power und Ideen, die wirklich Deine sind, verschönern Deinen Alltag mehr und mehr. Schrittweise wird dadurch ein erfülltes und reiches Leben auf allen Ebenen.



# Die 3 bestimmenden Faktoren

Das sind die wesentlichen Faktoren, die das Erleben des Embryos bestimmt haben. Aus den Eindrücken daraus und aus der Verknüpfung dieser Faktoren sind genau die Prägungen entstanden, die uns heute manchmal das Leben schwer machen.

## WICHTIG

die Aufgabe des Embryos ist  
- WACHSEN, WACHSEN, WACHSEN

---

Er hat **Körperwahrnehmungen** (spüren, hören und jede Menge feinstoffliche Sensoren) und **Emotionen** (fühlen), er kann noch nicht! Denken und schon garnicht reflexiv, er kann also sein Erleben nicht einordnen.

1. Der Verlust

2. Die Sterbebegleitung

3. Die eigene Lebensbedrohung meistern

# Der Verlust

Wenn ein Mensch, den wir lieben oder mögen stirbt, haben wir typische Gefühle und durchlaufen einen Prozess der Trauer.

## Gefühle

Wir erleben bekanntermaßen einige Gefühlswallungen, wenn ein Mensch, der uns nahe steht, stirbt. Das ist oft eine äußerst intensive Zeit.

Falls wir uns die nötige Zeit für die Trauerarbeit nehmen können.

Schmerz, Zorn, Wut, Schuld, Trauer, Verzweiflung, Einsamkeit, Frustration, Depression, Hoffnungslosigkeit, Angst, Akzeptanz

Die gleichen Gefühle fühlten wir als Embryo, als der/ die Andere gegangen ist.

---

## Trauerphasen

Die Psychotherapeutin Verena Kast hat bei ihrer Forschung diese 4 Trauerphasen herausgefunden.

Diese 4 Phasen durchlaufen wir also, wenn wir trauern. Egal ob jetzt, als Erwachsene oder damals als Embryo.

- 1. Nicht wahr haben wollen**
- 2. Aufbrechend Gefühle**
- 3. Suchen und sich trennen**
- 4. Neuer Selbst- und Weltbezug**

Jede dieser Phase ist von bestimmten Gefühlen geprägt. Die einzelnen Phasen gehen zwar linear ineinander über, doch geht es manchmal nochmal in die Phase davor zurück um diese noch mehr zu stabilisieren. Dann fühlt es sich an, als geht es nur hin und her und scheinbar nicht voran.

# Die Sterbebegleitung

1. Das geliebte Wesen neben uns stirbt und wir reagieren entsprechend auf sein gehen, wir begleiten es.
2. Zuerst ist da vielleicht eine Irritation: Was ist los mit dem Anderen? Wir nehmen wahr, die Energie des zusammen seins verändert sich und zieht sich zurück.
3. Vielleicht ist der Andere in Not. Manchmal ist es ein langsames Sterben und Verabschieden und manchmal geht alles ganz schnell z.B. bei Einwirkung von außen (z.B. Abtreibung, Unfall).
4. Egal wann und wie es passiert, wir wollen es verhindern, für uns und für den Andern. Natürlich werden wir alles tun um den Teamplayer und Spielkameraden behalten zu können.
5. (das kennst Du vielleicht aus Deinem Beziehungsverhalten jetzt)
6. Also helfen wir so gut wir können, helfen, helfen, helfen und retten wollen, bestimmen in dieser Situation unser Handeln.
7. Wenn wir merken, die Aufgabe ist für uns zu groß (Wer kann schon die existenziellen Lebensprozesse aufhalten ?) wenden wir uns oft ab, mehr oder weniger abrupt und wenden uns unseren eigenem Lebenserhalt zu. Daraus können Schuldgefühle entstehen, die später nicht erklärbar und einordenbar sind.



# Den eigenen Lebenserhalt sichern

Wenn eine Frau mit Mehrlingen schwanger ist, sind die Schwangerschaftshormone in ihr höher als mit nur einem Kind. Stirbt ein Embryo im Mutterleib, gibt es Irritation im Hormonhaushalt. Der Körper der Mutter hat zunächst die Idee: „die Schwangerschaft ist vorbei“ und die Schwangerschaftshormone gehen runter. Es dauert dann eine Weile, bis der Mutterkörper begreift „Da ist ja noch jemand“, erst dann bauen sich die Schwangerschaftshormone wieder auf. Das kann schnell oder allmählich gehen. (eine halbe Stunde bis 1-2Tage).

Diese Zeitspanne des „Hormonlochs“ ist eine ganz real lebensbedrohliche Situation für den Embryo. Hier kämpft der Embryo um's Überleben. Er entwickelt dabei wichtige lebenserhaltende Strategien. Dieser Überlebenskampf hält manchmal ein lebenslang an, wenn etwas in uns noch nicht begriffen hat, das der Kampf schon lange vorbei ist, der Embryo ihn schon gemeistert hat.

Übrigens, bei jeder großen Veränderung in unserem eigenen Hormonhaushalt:

Pupertät, Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett, Fehlgeburt, Wechseljahre erinnert sich etwas in uns an diese Kopplung von hormoneller Irritation und Lebensbedrohung.

Auch ein unerfüllter Kinderwunsch kann damit zusammen hängen.

Es ist also extrem stressig, was Du am Beginn Deines Lebens durch dieses Trauma erlebt und gemeistert hast. Daraus sind Glaubenssätze und Muster entstanden.

Die Verknüpfung dieser 3 Faktoren und die Tatsache, dass der Embryo das Geschehen nicht reflexiv einordnen kann, prägt wahrscheinlich unbewusst Dein Verhalten und damit Deinen Alltag in verschiedenen Bereichen.

**Heilung und Transformation ist immer möglich und wichtig damit Dein Leben, unser aller Leben reicher und schöner wird.**





Du willst Deine Traumaheilung aktiv gestalten?

**Du kannst jederzeit im  
12-Wochen-Transformationsprogramm einsteigen:**

[Jetzt einsteigen](#)

 **OneTwin**  
Academy • Annett Petra Breithaupt

Spirituelle Begleitung LLC  
Annett Petra Breithaupt  
30 N Gold St Ste N  
82801 Sheridan  
Wyoming  
USA

[annett.breithaupt@onetwin-academy.de](mailto:annett.breithaupt@onetwin-academy.de)

**Termine unter: 0172 – 715 56 72**

