

Eigentlich zwei (aus Spuren Nr. 51)

Über zwei Drittel aller Zeugungen führen zu mehreren Befruchtungen, doch weniger als zwei Prozent aller Geburten sind wirklich Zwillinge. Embryonen verschwinden aus dem Mutterbauch, ohne dass die Eltern es bemerken. Doch viele Menschen suchen später jahrelang nach dem verlorenen Geschwister.

Neugeborene haben keine Gefühle – bis in die siebziger Jahre hinein herrschte diese Ansicht in weiten Kreisen der medizinischen Welt vor. Entsprechend war der Umgang mit den Kleinen: Gleich nach der Geburt wurden sie rüde an den Beinen gepackt und mit dem Kopf nach unten erst mal wie ein Stück Leder tüchtig durchgeklopft. War ein operativer Eingriff nötig, erfolgte der ohne Narkose. Gewalt und Übergriffe an wehrlosen Babys gehörten zum guten Ton des Fortschrittzeitalters. Bis heute sind in Geburtskliniken weiter verletzende Verhaltensweisen anzutreffen, der Kulminationspunkt für die gefühllosen Berührungen von Neugeborenen liegt aber eindeutig in der Vergangenheit.

Die Auswirkungen von damals prägen aber möglicherweise unsere Gegenwart: Das unglaubliche Gewaltszenario aus den Gebärsälen hat sich inzwischen auf die Strassen, in die Wohnstuben und in die Schulhäuser verlagert – die einst als kleine Wesen so sehr Gebeutelten schlagen als Jugendliche oder Erwachsene zurück und behandeln andere Leute ebenso gefühllos, wie sie selber im ersten Kontakt mit dieser Welt behandelt worden sind.

Vorgeburtliche Kinderstube

Fachleute gehen davon aus, dass bei der Zeugung, während der Schwangerschaft und bei der Geburt die Grundlagen für jene Muster und Modelle gelegt werden, welche das Leben später entscheidend prägen. Der amerikanische Psychologe David Chamberlain spricht vom vorgeburtlichen Schulzimmer, in welchem die Föten ein breites Spektrum von Erfahrungen machen. Die italienische Ärztin und Psychoanalytikerin Alessandra Piontelli konnte mittels Ultraschallaufnahmen aufzeigen, dass Kinder schon im Mutterbauch ihre Umgebung wahrnehmen und Beziehung aufnehmen. Sie sind dazu fähig, mit anderen Lebewesen im Fruchtwasser und ausserhalb des Mutterleibs in Verbindung zu treten. Föten wurden dabei beobachtet, wie sie mit einem Zwilling spielten, stritten oder ihn liebkosten. Piontelli schloss daraus, dass schon Ungeborene mit einem enorm feinen Sensorium wahrnehmen und dabei ihre Erfahrungen sammeln und auch Gefühle zeigen. Verhaltensweisen, wie sie im Ultraschall beobachtet werden konnten, zeigten sich in vergleichbarer Form später auch bei den Babys: Sie hüpfen, turnten, spielten und streichelten sich im Fruchtwasser genau so wie nachher ausserhalb des Mutterbauchs. Nicht selten spüren Mütter in wegweisenden Momenten auch ein aussergewöhnlich heftiges Kicken des Ungeborenen.

Zustand von Trance und Ekstase

Die Annahme, dass Föten und Neugeborene gefühllos sind, gilt heute in der pränatalen Psychologie als absurd. Forschende glauben, dass die Gefühlswelt dieser jungen Lebewesen sogar stärker entwickelt ist als jene der Erwachsenen, die mit ihnen durchs Leben gehen. Der deutsche Pränatalforscher Ludwig Janus spricht von einem Zustand der Ekstase und Trance, in dem sich vor allem Ungeborene gefühlsmässig befinden. Ein Zustand, wie er für Erwachsene im Alltag kaum mehr erlebbar ist – wonach aber viele mit allen Mitteln, auch gesetzlich verbotenen, suchen. Föten und Babys haben hingegen einen direkten Draht zu dieser Welt intensiver Wahrnehmung. Sie lieben die nonverbale Kommunikation und sind begierig auf Resonanz. In Beziehung zu treten, ist für sie elementar. Ihre Bewegungsmuster stehen oft in direktem Kontakt zu den draussen gesprochenen Wörtern und deren Klang. Ungeborene bewegen sich zum Beispiel im Rhythmus der Sprache ihrer Mutter.

Leben Föten im Fruchtwasser mit einem Geschwister, so teilen sie mit ihm die Emotionalwelt. Das ist durch Pionieruntersuchungen deutlich geworden. Freude, Lust, Angst und Trauer sind für diese Wasserwesen Ausdruck von Leben. Und an Erlebtes können sie sich später minutiös erinnern – obwohl Zentralnervensystem und Gehirn erst dabei sind, sich zu entwickeln. Gespeichert werden die Erfahrungen vom Erlebnisgedächtnis, das ohne sprachliches Denkvermögen funktioniert. Erfreuliche Erfahrungen werden ebenso wie traurige ins spätere Leben mitgenommen.

Der erste Kindstod

Das Wissen aus der Zwillingsforschung ist auch für Alleingeborene von Belang. Gemäss neusten embryologischen Erkenntnissen entstehen nämlich bei vielen Zeugungen zwei oder mehr Embryos – auch wenn später nur ein Kind geboren wird. Die amerikanische Pränatal- und Zwillingsfachfrau Elizabeth Noble geht davon aus, dass der Anteil von zwei oder mehr befruchteten Eizellen am Anfang der Schwangerschaft bei achtzig Prozent liegt. Der Körpertherapeut und Babyforscher Ray Castellino aus Kalifornien hat in der medizinischen Fachliteratur Hinweise darauf gefunden, dass in den USA ungefähr aus siebzig Prozent aller Zeugungen am Anfang Zwillings- oder gar Mehrlingsschwangerschaften werden.

Dem steht die Tatsache gegenüber, dass es effektiv je nach Land nur zu ein bis zwei Prozent Zwillings- oder Mehrlingsgeburten kommt. Das bedeutet, dass auf dem Weg zur Geburt viele Embryonen sterben. Meistens passiert es ohne das Wissen der Eltern. Oft tritt der Tod bereits kurz nach der Zeugung ein, spätestens aber vor der sechsten Schwangerschaftswoche. Weil von aussen der Herzschlag eines Fötus erst nach knapp vier Wochen wahrnehmbar ist, hat ausser dem überlebenden Embryo häufig niemand etwas gemerkt – auch Ärzteschaft und Hebammen nicht.

Unbewusster Verlust

Ganz neu ist das Phänomen vom verlorenen Zwilling in der medizinischen Welt trotzdem nicht: Mehrlingsschwangerschaften, bei denen nur ein Kind lebend geboren wird, sind seit langer Zeit bekannt. So verbot beispielsweise eine Tiroler Hebammenverordnung aus dem 18. Jahrhundert ausdrücklich, nicht geborene, sogenannte Mondkinder zu taufen. Seit die Diagnose mittels Ultraschall nahezu zur Perfektion entwickelt worden ist, können Zwillingsschwangerschaften visuell im ersten Drittel der Schwangerschaft immer besser erkannt werden. Im Wissen um die hohe Sterblichkeit in dieser Phase wird der Befund den Eltern jedoch meist nicht mitgeteilt, konstatiert der Münchner Psychotherapeut Norbert J. Mayer in seinem Buch *Der Kain-Komplex*. Den werdenden Eltern soll dadurch ein Trauerprozess erspart werden.

Übergangen wird dabei aber jenes Lebewesen, das von der Existenz des zweiten oder gar eines dritten oder vierten Embryos auch weiss: das überlebende Baby. Es hat Stunden, Tage oder Wochen Raum und Zeit in der Gebärmutter mit ihm geteilt. Weil niemand im Umfeld vom stillen Drama im Mutterbauch weiss, tragen die Überlebenden den Verlust später einsam und in der Regel unbewusst mit sich herum.

Wie gross die Trauer um unterwegs verlorengegangene Geschwister sein muss, illustriert Ray Castellinos Vermutung, dass die Beziehung zwischen eineiigen Zwillingen noch stärker ist als jene zwischen Mutter und Kind. Zahlreiche Fälle aus seiner Praxis haben ihn zu dieser Annahme geführt. Er verweist in diesem Zusammenhang auch auf viele Schriften aus Mystik und Romantik, in denen das Verschmelzen mit einem anderen als die reine Form von Liebe beschrieben wird. Der Zwilling erscheine dort als bedeutendster Archetyp, der in sich die folgenschwere Verwirrung zwischen dem Verschmelzen mit Gott und dem Verschmelzen mit einem Liebhaber trage. Wegen diesem Konflikt habe er keine Autonomie und könne kaum selbständig leben. Das Paradies hat der Alleingeborene, der eigentlich ein Zwilling ist, nach Castellinos Erkenntnissen im Zustand des Verschmelzens erlebt.

Fehlende Grenzen

Oft begeben sich Menschen, die im Mutterbauch von einem Geschwister verlassen wurden, ein Leben lang auf die Suche nach einem Partner, mit dem sie ebenso verschmelzen können wie einst mit dem Zwilling in der Gebärmutter. Immer wieder scheitern sie dabei, weil nach einer bestimmten Zeit entweder sie selber, der Partner oder die Partnerin aus der Verbindung aussteigen – womit sich das geheimnisvoll im Unbewussten wirkende pränatale Muster wiederholt, ohne dass die Person weiss, was für eine treibende Kraft am Werk ist. Castellino glaubt, dass solche Menschen in einer Beziehung oft mehr auf das Gegenüber fokussiert sind als auf sich selber. Es kommt zu Beziehungskonfusionen, weil sie vom anderen mehr wissen als von sich selber. Dieses Ungleichgewicht hat häufig den Bruch der Beziehung zur Folge.

Der versteckten Zwillingodynamik begegnet der Therapeut und Forscher aus Santa Barbara aber nicht nur häufig in seiner Praxis. Er hat sie auch an sich selber erfahren, wie er offen erzählt: "Ich habe die meiste Zeit meiner Jugend damit verbracht, mit Knaben und Männern meines Alters zwillingsartige Beziehungen zu bilden. Sie waren nicht sexueller Art, sondern sehr brüderlich. Es

gab keine klaren Grenzen, und ich hatte grosse Schwierigkeiten, mich von ihnen zu unterscheiden. Mir war nicht klar, wer eigentlich sie waren und wer ich." Das gleiche Muster habe er später auch in seine Frauenbeziehungen und in die erste Ehe hineingetragen. "Ich war immer auf der Suche nach diesem körperlichen und emotionalen Kontakt, wie er für Zwillinge typisch ist, und hatte dadurch unglaublich hohe Erwartungen an meine Beziehung. Ich war so verwirrt und mit den Frauen derart verschmolzen, dass ich wieder nicht wusste, wer ich wirklich war. Das wurde mehr und mehr zu einer Belastung, und daran scheiterte letztlich die Ehe."

Die Vermutung, einen wenige Tage nach der Zeugung verstorbenen eineiigen Zwillingenbruder gehabt zu haben, tauchte für Ray Castellino erstmals während einer spontanen Regression inmitten einer Gruppe von etwa siebzig Leuten auf. "Sie bildeten einen Kreis um mich und bedankten sich tanzend und singend für meine mehrjährige Arbeit als Verbandspräsident. Plötzlich erlebte ich zwei Realitäten zur gleichen Zeit. Eine spielte sich tatsächlich inmitten der Gruppe ab, die andere erschien aus dem Erinnerungsgedächtnis, war aber für mich erstaunlicherweise ebenso echt wie das, was sich effektiv im Raum abspielte." In dieser Regression habe er seinen Zwillingenbruder gesehen und ihn auch körperlich und emotional gespürt. "Es zog mich direkt zu einem Mann hin, ich umarmte ihn und fühlte mich sehr glücklich. Wie ich mich kurz darauf wieder wegbewegte, rannen mir Tränen die Wangen hinunter. In meiner Regression hatte ich ihn als den verlorengegangenen Zwilling identifiziert." Es habe einige Jahre gebraucht, um dieses Erlebnis zu reflektieren und zu verdauen. Seither könne er sich von anderen klar abgrenzen und dadurch auswählen, wie er sich jemandem gegenüber in einer bestimmten Situation verhalten wolle. "Ich muss meine Zwillingen Erfahrung nicht mehr länger suchen und fühle mich dadurch viel freier. Es ist schön zu wissen, dass ich einen engen Freund hatte, der mir dabei half, in dieses Leben zu kommen."

Sehnsucht nach Ganzheit

Wenn wirklich mehr als zwei Drittel aller Schwangeren anfänglich eine doppelte oder mehrfache Befruchtung in sich tragen, kann davon ausgegangen werden, dass das bisher wenig beachtete Phänomen in vielen Familien und ziemlich sicher auch in jeder psychologischen Praxis zu finden ist. Der Winterthurer Körperpsychotherapeut Hanspeter Ruch, der in seiner Arbeit ebenfalls immer wieder auf das Phänomen des verlorenen Zwillingen stösst, teilt zwar die amerikanische Häufigkeitsannahme nicht und spricht von "nur" zehn bis zwanzig Prozent Wahrscheinlichkeit, als Zwilling gezeugt und als Einzelkind geboren zu werden. Er weist aber vehement darauf hin, dass mit den künstlichen Befruchtungen die Bedeutung dieses Themas zunehmen wird, weil da die Mehrfachbefruchtungen klar die Regel sind. Die verzweifelte Sehnsucht und Suche nach etwas, das ein Gefühl von Ganzheit möglich macht, umschreibt Ruch in seinem noch nicht veröffentlichten Manuskript *Die Wurzeln unserer Geschichte verstehen lernen* analog zu Castellino und Mayer. Er schildert das Beispiel von Karin, die im Verlauf der Aufarbeitung ihrer Kindheit mit ihrer schwierigen Steissgeburt und Erlebnissen aus der

vorgeburtlichen Zeit in Berührung kam. Ohne vorher davon eine Ahnung gehabt zu haben, entdeckte sie in der Therapie einen Zwillingenbruder, mit dem sie die erste Zeit der Schwangerschaft teilte, der aber nicht überlebte. Sie beschrieb das Gefühl des überraschenden Zusammenkommens als etwas Einzigartiges: "Ich war nie vorher und nie nachher so glücklich wie mit meinem Zwillingenbruder." In ihrer Ehe hatte sie unter Gefühlen von Verlust und Unvollkommenheit gelitten, was immer wieder zu anstrengenden Auseinandersetzungen mit ihrem Mann führte. Sie hatte lange das Gefühl gehabt, etwas Unbestimmtes verloren zu haben, ohne zu wissen, was es war. Weder früher in ihrem Leben noch in der Partnerschaft hatte sie es finden können. Heute ist sie davon überzeugt, dass dieses Gefühl, verlassen, hilflos und ausgeliefert zu sein, bereits vor der Geburt seinen Ursprung hat.

Die Bedeutung des Bondings, des emotionalen Verbindungsaufbaus in der Gebärmutter, streicht in seinem Bildband *Twins* auch Raymond Brandt heraus. Ein zwillingenloser Zwilling fühle sich, als ob ein Teil von ihm plötzlich verdunste und sich verflüchtige. Das werfe ihn in einen Abgrund des endlosen Ausschauhaltens und Suchens. Wie direkt eineiige Zwillinge wahrnehmungsmässig miteinander verbunden sind, erlebte Raymond Brandt beim Tod seines Zwillingenbruders Robert. Beide arbeiteten bei der gleichen Elektrizitätsgesellschaft. Als der Zwillingenbruder an einem unerwartet starken Stromschlag starb, fühlte der mehrere Kilometer entfernt arbeitende Raymond einen elektrischen Stoss durch seinen Körper gehen. Wie der Vorgesetzte ihm kurz darauf vom Tod des Bruders berichten wollte, ging Raymond auf ihn zu und sagte, er wisse, dass sein Bruder tot sei. Raymond Brandt beschreibt, was Pränatalforscher immer stärker annehmen: dass auch verlorengegangene Zwillinge bei ihren überlebenden Befruchtungspartnern tiefe Spuren hinterlassen – weil die Verbindung in der Gebärmutter so nah, intensiv und ekstatisch war.

Erkennen und Verabschieden

Oft zeigen sich Hinweise auf verlorene Zwillinge in Träumen. Norbert J. Mayer schwört zudem auf Rückführungen, David Chamberlain auf Hypnose und Ray Castellino auf cranio-sacrale Behandlungen, um verlassenen Zwillingen Informationen aus dem Erlebnisgedächtnis zu entlocken. Mayer glaubt zudem, dass die Überlebenden einen grossen Drang verspüren, ihren verschwundenen Partnern aus jener glückseligen Zeit in den Tod zu folgen. Bei Menschen mit grosser suizidaler Gefährdung vermutet er deshalb unentdeckte Zwillingenzeugungen. Er will auch beobachtet haben, dass sich bei dieser Personengruppe das vorgeburtliche Muster insofern wiederholt, als viele früh den Tod eines ihnen lieben Menschen zu beklagen haben. Zudem ist er davon überzeugt, dass bei den Betroffenen eine übersteigerte Schuldbereitschaft zu erkennen ist.

Mayer interpretiert den schicksalsbedingten Vorteil der überlebenden Person – sie darf leben, das Geschwister ist gestorben – als einen Kain-Komplex. Um die Schuld abzubüssen, opfere der betreffende Mensch sein Lebensglück und werde dadurch zum falschen Helden, da diese Verhaltensweise weder ihm noch dem Verstorbenen etwas nütze. Mayer, Schüler des für seine

Familienaufstellungen berühmten Therapeuten Bert Hellinger, glaubt, für die Auflösung dieses Komplexes die einzig anwendbare Methode gefunden zu haben: Erst gehe es ums Erkennen der Zwillingsgeschichte und dann ums Auflösen über eine Differenzierung zwischen dem, was damals war und dem, was heute ist. Durch initiatische Atemtherapie wird der Klient dazu gebracht, gestaute Emotionen zu entladen. Das Drama im Mutterbauch muss anschliessend gewürdigt und mit Worten, die der Therapeut vorgibt, verabschiedet werden. Für Mayer ist damit die Vergangenheit aufgearbeitet und die Ordnung im System wieder hergestellt.

Auffallend ist, wie der Münchner Therapeut immer wieder versucht, die Komplexität des Lebens auf die aufgeladene Schuld und die zu erbringende Sühne zu reduzieren. Dadurch wird bei der Interpretation eines verlorenen Zwillings etwas Zwanghaftes deutlich. Nicht zu übersehen ist auch der moralische Mahnfinger, der bei seiner systemischen Begründung stets mitschwingt: Es besteht eine klare Vorgabe, was absolut richtig und was absolut falsch ist. Mit vorgeschlagenen Worten wird dem Klienten die Lösung eingetrichtert. Gehorsames Nachsprechen wird erwartet. Es offenbart sich eine Lust, den autoritären Priester zu spielen, der aus seiner Machtposition heraus vorgibt, was wie zu sein hat und wer sich wann und wo vor wem zu verneigen hat.

Hellingens Schatten ist hier unschwer auszumachen.

Bedeutend offener befasst sich Ray Castellino mit dem Syndrom des verlorenen Zwillings. Er strebt zwar ebenfalls eine Differenzierung zwischen Vergangenem und Gegenwärtigem an und bezieht auch die Vorfahren in die Behandlungsweise ein. Castellino arbeitet aber fast nur mit inneren Impulsen, die beim Klienten auftauchen, und versucht entdeckte Traumata in Etappen aufzulösen. Die Lösung taucht von innen her auf und wird nicht von aussen vorgegeben. Der Klient muss selber einen Weg suchen, wie er sich von altem Ballast aus der Ahnenreihe befreien kann, bevor es ums Erkennen und Verabschieden der Zwillingsgeschichte geht. Autonomie heisst das Ziel – ohne die Zwillingszugehörigkeit zu verlieren. Castellino spricht nie von Schuld und Sühne, stattdessen aber von Scham, Wut und Kummer, die aufgrund der heiklen Geschichte zu schlechten Gefühlen führen.

Gefahr der Projektion

Der Arzt und Körperpsychotherapeut Beat Meuli* entdeckte während der Arbeit mit Castellino, dass er zusätzlich zum lebenden (zweieiigen) Zwillingsbruder Hans* ursprünglich auch noch einen eineiigen Zwilling hatte, der während der Schwangerschaft verschwand. Diese Entdeckung half ihm, sein lebenslanges grosses Dilemma zu verstehen: Scheinbar endlos hatte er versucht, seinem lebenden Zwillingsbruder zu helfen, wenn dieser in Nöten gewesen war. Hans hatte sich kategorisch geweigert, Hilfe anzunehmen. Die Beziehung war nicht nahe, wie es bei Zwillingen häufig ist. Beat wollte viel mehr Nähe und Verschmelzung als Hans, deshalb entzog sich ihm dieser ständig. Mit seiner Auswanderung nach Kanada ging Hans auch geographisch auf Distanz. Durch das Wissen um den verschwundenen eineiigen Zwilling konnte Beat Meuli plötzlich erkennen, dass er die vorgeburtliche eineiige Verschmelzungstendenz auf Hans projiziert hatte, er also mit ihm das zu leben versuchte, was er mit dem verschwundenen Geschwister einst

erlebt hatte. Mit dem Trauerprozess um den verlorenen Zwilling erkannte er aus sich heraus, dass er zu Hans fortan eine neue Form von Beziehung leben wollte. Konkret konnte er ihn daraufhin mehr in Ruhe lassen. Worauf etwas Erstaunliches geschah: Hans schien in der Ferne zu merken, dass Beat seine Projektionen von ihm weggenommen hatte – und plötzlich meldete er sich beim früher so gemiedenen Bruder. Heute sind sich die beiden trotz der grossen Distanz ihrer Wohnorte viel näher als je zuvor.

* Namen auf Wunsch der Betroffenen verändert

Dr. Urs Honauer ist Leiter des Zentrums für Innere Ökologie und des Polarity Bildungszentrums in Zürich. Neben seiner Praxistätigkeit unterrichtet er u.a. Somatic Experiencing, Polarity und Authentische Kommunikation: polarity.se