

FAMILIENAUFSTELLUNG – Wege in die Kraft Teil 2 Was kann eine Familienaufstellung

Das Gefühl, seine Aufgabe im Leben gefunden zu haben, in der ureigenen Kraft zu sein und sich mit seinen Mitmenschen, Partner, Eltern, Kindern im Einklang zu wissen, sind wesentliche Voraussetzungen, um das Leben gut zu nehmen.

Wie die Arbeit Bert Hellingers gezeigt hat, ist der Mensch nicht nur Spiegel seiner Umwelt und Genetik sondern auch Ausdruck seiner Herkunft und den Taten und Handlungen seiner Vorfahren. Das System in dem wir großgeworden sind (unsere sog. Herkunftsfamilie), prägt uns ohne bewusstes Tun für unser weiteres Leben. Niemand Geschehenes in Familien ungeschehen machen. Unsere Familiengeschichte ist ein Teil unseres Wesens, unserer Herkunft und Lebenserfahrung.

Wir alle tragen unser unbewusstes Bild von diesem System in uns. Es bestimmt unser Verhalten und unsere Beziehungen. Stärkt oder schwächt uns. Macht uns krank oder gesund. Wir können gegen diese Erfahrungen kämpfen, wir können sie idealisieren oder ausschließen.

Aber wenn wir uns nicht von alten Belastungen befreien können und uns immer wieder blockiert fühlen, weil wir unbewusst verstrickt oder gebunden sind, fehlt auch die Kraft einen neuen Standort zu beziehen. Alte Glaubens- & Verhaltensmuster bestimmen so weiter unser Leben und verhindern eine Neuorientierung und positive Erweiterung unseres Blickwinkels.

Durch das Familienstellen können Dynamiken, die unser Leben und unsere Beziehungen unbewusst, zum Teil schicksalhaft mitgestalten, ans Licht kommen. So kann es z.B. sein, das wir über unbewusste Identifizierungen Schicksale von ehemals zur Familie gehörigen Mitgliedern nachahmen oder stellvertretend Gefühle anderer übernehmen. Manchmal bis hin zur Selbstaufgabe.

Familienaufstellungen verändern diese oft traumatischen Geschehnisse nicht. Sie helfen jedoch, durch die Sicht auf die tieferen Zusammenhänge, Einsichten und Lösungen freizusetzen, die bis dahin hinter unseren Vorstellungen und Urteilen verborgen waren.

Aufstellungsarbeit ist ein Instrument das uns herausschält aus den Verstrickungen unserer Vorfahren und gibt uns die Möglichkeit, ein weit weniger belastendes Leben zu führen.

Kräfte, die im eigenen Leben, bzw. Schicksal der ganzen Familie und den dazu gehörenden Personen wirken, können besser verstanden und wertfreier erfassen werden. Ein neuer Zugang zu Verwirrungen, Störungen und Krankheiten in den Familien wird gewonnen. Es setzt Kräfte frei, wie sie in dieser Intensität in der Psychotherapie selten erfahrbar werden.

Oft erweist sich erst die Einsicht in das unbewusste Beziehungsgefüge der Familie mit all seinen Folgen, als Ausgangspunkt für eine lebensbejahende Veränderung.

An die Stelle von z.B. unbewusster Nachahmung kann die wirkliche Anerkennung der Personen und Geschehnisse in der Familie treten, so wie sie waren und sind.

Das bedeutet mitunter auch, der verborgenen Liebe, der Schuld, der Angst, dem Schmerz oder der Wut mit innerer Offenheit zu begegnen, statt sie zu verleugnen. Auf diese Weise ebnet sich uns ein Weg, auf dem wir schrittweise das Getrennte oder Ausgeschlossene in uns verbinden und versöhnen können. Die Perspektive, in Verbindung mit etwas Größerem zu gehen, entsteht, um so versöhnend auf das eigene Leben und die Familie zu schauen.

Dies ist ein Prozess, welcher die Schöpfungskraft des Herzens nutzt, um Getrenntes und Ausgeschlossenes in uns zu versöhnen. Von diesem Ort aus, kann das Geschehene zu einer besonderen Kraft werden, die unserem Leben und dem unserer Kinder dient. wer mit seinen Ahnen ins Reine kommt, ist frei für sich selbst. Dessen Kinder sind frei.

Aufstellungen unterstützen in vielfältigen – immer jedoch wesentlichen – Bereichen unseres Lebens:

- Familiäre Konflikte
- Beziehungsprobleme
- Berufsfindung und Karriere
- Psychosomatik und Burn-Out
- Therapeutische Supervisionsanliegen
- Wiederkehrende seelische und psychische Belastungen
- Begleitung bei traumatischen Ereignissen in der Gegenwarts- oder Herkunftsfamilie
- Orientierung in Lebenskrisen (Trennung, Krankheit, Verlust ...)
- Klärung von Lebensfragen

Familienaufstellungen geben uns die Möglichkeit, den nächsten notwendigen Schritt in unserem Leben zu erkennen und gehen zu können, wie es unserem jeweiligen Schicksal entspricht. Wir erleben uns im Kontext der vielen Generationen vor uns und damit eingebunden in Ereignisse und Überzeugungen, die unser Leben bestimmen. Die Einsicht in zuvor Verborgenes bewegt uns und gibt Kraft zur Integration, zum Innehalten und Weitergehen.

Auch für mich hat die Aufstellungsarbeit vieles in Bewegung gebracht und den Blick geweitet im Dienste des Flusses des Lebens. Ich konnte am eigenen Leib erfahren, dass Familienmitglieder wieder zueinander gefunden haben. Meine Hornhautverkrümmung und viel Lebenskampf der vorher vorhanden war, verschwanden einfach. Mein Leben hat an Leichtigkeit und Kraft gewonnen. Und meine Familie ist wieder vollzählig.

Als Familienaufstellerin arbeiten zu dürfen, empfinde ich als eine tiefe Gnade, die mich selbst immer wieder sprachlos macht und tief bewegt.

Gerne stehe ich Ihnen mit meinem Wissen zur Seite, um das nächste Notwendige mit Ihnen zu betrachten.

Aufstellungen können in Einzel- oder Gruppenarbeit erfolgen.