

## Vorwort

Wir haben dieses Buch geschrieben für Helene, die sich schon immer für psychologische Zusammenhänge interessierte, schon einige Seminare besucht hat, bemüht ist, an sich zu arbeiten und so durchaus etwas mit dem Begriff Familienstellen anfangen kann. Wir wollen ihr neue Möglichkeiten eröffnen, ihre alten Muster zu erkennen und zu verändern, um sich weiter zu entwickeln.

Für Klaus, den Experten im Familien- und System-Aufstellen, der in unserem Buch vielleicht neue, sogar ihm noch unbekannte Hintergründe dieser Arbeit erfahren wird und natürlich für Ulrike, die endlich verstehen will, worüber ihre Freundin Ulla pausenlos „quatscht“. Sie will sich jetzt selbst ein Bild machen.

So war's gedacht, um nach drei Jahren intensiver Arbeit an diesem Buch festzustellen: Wir haben es auch für uns selbst geschrieben. Denn durch das Sich-Beschäftigen mit den tieferen Zusammenhängen, durch die vielen Gespräche in durchdiskutierten Nächten und durch immer wieder neue Erfahrungen in unseren Aufstellungs- und Ausbildungsgruppen haben wir unsere eigene Arbeit, die wir seit mehr als 14 Jahren intuitiv gemacht haben, jetzt bewusst begreifen dürfen.

„Schön für euch, aber was hat das mit uns zu tun?“, werden Helene, Klaus und Ulrike fragen. Der Markt bietet eine reiche Auswahl an spirituellen Ratgebern, Büchern über Aufstellungsarbeit, praktische Lebenshilfe oder Tipps, um seine Ängste, Phobien oder was immer einen plagt, loszuwerden. Und wir haben auch schon etliche davon in unserem Bücherregal.“ Und genau dafür ist unser Buch völlig ungeeignet.

Unser Buch liegt auf eurem Nachttisch, damit ihr es immer wieder schnell zur Hand habt. Denn es wird euch nicht mehr loslassen. Ihr werdet euer Leben mit neuen Augen, aus einem ganz anderen Blickwinkel sehen. Ihr werdet euch selbst und euer So-Sein verstehen, akzeptieren und dadurch unendlich viel Energie bekommen. Ihr wer-

det erfahren: Ich bin in Ordnung, genauso, wie ich bin. Und da gibt es auch nichts an oder in mir, was es loszuwerden gilt. Alles ist genau richtig und dient meiner Entwicklung. Für die Muster und Glaubenssätze, die in eurem System ausgedient haben, d. h. die euch blockieren, einschränken, immer wieder runterziehen und zurückwerfen, bekommt ihr den passenden Schlüssel in die Hand, sie so zu verändern, dass sie wieder in euer Hier und Jetzt passen und somit das tun, was ihre eigentliche Aufgabe ist: euch dienlich zu sein. Und damit hört ihr auf, Opfer zu sein. Ihr könnt euer Leben selbst in die Hand nehmen. Und dazu haben wir den „Schlüsseldienst der Seele“ eingerichtet, der euch helfen soll, die Geschichte aufzusperrern, wo auch immer die Wurzel des Übels begraben liegt.

Natürlich haben wir das Rad nicht neu erfunden, wir haben ihm nur die ein oder andere Speiche hinzugefügt, damit es sich etwas anders dreht. Na, wie klingt das? Dabei ist das einzige, das ihr beizutragen habt, offen zu sein. Denn wir arbeiten mit Begriffen wie Aufstellungsarbeit oder Rückführungs-Therapie. Das könnte zarte Gemüter wie beispielsweise Ulrike ängstigen.

Unsere Empfehlung: Folgt uns einfach. Ihr könnt ja jederzeit aussteigen. Und übrigens: Niemand weiß, ob es Vorleben wirklich gegeben hat, denn niemand ist jemals zurückgekommen als der, der er einmal war. Wichtig ist nur, welche Geschichte euer Unterbewusstsein **jetzt** zur Lösung eures Problems anbietet.

Unser Ansatz ist: Wir suchen und finden die Ursachen eurer Blockaden, beseitigen sie und schaffen damit eine Basis für die Heilung. Ist der Grund für eure Symptome erst beseitigt, dann haben diese keine Daseinsberechtigung mehr. Sie müssen sich verabschieden, denn ihr habt ihnen ihren Nährboden entzogen.

Wir hoffen, wir haben Ulrike beruhigen können und Klaus und Helene neugierig gemacht.

Besonders Klaus wird noch interessieren, dass wir die Begriffe Familienstellen und Rückführungs-Therapie aus ihren verstaubten, mysteriösen, zwielichtigen Schubladen holen, um sie auf wissenschaftliche Füße zu stellen und sie ergänzen durch einen ganz neuen Ansatz: das Kausal-Stellen. Aufstellungsarbeit und Rückführung sind solide Handwerke, die man erlernen kann, auch wenn sie sich in Feldern bewegen, die man nicht so ohne Weiteres sehen kann. Eigentlich genauso schwer nachvollziehbar, wie wenn ihr eure Scheckkarte in den Geldautomaten steckt und dieser den Chip lesen und dann das Konto öffnen kann.

Ihr werdet Behauptungen, dass nur unsere Erklärungen die richtigen sind, in diesem Buch nicht finden. Es gibt nun mal keine alleinseligmachende Wahrheit. Unsere Lösungsansätze haben sich mit unserer Praxisarbeit entwickelt und wurden immer wieder bestätigt durch die vielen Menschen, mit denen wir gearbeitet haben. Wir sprechen daher von unserer Arbeit und verzichten bewusst auf Konjunktive wie „würde“, „könnte“, „sollte“ und „hätte“. Wir teilen euch unsere Erkenntnisse so mit, wie wir sie selbst erfahren haben. Und wir hatten wunderbare Lehrer, wie Tineke Noordegraaf, Rob Bontenbal und andere, denen wir von Herzen danken für alles, was sie an uns weitergegeben haben. Unsere besten Lehrer aber waren unsere Klienten, denn alles, was wir geschrieben und entwickelt haben, wäre nicht möglich gewesen ohne sie. Ihnen gebührt unser erster und größter Dank. Danke für euer Vertrauen, für eure Treue und für die segenbringende Zusammenarbeit. Wir alle zusammen durften die Welt ein kleines bisschen verändern, und das machte und macht unendlich viel Freude.

Liebe Helene, lieber Klaus, liebe Ulrike und alle anderen Interessierten: Seid ihr dabei? Dann können wir aufbrechen zu eurer Entdeckungsreise zu euch selbst.

An dieser Stelle möchten wir auch einigen Menschen danken, die uns bei der Arbeit zu diesem Buch ganz wesentlich mit ihrer Erfahrung, ihrem Wissen, ihrem Engagement sowie Rat und Tat unter-

stützt haben. Namentlich sind dies Reintraud Häfele, Kira Kolibius, Pascale und Ralf Mathiesen, Tanja Mattes, Mirjam Mößmer sowie Meike und Norbert Naumann. Unser besonderer Dank gilt Oliver Kahl für sein Know-how und seine kreativen Ideen.

### **Und jetzt noch ein paar Anmerkungen allgemeiner Natur:**

Wir haben uns entschlossen, unser Buch in der Du-Form zu schreiben. Das hat eine tiefe Bedeutung. In unseren Aufstellungen, wo wir uns auch duzen, erklären wir die Zusammenhänge so: Mit dem Du öffnen wir unseren Klienten einen geschützten Raum, in dem sie sich sicher bewegen können, ohne Angst, dass das, was sie von sich preisgeben, gegen sie gerichtet werden könnte. Denn die anderen Gruppenteilnehmer kennen ja nur den jeweiligen Vornamen. Diesen geschützten Raum, in dem eine ganz besondere Nähe entsteht, öffnen wir jetzt auch für dich. Sei herzlich willkommen!

Hinter all unseren Fallbeispielen stehen echte Menschen und ihre Geschichten; alle Namen, Daten und Ortsangaben haben wir natürlich verändert.

Häufig gebrauchen wir in unserem Buch Begriffe mit Bindestrich wie etwa ent-wickeln. Damit wollen wir zum Ausdruck bringen, welche Wortbedeutung wirklich dahintersteckt. Die deutsche Sprache ist dabei sehr hilf- und bildreich, wie viele Begriffe zeigen. Man nehme nur Wörter wie beispielsweise ent-täuschen, lieb-äugeln, be-greifen, Zu-Fall, ver-rückt, Ohn-Macht etc.

Du findest in unserem Buch am Rand Kästen mit Merksätzen und grau unterlegte Seiten mit wissenschaftlichen Texten. Klaus wird sie vermutlich gleich lesen, für ihn haben wir sie ja geschrieben. Sie werden ihm unter Umständen neue Dimensionen eröffnen. Auch Helene wird sich bestimmt dafür interessieren. Ulrike, du kannst sie erstmal weglassen, wenn du möchtest. Sie sind nicht zwingend notwendig, um dem Inhalt zu folgen. Du kannst sie ruhig später lesen.

# Systemische und persönliche Ent-Wicklung

*Für unser Familiensystem gelten die archaischen Strukturen noch immer. Auch wenn sich heute niemand von uns mehr vorstellen kann, dass wir einmal in Horden zusammenlebten, so sind die alten Gesetze doch immer noch in uns verankert und weiterhin wirksam. Sie waren für das Überleben unserer Art zwingend notwendig und haben deshalb noch immer die höchste Priorität für unser Familiensystem.*

Damals war das individuelle Bewusstsein noch nicht entwickelt. Die Horde wurde geregelt von einem Gruppenbewusstsein, wie wir es bei einem Ameisenhaufen finden, der sich quasi aus sich selbst heraus reguliert. Alle befolgen die gleichen Gesetze, ohne dass auch nur eine Ameise diese kennt. Auch für unser Familiensystem gelten die archaischen Strukturen<sup>1</sup> immer noch und sind bindend:

1. *Jeder gehört zu seiner Gruppe.*
2. *Jeder hat darin seinen festen Platz.*
3. *Das Wohl der Gruppe geht über das Wohl des Einzelnen.*
4. *Der Rang in der Gruppe wird durch die Dauer seiner Zugehörigkeit geregelt.*
5. *Der Klügste und Stärkste führt und bildet das Zentrum der Gruppe.*

In dem Augenblick, in dem zwei Menschen ein Kind zeugen, werden sie zu Mutter und Vater. Ihr Kind gehört damit zu ihrer Gruppe, zu ihrer Familie. Mit seiner Geburt wird für alle seine Zugehörigkeit zu die-

sem Familienverbund – der Sippe – sichtbar. Als Neugeborenes bist du völlig hilflos und auf die Fürsorge anderer Menschen angewiesen, in der Regel die deiner Mutter und deines Vaters, sonst könntest du nicht überleben. Wenn alles ideal verläuft, war es dein Vater, der dich abgenabelt und auf den Bauch deiner Mutter gelegt hat. Du brauchtest unbedingt weiterhin den Kontakt, der dir neun Monate lang so vertraut war, denn du kennst niemanden in dieser neuen Welt, nur die Mama. Ihre Energie ist dir vertraut in einer ansonsten fremden und kalten Umgebung. Bei ihr gibt es Wärme, Sicherheit und Schutz. Vater ist auch da, den kennst du schon ein wenig. Mutter hatte dir, während du in ihrem Bauch warst, viel von ihm erzählt. Später lernst du auch den Rest der Familie kennen: Omas und Opas, Tanten und Onkel, Cousinsen und Cousins. Alle heißen dich willkommen, freuen sich über den Zuwachs und verstärken dein Gefühl der Zugehörigkeit und damit der Sicherheit.

So geschehen mit der kleinen Lana. Als Willkommensgruß hatten sich die Eltern ein besonderes Ritual einfallen lassen, zu dem alle Verwandten eingeladen wurden. Sie bildeten einen Kreis, und Lana, jetzt ein knappes Jahr alt, wurde in die Mitte gesetzt. Sie hatten kleine Geschenke aus der Natur dabei. Einer nach dem anderen trat jetzt aus dem Kreis heraus, beugte sich zu ihr hinab und sagte: „Lana, ich bin deine Oma, deine Cousine, dein Bruder. Ich heiße dich willkommen und habe dir etwas mitgebracht.“ Besonders rührend war ihr älterer Bruder, der ihr ein Schneckenhaus mit den Worten schenkte: „Damit du ein Zuhause hast!“ Als Baby hast du zwar noch keine Worte, um dich auszudrücken (nur schreien kannst du, aber wie!), du spürst aber durch dein emotionales Zentrum im Gehirn – dem Limbischen System, in dem Stimmungen erzeugt und empfangen werden – ganz genau, was die Menschen in deiner Umgebung über dich denken, wie sie empfinden und

*Du gehörst zu einer Gruppe und hast in deinem Familienverband einen festen Platz.*

welche Qualität ihre Worte haben. Von wegen „du bist noch viel zu klein und kannst das noch nicht verstehen“. Du bekommst alles mit. Auf deine Art natürlich, doch ist diese Art viel tief gehender und umfassender, als es sich die Erwachsenen vorstellen können. Dein Emotional-Gehirn ist der älteste Teil des Gehirns. Alle hochentwickelten Säugetiere verfügen über ein identisches Emotional-Gehirn. Die Evolution hielt es wohl für eine gute Entwicklung, darum wurde es einfach beibehalten und später durch das Großhirn ergänzt. Aber das hat nichts mit deinen

*Kinder bekommen  
ALLES mit.*

Emotionen zu tun, dafür ist – wie gesagt – allein das Emotional-Gehirn, das Limbische System, zuständig.

Das Limbische System ist eine offene Schleife, d. h. es ist von außen beeinflussbar und macht es dir so möglich, permanent „Botschaften“ anderer Menschen zu empfangen und eigene zu senden. Die dazu gehörenden Gefühle werden im Gehirn, im sogenannten Mandelkern, abgespeichert. Dadurch ist es dir auch als erwachsene Person möglich, Gefühle aus deiner Kindheit oder auch aus deiner Pränatalzeit im Verlauf einer Kausal-Aufstellung oder Rückführungs-Sitzung wiederzuempfinden.

Wenn du das Glück hast, einen liebevollen Eintritt ins Leben zu bekommen, entwickelst du meist eine positive Bindung. Du bist dann im späteren Verlauf deines Lebens eher fähig, mit Stress und belastenden Situationen umzugehen als Kinder, die einen weniger glücklichen Lebensstart hatten. Aber vergiss nicht: Dein Eintritt ins Leben hat viel mit deinem Lebensthema und dem, was deine Seele bearbeiten will, zu tun. Und in diesem Sinne geht es nicht um einen guten oder schlechten Start, sondern nur um die bestmöglichen Bedingungen für eine Ent-Wicklung im Sinne deiner Seele.

Menschen, die eine heile Kindheit ohne nennenswerte „Aktualisierungen“ erlebt haben, kommen eher selten in unsere Praxis. Unsere Klienten sind meistens Menschen, bei denen es nicht so gut gelaufen

fen ist, deren erste Eindrücke vielleicht Ablehnung und Ungeliebtsein waren, wie beispielsweise bei Anton, dessen Vater überzeugt war: „Der ist nicht von mir!“ Denn als Anton gezeugt wurde, befand er sich an der Front, seine Frau war zu Hause, ohne Nachricht von ihm. Und so ist es wohl passiert, dass sie sich mit einem anderen eingelassen hat.

Während der neun Monate Schwangerschaft war Antons Mutter nur mit dem einen Gedanken verbunden, diesen in ihr heranwachsenden Beweis ihrer Untreue zu leugnen und zu verabscheuen. Und da ein Embryo im Mutterleib nicht unterscheiden kann zwischen den Gedanken und Gefühlen der Mutter und seinen eigenen, wurde Anton schon geboren mit der Überzeugung: „Keiner mag mich! Ich bin nicht liebenswert.“

Oder das Beispiel Beatrix. Bei ihrer Geburt rief der Arzt aus: „Wie sieht die denn aus, die ist ja ganz blau!“ Und die Hebamme setzte noch eins drauf: „Das Gesicht ist ja ganz eingedellt! Das ist das hässlichste Baby, das ich je gesehen habe!“ Da Beatrix ja durch ihr Limbisches System die Botschaften empfangen hatte, wurde die Überzeugung in ihr verankert: „Ich bin hässlich. Ich bin nicht in Ordnung.“ In der Folge litt sie unter starken Minderwertigkeitsgefühlen.

Auch wenn diese ersten Eindrücke für Anton und Beatrix nicht positiv waren, gehören sie trotzdem einem Familienverbund an, mit Eltern, Geschwistern, Onkel und Tanten, Cousins und Cousinen, Neffen und Nichten. Da in uns – bedingt durch die Menschheitsentwicklung – die Überzeugung verankert ist, nur in einem Verbund überleben zu können, wird eine negative Bindung als besser empfunden als gar keine Bindung. Das ist auch einer der Gründe, warum sich misshandelte und missbrauchte Kinder oft weigern, ihre Eltern zu verlassen und in ein Heim zu gehen, wo sie es ganz sicher besser hätten. Sie würden ihre Bindung, und damit ihre Sicherheit zu überleben, aufgeben. Also lieber

*Dazugehören ist  
überlebenswichtig.*



zu einer „schlechten“ Gruppe gehören als zu gar keiner. Und wenn es schon keine positive Bindung gibt, dann musst du dich eben negativ binden. Lieber eine traumatische Bindung als gar keine! Dieses Verhalten ist fest in deinem archaischen Bewusstsein verankert, um das Überleben der Art zu sichern.

Hast du dir mal überlegt, was du alles in Kauf nimmst, um dazuzugehören? Was alles lässt du dir gefallen, obwohl es dir nicht gut dabei geht?

## Das Familienfeld

Da jeder von uns von jedem anderen körperlich (materiell) getrennt ist, entsteht die Vorstellung, wir seien überhaupt alle voneinander in jeglicher Beziehung getrennt. Diese Vorstellung gibt uns letztlich die innere Sicherheit und Bestätigung unserer anscheinend real bestehenden Individualität mit dem „Ich“ als Zentrum. Es ignoriert damit die verbindenden Anteile, die über unsere Körperlichkeit hinausgehen als Vital-, Emotional- und Mental-Feld. Dieses „Ich“ existiert in Wirklichkeit nicht. Dieses Ich ist nur deshalb notwendig, damit ich mich wahrnehmen kann im Unterschied zum Anderen. Gäbe es diese Vorstellung vom Ich nicht, wer würde dann, um ein praktisches Beispiel zu nennen, einen Vertrag unterzeichnen?

Die über den materiellen Körper hinausragenden Felder sind es, die sich gegenseitig durchdringen, miteinander in Resonanz treten und neue Felder bilden, in denen Informationen (körperlos) transportiert werden. Diese durch uns selbst sich ständig verändernden Felder bestehen über die Dauer eines individuellen menschlichen Lebens hinaus, d. h. der Tod des Individuums ist nur das körperliche Ende. Das Ende unserer Essenz, unseres nicht an den Körper gebundenen Wesens, ist es nicht. Die Gesamtheit der Essenzen aller Familienmitglieder bildet das Familienfeld.

Alle Familienmitglieder – alle lebenden, ob unter ihnen Kontakt besteht oder nicht, und alle Verstorbenen – erzeugen und verändern

die Qualität dieses Familienfeldes, wodurch wiederum individuelles und menschliches Bewusstsein erzeugt und erweitert werden kann: Dies ist ein schöpferischer Vorgang.

Von außen betrachtet sind Familienmitglieder durch Blutsverwandtschaft miteinander verbunden (also durch die gemeinsamen Gene), und von innen betrachtet verbinden uns ähnliche Energien miteinander, ähnliche Themen und Aufgaben. Wir sind uns dieser Zusammengehörigkeit durchaus bewusst, sonst gäbe es in unserer Sprache nicht Redewendungen wie „Blut ist dicker als Wasser“.

Dein Familienfeld, in das du durch deine Mutter und deinen Vater hineingeboren wirst, bietet dir zwar Schutz und Sicherheit, aber das gibt es nicht umsonst. Ab dem Moment deiner Zugehörigkeit bist du seinen Gesetzen unterworfen. Auch diese Tatsache könntest du wieder als ungerecht empfinden. Aber vergiss nicht: Es ist kein „Zufall“, dass du in diesem Familiensystem bist, denn dort wird dir genau das angeboten, was du brauchst, um deine mitgebrachten Aufgaben bearbeiten zu können. Indem das Familienfeld für Ausgleich sorgt, gibt es dir die Gelegenheit, deine persönlichen Themen zu bearbeiten.

Ein eindrückliches Beispiel für solch einen Ausgleich des Familienfeldes zeigt das Schicksal unserer Klientin Ruth, deren Vater Jude ist. Während des Naziregimes gelang ihm als Einzigem aus seiner Familie die Flucht nach England, während die restlichen Verwandten – Vater, Mutter, Onkel, Tanten etc. – in Deutschland zurückblieben und Opfer der Nationalsozialisten wurden. Ruths Vater kann über das, was er erlebt hat, immer noch nicht sprechen: Es ist ein Tabu-Thema in der Familie. Lange nach dem Krieg kehrte er mit Frau und Kind nach Deutschland zurück, jetzt offiziell Engländer mit englischem Namen und Pass. Auch Tochter Ruth, in England geboren, trägt diesen englischen Familiennamen. Aber „irgendwie ist sie nicht richtig da“. Sie fühlt sich nirgendwo dazugehörig und braucht unendlich viel Kraft, um etwas in ihrem Leben voranzutreiben.

Als wir in der Aufstellung ihre toten Verwandten dazugestellt haben, war ihr plötzlich klar, wo sie hingehört: zu ihnen! Dort war alles viel

einfacher, dort spürte sie plötzlich die Geborgenheit und die Sicherheit, nach der sie sich immer gesehnt hatte. Der Stellvertreter ihres Vaters hatte nur Augen für seine ermordete Familie, ihn überwältigte eine unendliche Trauer, er weinte hemmungslos. Diese Gefühle hatte er im wirklichen Leben nie zulassen können. Nur im Nichtfühlen, im Abspalten seiner Gefühle war für ihn der Schmerz auszuhalten. Das war seine Überlebensstrategie.

Für Ruth war es unerträglich, ihren Vater so verzweifelt zu sehen. Es wurde ihr bewusst, dass sie ihr Leben lang versucht hatte, für ihn alles wiedergutzumachen. Sie übernahm es, ihm seine Familie zu ersetzen und nahm – bildlich gesprochen – die Plätze der toten Verwandten ein. So konnte sie sich zwar einerseits der Liebe des Vaters sicher sein, war aber andererseits mehr mit Totsein als mit Leben verbunden. Denn wenn sie sozusagen bei den Toten stand, wie sollte sie sich im Hier und Jetzt zurechtfinden und tatkräftig „ihre Frau“ stehen? Ein Dilemma.

Es ist also keine Lösung, diejenigen totzuschweigen, die du unter traumatischen Umständen verloren hast, nur um den Schmerz nicht mehr ertragen zu müssen. In diesem Sinne heilt die Zeit keine Wunden, auch wenn uns der Volksmund das weismachen will. Subjektiv gesehen mag es dir mit deiner Vergangenheit und dem erlebten Leid besser gehen, wenn du schmerzhaft Erfahrungen verdrängst, um nichts mehr spüren zu müssen. Dich mag diese Überlebensstrategie zeitweise vielleicht sogar „retten“, nicht aber deine Kinder und Kindeskinde. Die Verstorbenen mit ihren unterschiedlichen Schicksalen gehören dazu, und sie haben ihren Platz im Familiensystem. Damit ist nicht gemeint, dass du „Ahnenkult“ betreiben, einen Familienaltar errichten und für jeden Verstorbenen eine kleine Holzfigur schnitzen sollst, wie es beispielsweise der afrikanische Totenkult vorschreibt. Es ist auch nicht nötig, Bilder aller Verstorbenen aufzuhängen, ihrer täglich zu gedenken oder gar all ihre Hinterlassenschaften aufzuheben, auch wenn du diese Sachen im Alltag nicht brauchen kannst oder sie dich gar behindern und belasten. Oft geht von solchen Bil-

dern und Gegenständen sogar eine schwere, niederdrückende Energie aus. Geh' doch mal in einen Trödeladen oder in einen Second-hand-Shop und spüre bewusst die Energie dort! Was dort in der Luft liegt, ist manchmal kaum auszuhalten! Denn auch an Gegenständen kleben Emotionen ehemaliger Besitzer. Nach den Gesetzen der Physik kann sich keine Energie – und Emotionen sind Energien – in Luft auflösen, sie kann nur andere Formen annehmen. Nimm zum Beispiel Wasser. Wasser kann flüssig sein, zu Eis werden oder sich als Wasserdampf verflüchtigen. Aber es wird wiederkommen, als Regen, Hagel, Schnee ... Es ist nicht „tot“zukriegten, es verändert nur seine Form.

*Energie geht  
niemals verloren.*

Worum es wirklich geht, ist die innere Einstellung zu den Ahnen. Sich bewusst zu machen: „Ich bin Teil dieses Systems, ich bin verbunden mit allen. Alle gehören dazu, was auch immer mit ihnen geschehen sein mag. Ich achte sie, ich achte ihr Leid, und ich danke ihnen für alles, was sie für das System und somit für mich getan haben.“

*ALLE  
gehören dazu.*

Wenn du in deinem Alltag mit Respekt ihrer gedenkst, und wenn du während deiner Aufstellung dich für die Trauer, die du über ihren Verlust empfindest, öffnest, sie zulässt, dann kommt etwas ins Fließen, kann verändern und heilen. Diese innere Haltung schließt niemanden aus, sie wertet nicht, verbindet alle und macht uns frei. Trauer ist dann besonders groß, wenn es sich um einen geliebten Menschen handelt. Das kann dein Mann oder deine Frau sein, Mutter, Vater, Geschwister oder ein sehr enger Freund. Frische Wunden brauchen Zeit zu heilen. Und du brauchst Zeit, deine Trauer loszulassen, und genau das willst du oftmals nicht wirklich. Denn die Trauer ist häufig das Einzige, was du noch von dem Verstorbenen hast, sonst bist du ja ganz allein. Nicht umsonst spricht man von einem Trauerjahr. Ein Jahr, in dem du dich zurückziehen kannst,

alle nötigen Schritte allein gehst, ein Jahr, in dem du alle Feste allein gefeiert hast, ein Jahr, in dem du dich Stück um Stück abgenabelt hast. Dann erst ist Heilung möglich. In diesem Sinne stimmt das Sprichwort wieder, dass Zeit Wunden heilt.

Noch folgenschwerer ist es für denjenigen, der als Kind seine Eltern verloren hat. Zu früh verstorbene Eltern hinterlassen für Kinder eine schier unschließbare Lücke. Niemand kann ihnen wirklich Mutter oder Vater ersetzen. Und jede noch so liebevolle Großmutter ist höchstens ein Mutter-Ersatz. Der Verlust eines Elternteils fühlt sich für ein Kind wie eine existenzielle Bedrohung an, die Sehnsucht nach ihm wird es ein Leben lang nicht los. Und umgekehrt fühlt es sich für Eltern, die ihre Kinder durch Unfall oder Krankheit verloren haben, so an, als höre ihr eigenes Leben auf. Sie wollten doch eigentlich Leben weitergeben.

Den Gesetzen des Familienfeldes folgend werden diese durch einen „Tod vor der Zeit“ frei gewordenen Plätze energetisch durch ein anderes Familienmitglied besetzt, auch wenn es sich dessen in keiner Weise bewusst ist. Oft mit der ebenfalls unbewussten „Absicht“, endlich gesehen zu werden. Wir sprechen von der „Suchbewegung der Seele“ (Robert Langlotz<sup>2</sup>), die jede freie Stelle, wo es Zuneigung und Liebe gibt, sofort einnimmt. Denn wenn Mutter oder Vater sich nach ihrer eigenen früh verstorbenen Mutter sehnen oder nie aufgehört haben, um ihre tote Tochter zu trauern, können sie nicht wirklich Augen und Ohren für ihre anderen Kinder haben. Wie viele Menschen haben das nicht schon schmerzlich erleben müssen?

Was haben sie nicht alles getan, um von Vater oder Mutter gesehen zu werden. Manche von ihnen verbinden ein Leben lang alles, was sie tun, mit dem Gedanken „Dann wird Vater endlich stolz auf mich sein! Dann wird er mich endlich anerkennen! Dann wird Mutter mich endlich ernst nehmen!“ Aber alle deine Bemühungen werden nichts nützen, denn wenn deine Eltern mit ihrem Herzen bei jemand anderem sind, dann können sie dich nicht wahrnehmen, egal wie sehnsüchtig du es dir wünschst und wie sehr du dich darum bemühst.

Dein Kopf sagt zwar „Hör doch endlich auf mit den alten Geschichten!“, dein Bauch jammert aber immer noch „Aber es tut doch weh“. Damit gibt dein Bauch einem verletzten Inneren Kind, das auf sich aufmerksam machen will, eine Stimme.

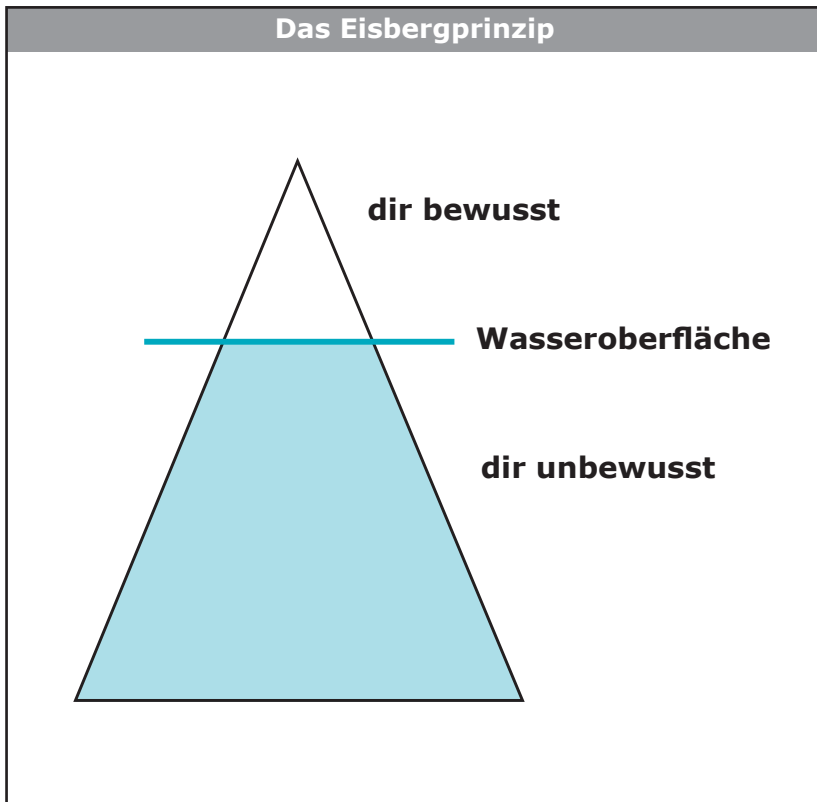
Eingangs haben wir versprochen, diesen Kindern ein ganzes Kapitel zu widmen, und das werden wir auch noch tun.

Der 11-jährige Samuel hat erlebt, wie weh es tut, nicht gesehen zu werden und sich nicht wirklich dazugehörig zu fühlen. Er war davon überzeugt, dass seine Eltern ihn nicht bekommen hätten, wenn seine älteste Schwester, die er nie kennengelernt hatte, nicht gestorben wäre. „Wäre meine Schwester nicht gestorben, die Eltern hätten bestimmt kein drittes Kind mehr bekommen“, sagte er und wurde dabei ganz traurig. Für ihn fühlte es sich so an, als wäre der Tod seiner Schwester der Preis für sein eigenes Leben. Er entwickelte sich zu einem eher zarten und fast mädchenhaft anmutenden Jungen. Unbewusst versuchte er so, seiner Mutter die verstorbene Tochter zu ersetzen, um damit ihr Leid zu mildern. Er half ihr beim Kochen und sonstigen Arbeiten im Haushalt, während sein Bruder, ganz Junge, mit dem Vater bastelte oder werkete.

„Ich versuche, alles zu tun, damit die Mama nicht mehr so traurig ist.“ Wir haben eine Aufstellung gemacht, und jetzt weiß er, dass er leben darf, obwohl seine Schwester gestorben war. Als er zur letzten vorgesehenen Stunde zu uns kam, verkündete er freudestrahlend: „Wir haben die Sitzordnung am Esstisch geändert. Jetzt sitze ich nicht mehr am Rand, jetzt gehöre ich dazu!“ Und er wusste jetzt auch, dass er sein eigenes Leben leben darf. Er darf ein Junge sein, mit allem, was dazu gehört. Jede Mutter und jeder Vater, die ein Kind verloren haben, laufen Gefahr, in irgendeinem Teil ihres Herzens mit der Trauer um dieses tote Kind verbunden zu bleiben. Und jedes lebende Kind wird sich „aufgerufen“ fühlen, helfend einzugreifen. Daran können wir nichts ändern. Das läuft unbewusst ab, so wie alle Gesetze, die bislang angesprochen wurden. Solange dir etwas nicht bewusst ist, kannst du es auch nicht ändern.

### **Kennst du das Eisbergprinzip?**

Von einem Eisberg schauen höchstens 10 % (Sinnbild für unser Bewusstsein) aus dem Wasser, der eigentliche Koloss (Sinnbild für unser Unterbewusstsein), also die restlichen 90 %, werden vom Wasser verborgen, dazu haben wir keinen direkten Zugang.



Daran siehst du, wie wenig von dem, wie du funktionierst und warum du so bist, wie du nun einmal bist, dir bewusst ist. Und kannst du etwas ändern, das dir nicht bewusst ist? Nein, natürlich nicht!

## Familienthemen

Systemisch gesehen stammen die Dinge, unter denen wir leiden, von anderen Menschen unseres Systems, die sie entweder getan haben oder versäumt haben zu tun (Hunter Beaumont<sup>3</sup>).

Ein weiteres Gesetz des Familienfeldes heißt: Das Ungelöste muss so lange weitergegeben werden, bis es gelöst ist.

Wenn du keine Nachkommen und auch keine weiteren Verwandten hättest, hättest du auch mit dem Weitergeben kein Problem, es wäre ja niemand da. Aber irgendjemand ist halt immer da! Wenn du es also nicht gelöst hast, muss einer deiner Verwandten oder Nachfahren das Problem übernehmen. Das kannst du nicht verhindern.

Wenn du dich weigerst, dich deinen eigenen schmerzhaften Gefühlen zu stellen, um sie zu wandeln und zu heilen, wird die mögliche Lösung in die nächste Generation verschoben und ist damit immer schwieriger zu erreichen. Unsere Kinder müssen dann die ungelösten Gefühle wie Trauer, Wut, Hilflosigkeit weitertragen. Dies mag dir ungerecht erscheinen, es ist aber die innere Logik, die für Ausgleich sorgt! Denk an den Ameisenhaufen: Es geht um den Ausgleich, der das ganze System einschließt; der Einzelne ist dem Großen und Ganzen untergeordnet, dessen Teil er ist.

In anderen Familiengeschichten kann es sich bei dem Ungelösten auch um ein großes Unrecht handeln, das ein Familienmitglied anderen, Unschuldigen, zugefügt hat. Wie sich das auswirken kann, erlebte Rüdiger hautnah.

Otto, sein Großvater väterlicherseits, war Arzt im Dienst von Hitlers SS. Die Familie hatte die Kriegszeit sehr gut überstanden, es fehlte ihr an nichts. Aber alles, was im Zusammenhang mit Ottos Tätigkeit als Arzt für die SS stand, war in der Familie ein Tabu – ein düsteres Geheimnis, über das nicht gesprochen wurde.

Ähnlich wie bei der Vogel-Strauß-Taktik neigen wir dazu zu denken, wenn ich so tue, als wäre da nichts, dann ist da auch wirklich nichts! Erinnerst du dich noch an deine Kinderzeit? Wir haben mit Begeis-



terung „Ich sehe dich nicht, dann siehst du mich auch nicht“ gespielt, nicht wahr? Doch genauso, wie es damals nicht funktioniert hat, klappt es auch heute nicht. Es kann nicht funktionieren, denn die Bombe hört erst auf zu ticken, wenn sie entschärft wurde. „Entschärfen“ bedeutet in diesem Fall, das Geheimnis aufzudecken und aufzuarbeiten.

In Rüdigers Familie aber wurde eisern geschwiegen. Deshalb musste das Familiensystem für Ausgleich sorgen, das heißt es erinnert durch sich wiederholende Ereignisse daran, dass mit jemandem im System etwas nicht stimmt, dass Unschuldigen Unrecht geschehen war. So kam Ottos Erstgeborener als Totgeburt auf die Welt. Darüber wurde er depressiv und erschoss sich schließlich mit einer Schrotflinte. Auch Rüdigers Vater Erich hielt (unbewusst) den Druck des Geschehenen nicht aus. Wie schon sein Vater Otto entwickelte er Depressionen, die mit etlichen Klinikaufenthalten einhergingen. Schließlich verengte sich sein Bewusstsein so sehr, dass er als einzigen Ausweg nur noch den Freitod sah. Er übergoss sich mit Benzin und zündete sich vor den Augen seines entsetzten 15-jährigen Sohnes Rüdiger an. Dieser versuchte zwar die Flammen zu löschen, um seinen Vater zu retten, vergeblich! Es blieb ihm nichts anderes übrig, als „den Mist aufzuräumen“, wie er sich ausdrückte. Rüdiger stand lange Jahre unter Schock, zog sich zurück, flüchtete sich ebenfalls in eine Depression und war suizidgefährdet.

Als er zu uns kam, hatte er etliche Klinikaufenthalte hinter sich, in denen er gelernt hatte, mit seinem Trauma umzugehen. Er hatte geheiratet und einen Sohn bekommen. Und damit kam zwangsläufig die Angst, dass sein Sohn das weitertragen müsse, was sein Großvater Otto als Ungelöstes ins Familienfeld gebracht hatte. Es war Rüdiger sehr wichtig, seinen Sohn zu schützen, deshalb kam er in unsere Praxis, um eine Aufstellung zu machen. Sein kleiner Sohn Ludwig sollte frei leben können, ohne die alten Belastungen, ohne sich in Depressionen flüchten zu müssen oder gar seinem Leben selbst ein Ende bereiten zu wollen.

In der Aufstellung wurden die Belastungen deutlich, die der Vater Erich, Rüdiger und auch, als Letzter in der Reihe, der kleine Ludwig zu tragen hatten. Durch das Achten der Opfer konnte das Gleichgewicht wiederhergestellt und durch das Zurückgeben übernommener Belastungen die systemische Freiheit erreicht werden, sodass Ludwig jetzt ohne diesen Ballast aus der familiären Vergangenheit leben kann.

Auch wenn ich als Individuum nichts für das geschehene Unrecht kann, muss ich – da ich Teil der Gruppe bin – die Folgen übernehmen. Du denkst nun sicher, das sei ein hoher Preis dafür, um leben zu dürfen. So sieht es zwar aus, aber nur auf den ersten Blick erscheint dieses „Übernehmen-Müssen“ der Altlasten als ungerecht. Doch etwas musst du mit den Themen der Familie ja zu tun haben, sonst hättest du gar nicht dort landen können. Darauf gehen wir im Kap. Das Schlüssel-Schloss-Prinzip (s. S. 42) noch näher ein.

Familiengeheimnisse, Tabu-Themen, unbewusste Zusammenhänge, geheime Ursachen, Täter, Opfer, alles kommt durch eine Aufstellung ans Licht, kann aufgedeckt, beendet und damit geheilt werden. Oft sind es unbewusst übernommene „Aufträge“ der Eltern, die dich binden und veranlassen, dass du so leben musst, wie du es dir – hättest du wählen können – nie ausgesucht hättest.

Darüber hinaus werden diese Aufträge an die nächste Generation weitergegeben, denn – wird es nicht erkannt und bearbeitet – wirkt dieses Prinzip über den Tod der Familienangehörigen hinaus. Besonders turbulent kann es zugehen, wenn ein Familienmitglied zu früh aus dem Leben gerissen wurde und dadurch seinen „Lebensauftrag“ nicht erfüllen konnte. Dann greift das Familienfeld ordnend ein und sorgt „gnadenlos“ dafür, dass auch nach dem Tod der Auftrag erfüllt wird. So geschehen im Fall unserer Klientin Judith, die regel-

*Auch wenn ich als Individuum nichts für das geschehene Unrecht kann, muss ich – da ich Teil der Gruppe bin – die Folgen übernehmen.*

recht mit „unerledigten Aufträgen“ überfrachtet wurde. Judith war ein „Arbeitstier“, ein Workaholic, das pflichtbesessen rackerte und strampelte, um ihrem nicht enden wollenden Arbeitspensum einigermaßen gerecht zu werden. Als sie zu uns kam, klagte sie über körperliche Symptome wie Rückenverspannungen, Herzrasen und Schwindelgefühle. Sie sagte, sie fühle sich rastlos, so, als ob ihr etwas oder jemand „im Genick säße“, käme sich wie „fremdgesteuert“ vor und müsse immer für Drei arbeiten. In der Aufstellung bewahrheitete sich Judiths Empfinden, denn sie arbeitete sogar für vier. Für ihren im Alter von 24 Jahren tödlich verunglückten Bruder Hartmut, für ihre Mutter und sogar für ihren Onkel Toni, der – ebenfalls in jungen Jahren – im Zweiten Weltkrieg gefallen war, und natürlich für sich selbst. Judith war 18, als ihr Bruder bei einem tragischen Unfall ums Leben kam. Für die Mutter war der Sohn der „Hoffnungsträger“ der Familie. Da sie selbst nie berufstätig sein konnte und durfte, sollte er für sie die Vorstellungen verwirklichen, die sie nie leben durfte. Als Hartmut verunglückte, schleppte er diesen „Sack“ an Erwartungen noch mit sich. Judith griff ihn zwangsläufig auf, um dadurch das harte Schicksal von Mutter und Bruder zu lindern. Doch damit noch nicht genug. Mutters Lieblingsbruder Toni (Judiths Onkel, den sie nie kennengelernt hatte), schleppte ähnlichen Ballast mit sich herum, als er als junger Soldat im Zweiten Weltkrieg in Russland fiel. Unbewusst begann Judith, als letztes Glied der Familie, auch seine unbewältigten Aufgaben zu übernehmen. Kein Wunder also, dass es zu einer hoffnungslosen Überforderung kam und unsere Klientin die Grenzen ihrer Belastung so überdehnte, bis diese nicht mehr wahrzunehmen waren. Den Letzten beißen bekanntlich die Hunde, wie es im Volksmund heißt.

Bei Menschen, die plötzlich aus dem Leben gerissen werden, also unbewusst sterben, kann es vorkommen, dass das Unerledigte noch an ihnen „klebt“ und daher von anderen Familienmitgliedern übernommen werden muss. Solange Judith für Bruder Hartmut, Mutter und Onkel Toni „mitarbeitete“, nahm sie damit deren unerledigte

Aufgaben, die sich durch den unbewussten Tod verselbstständigt hatten, als „Auftragsarbeit“ an.

Es zeigte sich in der Aufstellung, dass Judiths Bruder wusste, dass er tot war, d. h. dass er sich bewusst war, dass nur sein Körper gestorben war. Wir hatten bereits früher in einem anderen Kontext mit ihm gearbeitet. Damals war ein anderer Mann sein Stellvertreter, und trotzdem hatte der Stellvertreter in der folgenden Aufstellung dessen erarbeitetes Wissen, auch wenn er selbst damals gar nicht anwesend war. Hartmut erkannte in der Aufstellung, dass er seine unerledigten Angelegenheiten im nächsten Leben selbst klären kann, und Judith konnte ihm zurückgeben, was sie für ihn weitergetragen hatte. Damit war die Bindung an die Aufträge beendet, Hartmut konnte das Familienfeld verlassen, um dort hinzugehen, wo er jetzt hingehört, und Judith brauchte sich endlich nur noch um sich selbst zu kümmern.

Und damit kommen wir zu einer weiteren, wichtigen Aufgabe des Familienfeldes: Es gibt uns Sicherheit, wir gehören dazu, dort kann uns nichts passieren. Was glaubst du, macht ein Mensch, der plötzlich und dazu noch unbewusst stirbt? Er geht natürlich dorthin zurück, wo er sich sicher fühlt: ins Familienfeld.

So haben wir es auch mit Judiths Onkel Toni in der Aufstellung erlebt. Er flüchtete sich nach seinem jähen, unbewussten Tod an den einzigen „sicheren Ort“: sein Familienfeld. Judith, als letzte lebende Verwandte, „sorgte“ für ihn, arbeitete auch für seine unerfüllten Wünsche und Sehnsüchte, gab ihm damit Halt und Sicherheit.

Der Onkel war im Krieg unter grauenvollen Umständen gestorben. Für ihn ein Schock, der weiterwirkte, und da er seinen Tod nicht mitbekommen hatte, steckte er noch immer mittendrin im Kämpfen, Fliehen und in der Notwendigkeit, sich vor dem Feind – den Russen – in Sicherheit zu bringen. Deshalb setzte er alle Energie zum Weglaufen ein und war so sehr damit beschäftigt zu flüchten, dass er in seinem Bewusstsein auch dann noch davonlief, als er gar keinen Körper mehr hatte; der war ja längst gestorben. Dass es sich

genau so verhielt, zeigte Tonis Stellvertreter in der Aufstellung. Er war unruhig, konnte keinen Moment still stehen, rannte ständig hin und her und hatte panische Angst, es nicht zu schaffen. Er war nur damit beschäftigt, sich in Sicherheit zu bringen. Auf unsere Frage: „Weißt du, dass du gestorben bist?“, reagierte er mit Unverständnis. Er fühlte sich immer noch mitten im Geschehen, mitten im Krieg. Es dauerte eine ganze Weile, bis er begriff, dass sein Körper gestorben war und dass damit all das Schreckliche beendet war, was zu seinem Leben gehört hatte. Nämlich: weglaufen, sich in Sicherheit bringen, alle Verzweiflung und Angst, es nicht zu schaffen. Jetzt endlich konnte er stehen bleiben, durchatmen, sehen, wo er sich befand, von seinen Lieben Abschied nehmen und dorthin gehen, wo er hingehörte: ins Licht.

Aus dem Gefühl der Verbundenheit und dem Bedürfnis helfen zu wollen, übernahm Judith unbewusst etwas von diesen Leiden, indem sie sich ein Leben kreierte, in dem es fast keinen Moment des

Stillstands gab. Immer unterwegs hastete sie von einem Termin zum nächsten, stets getrieben von der Angst, es nicht zu schaffen.

Nach der Aufstellung war ihr Leben zwar immer noch bunt und interessant, begann aber allmählich, in ruhigeren Bahnen zu verlaufen. Sie entdeckte ihre Freunde neu, konnte sich wieder Freizeit gestatten und sie auch genießen. Sie hat sich vom „Ruderer“ zum „Segler“ gewandelt, der sich mit dem Wind steuernd fortbewegt, müheloser und leichter.

*Übernommene Aufträge können ihren Auftraggebern zurückgegeben und damit beendet werden, auch wenn diese schon verstorben sind.*

„Er ist gestorben“, sagen wir über jemanden, der seinen stofflichen Körper abgelegt hat. Und genau in dieser uns so geläufigen Formulierung könnte ein Grund dafür liegen, dass Sterbende ihren Tod nicht mitbekommen, denn während ihres Lebens hatten sie gelernt, dass man stirbt und dann tot ist. Albert Einstein sagte: „Der Tod ist

eine optische Täuschung.“ Und auch darin hatte er recht, denn das Gefühl „Ich bin tot“ gibt es nicht. Nur der materielle Körper stirbt, unser Bewusstsein lebt weiter. Kommt dazu noch eine Todessituation, in der du mit allen Sinnen beschäftigt bist, keinen Fehler zu machen, um ja nicht zu sterben, dann kannst du deinen körperlichen Tod nicht mitbekommen.

Stell dir das folgendermaßen vor: Du bist vollständig konzentriert auf eine Sache, nehmen wir einmal an, auf das freie Klettern an einer gefährlichen Felswand. Du weißt dabei genau, wenn du abrutschst, stürzt du in den sicheren Tod. Dieses Wissen bedeutet für dein Körpersystem Alarmstufe Eins, also höchste Konzentration, denn es geht um Leben oder Tod. Deshalb schaltet dein Gehirn jeden überflüssigen Gedanken aus. Alles, was an Energie und Konzentration zur Verfügung steht, wird nun eingesetzt, um dich in Sicherheit zu bringen. Bekommst du in dieser Situation mit, dass du dir etliche Schrammen zuziehst? Bestimmt nicht, du bemerkst nichts davon! Wenn du in einer solchen Situation stirbst, bleibt ein Teil von dir mit dem Bemühen zu überleben verbunden, damit, ja keinen Fehler zu machen, nicht abzurutschen und zu sterben. Und du „kletterst“ weiter, obwohl dein Körper schon lange zerschmettert in der Schlucht liegt. Du hast es vor lauter Konzentration einfach nicht mitbekommen. Wenn jedoch dein Körper gestorben ist, ist alles beendet, was zu diesem Leben gehört hat. Dieses Leben ist vorbei.

Nicht nur das Bedürfnis nach Sicherheit und Schutz oder etwas Unbeendetes ziehen Persönlichkeitsaspekte Verstorbener in ihr Familienfeld, sondern auch die Sehnsucht, mit den geliebten Menschen verbunden zu bleiben.

Das folgende Beispiel kommt dir vielleicht vor wie aus einem kitschigen Film, aber diese Geschichte, so unglaublich sie auch klingen mag, ist tatsächlich wahr und genauso geschehen.

*Das Gefühl „Ich bin tot“ gibt es nicht. Das Bewusstsein lebt weiter.*

Der achtjährige Maximilian litt unter furchtbaren Alpträumen, und häufig passierten ihm Unfälle, sodass sich seine Eltern, Nina und Mischa, entschlossen, das Thema durch eine Aufstellung zu lösen. Während der Aufstellungsarbeit meldete sich Maximilians Urgroßmutter, die ihren Urenkel nur einmal kurz vor ihrem Tod im Krankenhaus gesehen hatte. In der Aufstellung war eine tiefe Zuneigung der beiden zueinander zu spüren, und die Ur-Oma wollte dem Urenkel, den sie gerade erst kennengelernt hatte, nicht mehr loslassen. Maximilian seinerseits fühlte sich schuldig, wie es Kinder nun einmal tun, dass die Ur-Oma sterben sollte. Während der Aufstellung dämmerte es der Ahnin nach einigem Zureden doch, dass sie keinen stofflichen Körper mehr hatte, dieser demnach „gestorben“ war. Sie war nun bereit, dorthin zu gehen, wo sie jetzt hingehört, nämlich ins Licht.

Am Abend des nächsten Tages ging Mischa ins Schlafzimmer, um etwas zu holen. Er kam ins Wohnzimmer zurück und fragte seine Frau, ob sie wisse, woher die komische Musik im Schlafzimmer käme. Sie hatte keine Ahnung, und auf der Suche nach der Ursache fanden sie im Kleiderschrank eine Kiste mit alten Postkarten. Eine der Karten war versehen mit einer Knopfzelle und einem Chip, der jetzt diese Melodie spielte. Mischa zog sie heraus, klappte sie auf und reichte sie schweigend seiner Frau: Die Karte stammte von besagter Großmutter und war vor gut 20 Jahren an Nina geschrieben worden. Das Erstaunliche war aber nicht, dass die Knopfzelle immer noch Strom liefern konnte, sondern dass der Chip ausgerechnet nach dieser Aufstellung von allein los ging und nicht mehr zu spielen aufhörte. Nina und Mischa mussten erst den Mechanismus zerstören.

Vielleicht hatte die Ur-Oma sich verabschieden und Danke sagen wollen. Auf jeden Fall hörten die Alpträume in der Folgezeit auf, und auch die Unfälle reduzierten sich deutlich.

Das mag sich für dich vielleicht nach einer Gespenstergeschichte anhören, ist es aber keineswegs. Du hörst doch auch immer wieder von mysteriösen Geschehnissen, beispielsweise dass beim Tod eines Menschen plötzlich die Uhr stehen bleibt. Solche Vorfälle machen

uns oft Angst, sind aber keinesfalls bedrohlich. Sie drücken lediglich die tiefe Verbundenheit zwischen Lebenden und Verstorbenen aus. Diese kann sich dadurch äußern, dass emotionale Spannungsfelder mit materiellen Strukturen in Resonanz treten und plötzlich sichtbar – oder wie in unserem Beispiel – hörbar werden.

Da es das Gefühl „tot zu sein“ nicht gibt, lebt der Verstorbene in seinen Wünschen und Vorstellungen fort, die ihn im Todesmoment beschäftigten, und er geht damit zurück zu seiner Familie, ins Familienfeld, und macht dort weiter, wo er aufgehört hat. Maximilians Ur-Oma wollte bei ihm bleiben, also tat sie es und blieb einfach da, im Familienfeld, „klebte“ bei Maximilian an. Das ist natürlich weder für den Lebenden noch für den Verstorbenen gut.

Er hängt zwischen den Ebenen, gehört zu keiner richtig dazu. Für die Zurückgebliebenen ist es ebenso schwierig; sie müssen Lebenskraft für zwei aufbringen, ohne in den meisten Fällen die geringste Ahnung davon zu haben, warum sie sich so schwach, kraftlos und überfordert fühlen. Oft bleiben die Verstorbenen nicht nur deshalb im Familiensystem, weil sie über ihren eigenen Tod im Unklaren sind oder noch etwas erledigen müssen, sondern auch deshalb, weil wir – die Zurückgebliebenen – sie einfach nicht loslassen wollen.

Mathilde hat vor vielen Jahren ihren Mann bei einem Fahrradunfall in Italien verloren. Als sie zu uns kam, hatte sie schon viel getan, um das Trauma zu bewältigen. Wenn jedoch die Rede auf ihren verstorbenen Mann kam, waren Mathildes Betroffenheit und ihre tiefe Trauer um ihn immer noch zu spüren. Damit hielt sie ihren Mann energetisch fest, er konnte nicht gehen. Mathilde war sich dessen keineswegs bewusst. Sie hatte inzwischen einen neuen Partner, mit dem es nicht so gut lief. Kein Wunder, denn kann sich ein neuer Partner ohne Probleme auf einen schon besetzten Stuhl setzen? Kaum! Erstens kann man zu zweit nicht richtig darauf sitzen, und zweitens

*Sterben bedeutet: Der Körper hört auf zu leben, das Bewusstsein stirbt nie.*



hat ganz sicher der frühere Besitzer etwas dagegen. Mathilde hat aus der Ehe mit ihrem ersten Mann zwei Kinder. Wir stellten diese beiden sowie Mathilde und ihren neuen Partner, Jürgen, auf. Das erste Bild der Aufstellung enthüllte sofort die Situation. Mathilde und ihre beiden inzwischen erwachsenen Kinder bildeten eine Einheit, Jürgen, der Neue, stand abseits und schaute ihnen zu. Jetzt stellten wir einen Stellvertreter für ihren verstorbenen Mann dazu. Er ging sofort zu seiner Familie.

*Nur ein freier Platz kann neu besetzt werden.*

Unsere Frage, ob er wisse, dass er gestorben sei, verneinte er. Er gehöre zu seiner Familie, er müsse für sie sorgen, das sei ganz normal. Wir fragten ihn, ob wirklich alles normal sei. Das verneinte er; es sei schon manchmal ein wenig seltsam. Wir fragten ihn dann: „Was ist das Letzte, woran du dich erinnern kannst?“ Er konzentrierte sich und antwortete: „Da ist ein Berg, aber der ist nicht hoch, den schaffe ich, das macht mir Spaß.“ Wir fragen, was als nächstes passiert. Er ruft laut: „Da kommt ein Auto direkt auf mich zu. Der sieht mich nicht! Ich kann nicht ausweichen, es geht zu schnell.“ „Und dann?“ „Ich falle, ich liege auf der Erde.“ Ganz langsam kommt ihm die Erkenntnis: In diesem Körper kann ich nicht weiterleben, weil er tot ist. Und wenn mein Körper tot ist, gehöre auch ich nicht mehr hierher. Daraufhin konnte er Abschied nehmen und seine Familie dem neuen Mann anvertrauen. Er bat Jürgen, an seiner statt gut für Mathilde und seine beiden Kinder zu sorgen, was Jürgen gerne versprach. Jetzt erst war der Platz an Mathildes Seite für ihn frei.

Zusammenfassend ist zu sagen, dass ein Familienverbund ein mächtiges System ist, das weit über den Tod hinausreicht. Es duldet weder Zuwiderhandlungen noch Ungerechtigkeit oder Grausamkeit gegenüber anderen Mitgliedern, und schon gar nicht deckt es ein „Mäntelchen des Vergessens“ über tragische Geschehnisse der Vergangenheit. Im Gegenteil: Es deckt schonungslos „alte Geschichten“ auf und macht auch vor familiärer Geheimniskrämerei nicht halt. Es

leitet Wiederholungsprozesse ein, die so lange andauern, bis das unliebsame (unterdrückte, vergrabene) Thema erlöst ist. Die Auswirkungen, so dramatisch sie sich manchmal auch äußern mögen, müssen jedoch niemandem Angst machen. Sie zeigen einfach auf, dass etwas nicht in Ordnung ist. Das System legt lediglich seinen Finger in eine alte Wunde, die nicht heilen kann, weil in ihr noch ein Dorn steckt. Es macht dich nur wieder und wieder darauf aufmerksam, dass noch nicht für Ausgleich gesorgt wurde. Und es vergisst niemanden, der „dazu gehört“. Es sorgt dafür, dass alle ihren Platz bekommen. Das Familienfeld ist quasi das Schloss, zu dem nur derjenige den passenden Schlüssel hat, der eigene Themen mitbringt, die mit denen dieses Systems übereinstimmen. Damit gibt es keine Ungerechtigkeiten, keine Zufälligkeiten. „Da oben“ hat nicht jemand gewürfelt, und jetzt hat's mich halt getroffen. Die Seele ist immer logisch und will nur eines: Ent-Wicklung.

Es ist allerdings richtig, dass das System mitunter verschlungene Pfade geht, die nicht für jeden auf den ersten Blick erkennbar sind. Zwar sagt der Volksmund „Jeder kriegt sein Fett ab“, was aber noch lange nicht bedeutet, dass der Bumerang grundsätzlich an den zurückgeht, der ihn geworfen hat. Manchmal dreht er eine sonderbare Runde, bleibt jedoch stets in seiner „Umlaufbahn“, dem Familienfeld. Uns fordert das System auf, genau hinzusehen und aufzudecken, wo es noch hakt. Dabei zeigt es sich durchaus listig und facettenreich, denn es nimmt auch andere Ereignisse, die in einer Familie geschehen, genauestens unter die Lupe, und dabei vergisst es niemanden, auch nicht die Verstorbenen.

Ursache dafür scheint zu sein, dass wir alle innerhalb unseres Familienfeldes Hologramme unserer komplexen Persönlichkeit als Matrix hinterlassen, die über unseren physischen Tod hinaus wirksam bleiben. Wenn Aspekte dieser Persönlichkeit durch Unbewusstheit „abgetrennt“ von der komplexen Einheit bleiben, ist das Hologramm nicht vollständig. Die schicksalhafte Weitergabe von Problemen in-

nerhalb des Familienfeldes kann als Suchbewegung aufgefasst werden, den Persönlichkeitsanteil zu erlösen und damit das Hologramm zu vervollständigen. So bleiben unsere komplexen Persönlichkeitsanteile holografisch im System erhalten. Sie bilden die Qualität und das Erinnerungsvermögen des Familienfeldes, der abgetrennte Persönlichkeitsanteil kehrt zur Einheit zurück, „geht ins Licht“.

*Du hinterlässt im System  
deinen Fingerprint,  
durch den du weiter  
wirkst.*

Nach deinem Tod hinterlässt du deinen Fingerabdruck im System, einen Abdruck, der alles über dich aussagt, in dem alles enthalten ist, was dich ausmacht. Durch ihn wirkst du weiter, auch wenn du schon lange gegangen bist. Wenn aber irgendein Teil dieses Abdruckes fehlt, ist dein Platz nicht ganz ausgefüllt, und ein anderes Mitglied des Systems wird deshalb versuchen, diesen fehlenden Teil zu ersetzen. In der Aufstellung vervollständigen wir diesen Fingerprint; niemand braucht mehr etwas zu übernehmen oder zu ersetzen; das System ist ausgeglichen, der gebundene Persönlichkeitsanteil frei.

## **Dein persönlicher „Rucksack“ mit den unbeendeten Themen**

In deine Familie bist du deshalb hineingeboren, weil du in deinem Rucksack, den du mitgebracht hast, ein persönliches Hauptthema hast, das mit den Themen, das dir das Familiensystem anbietet, übereinstimmt. Zudem bringst du in deinem Gepäck auch noch das „Handwerkszeug“ mit, das du brauchst, um dieses neue Leben gestalten zu können. Tatsächlich steckt alles, was du dir je in vorangegangenen Leben „erarbeitet“ hast – positiv wie negativ –, in deinem Gepäck. Und eine Begabung, die du im Hier und Jetzt auspacken kannst, hast du dir irgendwann als Fertigkeit angeeignet. Was dei-

ne Lernaufgaben betrifft, musst du keine Angst haben: Nicht alles Schwere oder Schwierige wird in einem Leben ausgepackt; unsere Seele überfordert uns nicht, wenngleich sie manchmal bis hart an die Grenze geht.

Leider gilt das auch für deine Kompetenzen. Nur diejenigen werden „ausgepackt“, die du für die Bewältigung deiner Aufgaben benötigst. Denn sicher hast du in der Vergangenheit schon einmal in England oder Amerika gelebt, und es wäre doch eine feine Sache, jetzt fließend Englisch sprechen zu können, ohne etwas dafür tun zu müssen. Wenn du allerdings Fremdsprachen für deine Entwicklung brauchst, kannst du sicher sein, dass deine Eltern international unterwegs sind und du sehr sprachbegabt bist. Das Gleiche gilt für Begabungen jeglicher Art. Ist es wichtig, dass du virtuos Klavier spielen kannst, dann wird dich eine Familie anziehen, in der musiziert wird. So kann ganz früh deine mitgebrachte Gabe, „Klavier spielen können“, durch deine Familie aktiviert und weiterentwickelt werden, immer vorausgesetzt, dass diese Fertigkeit nötig ist, um das von der Seele gesteckte Ziel zu erreichen. Dann setzt sie sich durch, auch wenn deine musikalische Familie in China leben sollte, wie im Fall des begnadeten Pianisten Lang-Lang. Die Geschichte ist voll von solchen Ausnahmetalenten.

Es kann natürlich auch sein, dass deine Sehnsucht ein ganzes Leben lang in eine bestimmte Richtung geht und sich nie erfüllt. „Ich kann tun, was ich will, es klappt nicht!“ Der Rat-Schlag (auch Ratschläge sind Schläge!), den wir früher oft bekommen haben, „du musst deine Wünsche loslassen, dann bekommst du es“, hat uns immer wütend gemacht. Wie soll man etwas loslassen, das man zutiefst ersehnt? Wir haben eine andere Lösung gefunden: Wir suchen nach dem Grund, weshalb wir etwas unbedingt haben möchten, und kommen so zu dem, was hinter deinem Wunsch steht, worum es dir eigentlich geht. Damit relativieren wir auch die Notwendigkeit, dass du etwas unbedingt haben musst, und erhöhen gleichzeitig die Chance, dass sich dein Wunsch tatsächlich erfüllen wird. Auch Vorlieben oder Ab-

neigungen befinden sich in deinem Rucksack. So haben wir z. B. eine kleine Klientin, drei Jahre alt, die mit Vorliebe schwarze Oliven und nur französischen oder italienischen Käse isst! Und sie merkt genau, wenn es „nur“ ein deutscher Käse ist! Ihre Eltern sind aber beide in Deutschland geboren und aufgewachsen, lebten nie im Ausland und haben auch keine Vorfahren aus Frankreich oder Italien. Woher also hat sie ihre Vorliebe? Oder du isst keinen Fisch, weil du panische Angst vor Gräten hast, auch wenn du diesbezüglich nie schlechte Erfahrungen gemacht hast. Wahrscheinlich hat dein Verhalten etwas mit einer Vorerfahrung in deinem Rucksack zu tun. Vergiss nicht: Es gibt keine „Zufälle“, und alles, was dir im Hier und Jetzt passiert, hat einen guten Grund, ist ein Zu-Fall.

Wahrscheinlich findest du die Vorstellung sehr interessant, einmal über viel mehr Kompetenzen verfügt zu haben, als du es heute vermagst. Du bringst nämlich in dein neues Leben die Themen mit, die deine Seele bearbeiten will sowie die Früchte deiner vorangegangenen Mühen in Form von Neigungen und Begabungen. Doch der Gedanke daran, dass es noch Themen gibt, die beendet werden wollen, wie etwa deine Angst vor Ablehnung, deine übergroße Schüchternheit, deine Angst vor Höhe oder Wasser, deine Unfähigkeit, über längere Zeit an einem Ort oder mit einem Partner zusammen zu sein, dein Jähzorn, deine Migräne, was auch immer – diese Gedanken fühlen sich vielleicht nicht ganz so gut an. Aber genau darum geht es. Denn dies zieht dich immer wieder aufs Neue in eine Inkarnation, ob du es nun willst oder nicht, aus dem Bemühen der Seele heraus, diese Themen endlich loszuwerden.

Die ganze Zeit schon sprechen wir munter von „früheren Leben“. Dabei stoßen wir immer wieder auf Skepsis, Unverständnis oder Ablehnung. Auch die Erklärung, Probleme im Hier und Jetzt mit vergangenen Erfahrungen zu begründen, scheint für viele befremdlich zu sein. Warum eigentlich?

Für manche Menschen ist es einfach schwer, sich vorzustellen, schon einmal gelebt zu haben. Wir hatten eine Klientin, die, als sie

zu uns kam, sagte: „Ich will nur in diesem Leben arbeiten! Für mich gibt es kein Vorleben.“ Also haben wir in ihrer Kindheit gearbeitet. Nach ein paar Sitzungen kamen ihr aber ganz mühelos und selbstverständlich Bilder zu ihren Themen, die aus einem anderen Leben zu kommen schienen. Glücklicherweise konnte sie diese annehmen. Die inneren Bilder, die aus unserem Unterbewusstsein aufsteigen, sind eine Hilfestellung unserer Seele, um unsere Probleme zu lösen, völlig egal ob sie unserer Fantasie entspringen oder aus einem realen vergangenen Leben stammen. Ihr Ursprung liegt in jedem Fall in uns selbst, und die Bilder entspringen dem **Jetzt**.

Ob es wirklich Vorleben gibt, weiß niemand. Es gibt keinen wissenschaftlichen Nachweis dafür, auch wenn dies immer wieder versucht wird, wie z. B. in dem Buch „Reinkarnation, 20 überzeugende und wissenschaftlich bewiesene Fälle“ von Ivan Stevenson<sup>4</sup>. Für die Wissenschaft gibt es nur Phänomene, die nicht erklärbar sind. Die Parapsychologen würden wahrscheinlich unseren Vorstellungen folgen, nur wissen wir nicht, ob wir sie als Verbündete haben wollen. Wenn wir uns bei den Vätern der modernen Psychologie umschauen, dann bietet uns Sigmund Freud (1856–1939, Wiener Arzt und Psychotherapeut, Begründer der Psychoanalyse) auch keine Hilfe, denn für ihn haben alle Probleme ihren Ursprung in der Kindheit.

Ganz anders schaut es bei C. G. Jung<sup>5</sup> aus (1875–1961, Schweizer Psychiater, Begründer der analytischen Psychologie). Jung nimmt eine „grundsätzliche Spaltung der Psyche in viele unterschiedliche Komplexe“ an. Jeder Komplex repräsentiert ein gegenwärtiges oder früheres Problem, das nicht unbedingt bewusst sein muss.

Jeder Komplex hat eine Stimme. So sagt z. B. der Ego-Komplex, der Teil, der versorgt und nie mehr arm sein will: „Ich liebe meinen Mann“, und der Hass-Komplex, der schon viele Enttäuschungen mit Männern erlebt hat, sagt: „Ich hasse ihn.“ Aber diese Komplexe haben nicht nur Stimmen, sondern auch Persönlichkeiten. Jung spricht von „Archetypen“, das sind „universell vorhandene Urbilder in der Seele aller Menschen, unabhängig von ihrer Geschichte und Kultur“.

Nach Jung wollen wir mit vielen dieser Archetypen nichts zu tun haben, wir lehnen sie ab. Um sie loszuwerden, projizieren wir sie nach außen. Es ist viel einfacher, die Mörder in afrikanischen Terror-Diktaturen abzulehnen, als sich einzugestehen, dass wir in uns selbst manchmal Mordgedanken entwickeln. Wir lehnen die Hure in uns ab, schließlich sind wir doch anständige Frauen. Unser Innenleben ist voll von Charakteren, mit denen wir nichts zu tun haben wollen. In unseren Träumen aber begegnen sie uns immer wieder. Jung spricht von „Schatten, die wir nicht aushalten können und deshalb auf andere projizieren müssen“. Als Therapie arbeitete er mit Imagination, um diese „sekundären Persönlichkeitsanteile“ zu integrieren.

Bei einer Rückführungs-Sitzung betrachten wir die Personen und Charaktere vergangener Leben als Facetten unseres Selbst, die in unterschiedlichen Kleidern auftreten. Wenn sie uns in der Rückführung oder Aufstellung begegnen, könnten wir uns vorstellen, sie zu träumen. Denn es ist gleichgültig, ob wir sie als Traum-Personen, als Bewusstseinsanteile, Schatten, Archetypen, Innere Kinder, jemanden aus der Ahnenreihe oder als Past-Life-Personen erleben, sie sind auf jeden Fall Teil unserer inneren Welt, die sämtliche Komplexe und Facetten beinhaltet. Wichtig ist, dieser Person, wer immer sie auch sein mag, zu erlauben, ihre Geschichte vollständig zu erzählen, damit wir sie bearbeiten, beenden und integrieren können.

## Die Logik der Seele

In all der Zeit, in der wir uns mit Rückführungs- und Aufstellungsarbeit beschäftigt haben, haben wir tiefe Achtung, Respekt und aufrichtige Bewunderung für die Logik der Seele entwickelt. Die Seele macht keine Fehler, auch wenn wir manchmal das Gefühl haben, in die falsche Familie inkarniert zu sein, ja geradezu das Empfinden haben, „im falschen Film zu sitzen“. Am Anfang einer Aufstellung sagt ein Stellvertreter oft einen Satz, äußert eine Emotion oder ein

Körpergefühl, das nach „out of context“ klingt, also überhaupt nicht dazupassen scheint. Wir aber folgen dem, was die Stellvertreter sagen, und am Ende der Arbeit fügt sich alles wie bei einem Puzzle nahtlos und logisch zusammen.

Die Aussage unserer Klientin im Vorgespräch „Ich will, dass alle versorgt sind“, klang für unsere Ohren zunächst seltsam. „Du meinst, du willst, dass es allen gut geht?“, fragten wir. „Nein, versorgt sind“, insistierte sie.

Im Lauf der Arbeit stellte sich dann heraus, dass sie im Zweiten Weltkrieg Krankenschwester war und wollte, dass all ihre Patienten „versorgt“ sind. Da das Krankenhaus von einer Bombe zerstört worden war, sie selbst sich aber retten konnte, hatte sie ein tiefes Schuldgefühl in ihr heutiges Leben mitgenommen, das es ihr verbot, auch für sich selbst gut zu sorgen. Ihre ganze Aufmerksamkeit richtete sie daher auf das Wohl ihrer Mitmenschen, vergaß dabei aber sich selbst und ihre eigenen Bedürfnisse und wurde schließlich krank. Die Krankheit war das Symptom, das uns zu ihrem damaligen Leben führte. Sie erkannte, dass sie keine Schuld daran hatte, dass das Krankenhaus zerstört worden war und dass sie keine Möglichkeit hatte, ihre damaligen Patienten zu retten. Somit konnte sie ihre Schuldgefühle loslassen, endlich anfangen, für sich selbst zu sorgen und gesund werden. Die Logik der Seele hatte dafür gesorgt, dass sie in eine Familie mit vielen Kindern inkarnierte. Als Älteste trug sie dort schon früh Sorge für die kleineren Geschwister, denn ihre Mutter hatte zusätzlich noch viel Arbeit auf dem Hof.

„Die Sorge für andere“ war also ein Thema sowohl in dieser Familie als auch eines, das sie in ihrem eigenen Rucksack trug. Somit war das Schlüssel-Schloss-Prinzip erfüllt, und sie konnte in diese Familie inkarnieren.

*Nur in einem Familiensystem, das dir ähnliche Themen anbietet, kannst du deine Themen bearbeiten, lösen und heilen.*