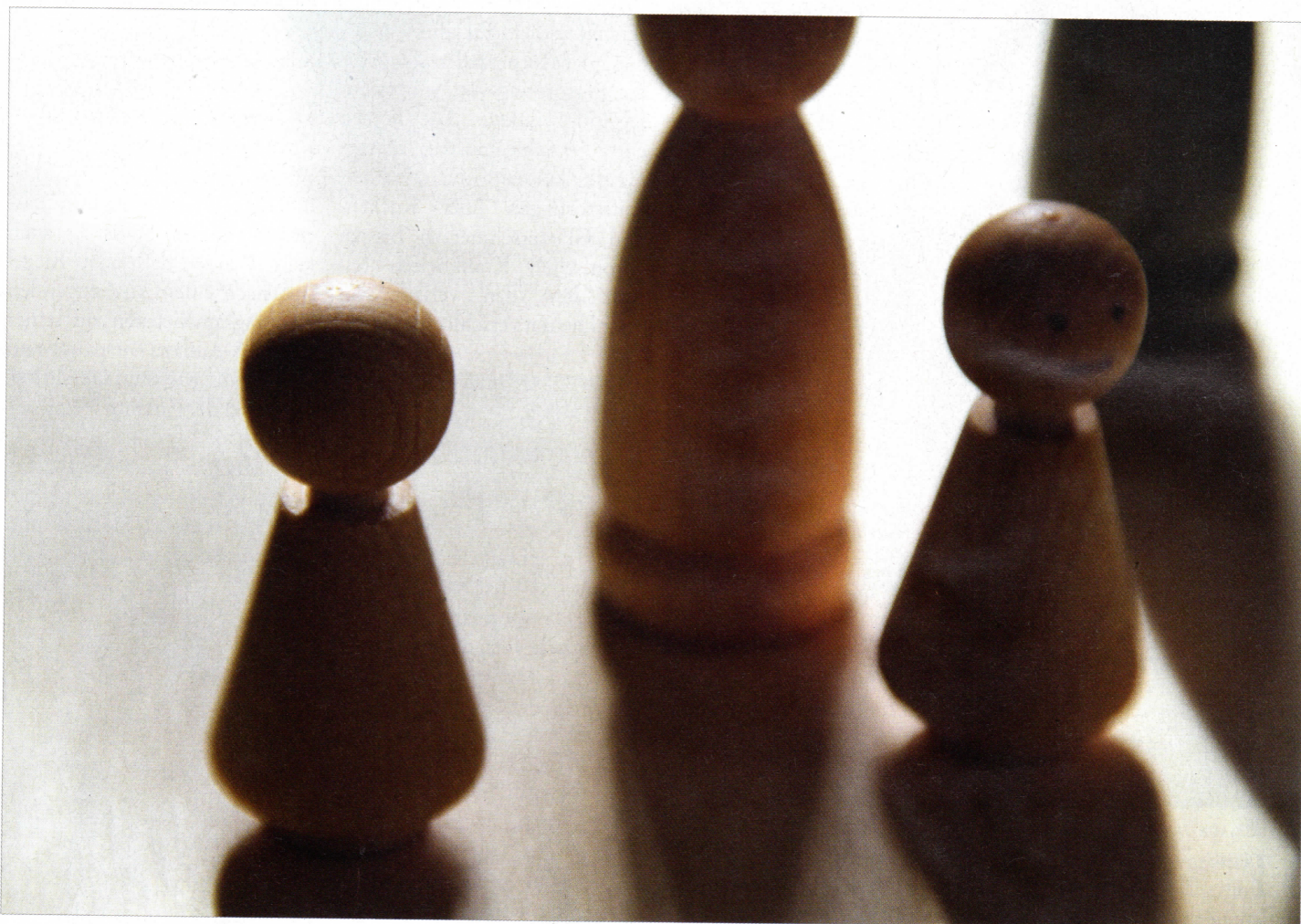


Mit Aufstellungsarbeit Einsichten in (innere & äußere) Zusammenhänge gewinnen – Teil 2

Fast jede/r hat schon einmal etwas über Aufstellungsarbeit gehört oder gelesen. Die Aufstellungsarbeit basiert auf der Annahme, daß persönliche Probleme, Konflikte oder auch z.B. perspektivische Fragestellungen sich oft aus den Zusammenhängen eines größeren, systemischen Kontextes heraus und/oder durch unbewußte (Psycho-)Dynamiken der modellierten Wirklichkeitssysteme ergeben. Bei einer Aufstellung werden ins Räumliche hinein verschiedene Facetten und Qualitäten bzw. Personen oder auch »Introjekte«, die mit dem Thema zusammenhängen, aufgestellt.



Alle möglichen Themen können im Feld auf Zeugenschaft warten: Trauma-Erfahrungen, Verstrickungen in früheren Zeiten, geheime Beziehungen, verlorene Kinder, Selbstmorde, psychische Erkrankungen, Suchtdispositionen usw.

Es gibt keine perfekten Familien, wir sind hineingeboren in eine Geschichte, und die Frage dabei ist, was ist meine Aufgabe in diesem Feld, mit meinem Wesen, mit meinen Schätzen, die ich mitbringe. Was ist in meinem Leben wichtig, was will mit mir in

Resonanz kommen als Intention für den nächsten Entwicklungsschritt.

Im Grunde handelt es sich bei der Aufstellungsarbeit um Forschungsarbeit. Der Raum und die Menschen, die sich darin bewegen und darin sind, bilden ein Forschungslabor,

Experimentierfeld, der Selbst- und Gemeinschaftserforschung. Gelingt es, in der gegenwärtigen Aufmerksamkeit, das aus dem Feld zu schöpfen, was dran ist, entstehen durch die Öffnung Bewegungen, die uns unvorbereitet und »unvorausgedacht« etwas eröff-

nen, das vollkommen überraschend und neu ist....

Aus dem eigenen Raum herausgestellte Gefühle, Beziehungen, Situationen wollen wieder »hinein«, wieder zum System gehören, ein angenommener und geliebter Teil sein vom Ganzen. Und nur in diesem Hereinnehmen und Heimkommen ausgegrenzter Anteile können wir die »Gefühlsverklumpungen« wieder kultivieren, das heißt mit ihnen annehmend umgehen und sie verstehen, sie ausdifferenzieren und integrieren lernen. Sind die Anteile herausgestellt, bleiben sie dort, wie sie sind, im unveränderbaren Zustand und darben ungesehen, nicht entwicklungsfähig, dahin. Mit den ausgeschlossenen Qualitäten fällt es dann schwer, seinen ureigenen Platz in Leben zu finden.

Gestaute Lebensenergie reaktivieren

Das Leben läßt sich symbolisch mit einem Fluß vergleichen. Wie der Fluß aus der Quelle entspringt und im Meer mündet, ist ein Menschenleben eingespannt zwischen Geburt und Tod. Solange wir uns im Fluß des Lebens bewegen, fühlen wir uns lebendig. Wenn dieser Lebensfluß in uns sich aufstaut und ins Stocken gerät oder sogar in seinem Fluß unterbrochen wird, aus welchen Gründen auch immer, z.B. traumatische Erfahrungen, Vorausbefürchtungen in die Zukunft, innere Konflikte, die sich nicht verflüssigen lassen und deshalb unser System blockieren, oder weil wir keine Wir-Bewegung mit den widerstreitenden Kräften anstoßen können, fallen wir aus dem kraftvollen Energielevel der Gegenwärtigkeit und der wachen, bejahenden Aufmerksamkeit, aus der Bejahung des

nächsten Augenblicks, was auch immer dort geschehen soll.

In solchen Situationen der Selbstblockade, möglicherweise mit chronischer Unbeweglichkeit, die Druck und Leid erzeugt und keinen Ausweg findet, entstehen Krankheiten aller Art. Es kommt zu einer Art Stillstand des Lebens, der wiederum Panik und neurotische Ängste auslösen kann, um unser System aus der Bewegungslosigkeit aufzuschrecken, aber eben leider in einer kopflosen Qualität, um des »Überlebens willen«. Die Stauungen der Lebensenergie können sowohl psychischer als auch physischer Natur sein. Insofern kann es zu psychosomatischen Reaktionen kommen, die sich körperlich auswirken, aber psychisch bedingt sind.

Mit Hilfe der Aufstellungsarbeit kann die Stauung der Lebensenergie, die als energetische Blockade wahrnehmbar ist und Inhalte transportiert, aufgesucht, ans Licht geholt und im Zuge der entstehenden Prozeßereignisse möglicherweise auch in ihrer Bedeutung verstanden werden. Ziel der Aufstellungsprozesse ist es, die Lebensenergie wieder ins fließen zu bringen, das Leben wieder lebenswert zu erfahren oder mindestens die Stelle, an der es nicht weitergeht, bewußt zu fühlen und sie in unserem Bewußtsein als momentanen Zwischenstand anzunehmen und anzuerkennen.

Krise als Weckruf der Seele

So leidvoll Krisen auch sind, bleibt es wichtig, deren tiefgründigen Sinn zu erschließen. Sie sind keine Schikanen des Schicksals, sondern aus dem Unbewußten kommende Blockaden, um uns innehalten zu lassen und dem Sinn der

Krise auf die Spur zu kommen – und zu verstehen, welche Inhalte sich hier austragen wollen.

Trotz alledem stellen Lebenskrisen subjektiv eine enorme Belastung in der Lebensbewältigung dar. Die Begegnungen der verschiedenen Stellvertreter/innen und die durch sie verkörperten Anteile öffnen Raum und Zeit und schaffen eine Qualität von Zeitlosigkeit, in der wir eher schöpferisch-intuitiv geführt werden, als daß wir selbst führen. Die mit dem feststeckenden Konfliktthema verbundenen Inhalte gewinnen nach und nach Form/Gestalt und werden mehr und mehr in ihrem Thema zur Gewißheit.

Lassen wir den Prozeß geschehen, ereignen sich oft vorab undenkbar Zusammenhänge und Lösungswege hinein in eine Wir-Bewegung, die

wir uns hätten nicht ausdenken können

Zusammenfassend:

Es gibt verschiedene Methoden, den Prozeß spürbarer und anschaulicher zu machen: In der Aufstellung bildet der Proband in der aufgestellten Szenerie die eigene Befindlichkeit mit Hilfe von zur Verfügung stehenden Stellvertretern (Menschen, Symbolen oder Figuren) ab. So kann anschaulich werden, welche inneren Bilder die Seele oder welche unglücklichen oder leidvollen Verknüpfungen den Klienten belasten, die vorher nicht nachvollziehbar und verständlich sich hätten in Worten ausdrücken lassen.

Konflikte haben meist auch einen oder mehrere Beziehungsanteile: diese können



**Manufaktur
für Homöopathie
Blütenessenzen &
Naturheilkunde**
seit 1987





Taschenapotheken
Handgefertigt aus echtem Leder mit der Auszeichnung „Biokreis-Leder“ (artgerechte & biologische Tierhaltung) oder aus Kork (vegan!).

Blüten-Essenzen, Sortier-Systeme, Zubehör & Bücher

Besuchen Sie unseren Internet-Shop:
www.Homöo-Set.de

Königstr. 92-94 · 89165 Dietersheim
mail: info@homoeo-set.de
fon: 07347 - 91 90 06

**ECHTE
HANDARBEIT-
MADE IN
SCHWABEN**



sich in der szenischen Darstellung anschaulich in den Raum hinein zeigen und sich in Bewegung setzen.

Diese szenische Darstellung ermöglicht es auch, sich in die andere Seite hineinzusetzen und zu erkennen, ob wir möglicherweise eigene Anteile auf andere übertragen und im anderen etwas kritisieren, was wir in uns als eigenen Anteil bearbeiten sollten.

Körper und Seele verstehen wir als kommunikative Einheit. Seelische Befindlichkeiten bedürfen des Körpers, um ausgedrückt und verstanden zu werden. Umgekehrt können körperliche Haltungen den Zugang zu seelischen Befindlichkeiten vorbahnen. Deswegen kann es in der Aufstellungsarbeit auch hilfreich sein, die Sprache des Körpers aufzugreifen, um die vermeintlich sprachlose Seele, die mögli-

cherweise stumm schreiende oder weinende, wütende oder hoffnungslose Seele zu verstehen.

Neue Blickwinkel und Perspektiven

Die Dynamik des Lebens vollzieht sich im beständigen Wandlungsprozeß von Vergehen (Loslassen) und Werden (Gestalten). Um in der eigenen Entwicklung weiterzukommen, benötigen wir oftmals eine nahezu unaushaltbare Krise, um uns den empordrängenden Themen tatsächlich auch zu stellen. Wenn der Mensch zur Aufstellungsarbeit kommt und sein Thema aufgestellt haben möchte, hat er bezüglich des Druckaufbaus schon viel Vorarbeit geleistet. Ähnlich einem Schauspieler, der, bevor er auf die Bühne geht, Lampenfie-

ber hat. Er hat den Kraftaufbau schon bewerkstelligt, der benötigt wird, um auf der Bühne glaubhaft und präsent seine Rolle zu sein.

Um die Herausforderung zu bestehen und um die gewünschte Veränderung sich selbst initiieren zu lassen, um damit die Krise dann auch vorübergehend zu bewältigen, geht es immer auch darum, welche Einstellungen, welche Glaubenssätze, welche Verknüpfungen sollen in ihrer unreflektierten Selbstverständlichkeit herausgefordert und in Bewegung gebracht werden, damit sie aus freien Stücken den bisherigen inneren und äußeren Standort verlassen, um neue Sichtweisen und neue Gefühlsqualitäten zu erfahren.

Nur wenn die Seele uns und dem gestalteten Prozeßraum vertraut, wird sie dazu beitragen, bisherige einge-

brannte Wahrheiten aufzugeben, neue Blickwinkel und Perspektiven einzulassen und unser System zu »verrücken«. Gelingt dies durch vertrauensvolle Kooperation aller anwesenden Kräfte, dann können sich bislang ungenutzte Potentiale aufschließen, ein Energiestrom zufließen, der zur zukünftigen Lebensgestaltung hinzugezogen und eingebunden werden kann.

Alles Leben ist Wandlung. Und über diesen von der Gruppe gemeinschaftlich getragenen Wandlungsprozeß entsteht tiefe Verbundenheit, gemeinsames Wissen um die prozessualen Gesetze des Lebens und ein tiefes, intuitives Wissen, um das kollektive Unbewußte, das den Urgrund unseres Handelns Heimat gibt und uns alle trägt.

Autoren

Joachim Armbrust & Sandra Rose

Praxis für Psychotherapie, Paartherapie, Supervision, Coaching, Mediation und Prozessgestaltung

Lindenweg 12, 74542 Braunsbach-Geislingen a.K.

07906 / 9417774 | 0160 / 91719672 u. 0157 / 39100038 | joachim.armbrust@t-online.de

Einjährige Ausbildung zum/r Systemischen Berater/in

Die Ausbildung beinhaltet auch die Aufstellungsarbeit.
Start: 3./4./5. Mai 2024. Die Kosten für die 6 Module (6 x 2 1/2 Tage) belaufen sich auf 1.800 €.

Aufstellungstag

am 13.10. von 10.00 -18.00 Uhr inkl Mittagspause.
TN 40 € und Aufstellende 120 €

Gemeinschaftsbildender Wir-Prozess für Offene Gruppe

Eine andere, verbundenerere und friedvollere Welt ist möglich...
11.-14. Dezember 2023, viertägiger Wir-Prozess jeweils 10.00 - 13.00 und 14.30 - 17.30 Uhr
Kosten 450 € plus MWSt. ohne Unterkunft

Alle Preise netto. Ratenzahlung ist möglich. Unterkunft kann vermittelt werden.
Ausbildungsort jeweils: Alte Schule bei der Linde



Sandra Rose
Joachim Armbrust

Wir freuen uns auf die
Zusammenarbeit.



Punkt-Genau-Seminare.de