





**Systeme**, zum Beispiel die Familien, in denen wir aufgewachsen sind, haben einen großen Einfluss auf uns. Nicht nur die bewußten Gedanken und Gefühle, sondern auch gerade das Verborgene und Unbewusste wirkt auf uns ein. Unverarbeitete und abgespaltene Ereignisse und Gefühle werden von Generation zu Generation als Informationsströme weitergegeben. Sie können bei uns, wenn wir dafür offen sind, zu geistig-seelischen und/oder körperlichen Symptomen führen. Solche Symptome stellen einen anhaltenden Impuls dar, die belastende Situation zu lösen.

Ich vergleiche das Feld, in dem unsere Gedanken, Gefühle und Handlungen gespeichert sind, gern mit dem World Wide Web, dem Internet. Ständig werden Informationen eingespeist und abgerufen. Durch die **stellvertretende Wahrnehmung** können wir all diese gespeicherten Informationen aufrufen und sichtbar machen. Wenn sie zu uns selbst gehören, dann haben wir die Möglichkeit, sie zu verändern. Diese Veränderungen wirken sich dann auf alles aus, womit wir verbunden sind. Belasten uns Ereignisse, die nicht direkt zu uns selbst sondern zu einem anderen Menschen gehören, dann ist es ratsam, diese wieder dorthin zu entlassen, wo sie entstanden sind.

## Der Hund

Ein Mann will seiner Tochter den langersehnten Wunsch eines eigenen Hundes erfüllen. Er berichtet mir, dass er nicht dazu in der Lage ist, loszugehen, um einen Hund zu kaufen. Er möchte wissen, was ihn davon abhält. Wir untersuchen seine Situation, indem er sich in den Raum stellt. Ich stelle mich auf die Position für das, was ihn blockiert. Ich muss lachen. Er schaut mich fragend an. »Tut mir leid«, sage ich, »aber ich werde hier zu einem kleinen schwarzen fiesen Hündchen, das dir unbedingt die Hose zerfetzen will«. Er dreht sich weg und beginnt zu zittern. Dann berichtet er mir, dass er als Kind ständig vom Hund seiner Oma gebissen wurde, und niemand etwas dagegen unternommen hat. Ihm stehen die Tränen in den Augen.

Alte, unverarbeitete Erfahrungen und Gefühle können uns heute plötzlich blockieren.

## Wir streiten uns immer

Eine junge Frau will mehr Frieden in ihrer Beziehung. Sie berichtet, dass sie und ihr Freund sich ständig streiten. Wir untersuchen die Dynamik ihrer Paarbeziehung. Ich stehe auf ihrer Position und bin schlagartig voller Vorwürfe und Erwartungen, die sich um Alltäglichkeiten drehen. Unter diesem gekonnten Ablenkungsmanöver fühle ich viel Wut, Verletztsein und Enttäuschung. Auf der Position ihres Freundes bin ich sofort genervt. Meine Aufmerksamkeit schwindet, mein Kopf wird leer. Ich bekomme große Lust, Sport zu treiben, ja, Fußball zu spielen mit meinen Freunden! »Das ist doch furchtbar, er weicht mir immer aus!« – platzt es plötzlich

aus ihr heraus. Auf die Frage, was sie so verletzt und enttäuscht hat, sagt sie: „»Nichts, das ist erledigt.« Dann weint sie. Er hatte vor zwei Jahren eine Affäre. Die hat er zwar sofort beendet, nachdem es heraus gekommen war, aber es wurde nie wieder darüber gesprochen. Sie sagt, dass sie ihm einfach nicht verzeihen kann. Ich stelle mich auf die Position ihres Freundes und bitte sie, mir ihre Wut zu zeigen. Sie wird nach kürzester Zeit rasend und schreit: »Ich hasse dich, wie kannst du mir das alles antun ...«.

Dann bricht sie zusammen und schluchzt nur noch. Ich nehme sie in den Arm und frage vorsichtig, zu wem diese Wut und dieser Satz gehören. Sie berichtet mir von den Affären ihres Vaters und von den Streitereien ihrer Eltern, die bis zu deren Scheidung immer schlimmer wurden. Ihr wurde nun klar, dass es die unverarbeiteten Gefühle der Mutter waren, die sie in sich trug und die sie völlig blockierten. Später sprach sie mit ihrem Freund ausführlich über ihre eigenen Gefühle. Sie erzählte mir, dass er es zutiefst bedauerte, was er getan hatte, es ihr jedoch nie sagen konnte, weil er Angst vor ihr hatte. Sie sagte dann zu ihm: »OK, wir sind quitt, du hast mich betrogen und ich habe dich zwei Jahre lang gequält.« Sie verliebten sich noch einmal neu ineinander.

Unsere Partner sind oftmals wunderbare »Lehrer«, die uns durch ihr »So-Sein« anstoßen, unsere eigenen Themen zu bearbeiten: Auch wenn uns die Dinge, die sie manchmal so tun, unerträglich scheinen, können sie zu einer neuen Ebene der Liebe führen, wenn wir uns nur mutig unseren unbewussten Mustern stellen.

## Rückenschmerzen

Eine Frau klagt über starke Rückenschmerzen, die sie trotz vielfältiger Behandlungen nicht los wird. Ich schlage ihr vor, den Teil ihrer Persönlichkeit zu untersuchen, der diese Schmerzen verursacht. Ich stelle mich auf die Position der Ursache ihrer Schmerzen. Dort werde ich sehr unruhig und habe das Gefühl, für alles verantwortlich zu sein. Ich spüre tiefer in sie hinein und fühle eine große unpersönliche schmerzhaftige Trauer und Schuld. Ich sage ihr, dass dies nicht ihre Gefühle sein können, da diese zu groß und unpersönlich sind. Ich frage sie, wessen Gefühle das sein könnten. Daraufhin erzählt sie mir, dass ihr acht Jahre jüngerer Bruder vier Tage nach der Geburt verstarb. Seitdem war ihre Mama nicht mehr die selbe, wie vorher.

Die Tochter nahm die un-  
verarbeiteten Gefühle der  
Mutter in sich auf und ver-  
suchte ihr Leben lang die  
»Schuldgefühle« der Mutter  
abzuarbeiten. Dies führte  
zu einem Muster der Über-  
verantwortung und der  
Selbstüberlastung, das  
sich in ihrem Rücken als  
Schmerz bemerkbar  
machte.

## Irgendwas stimmt hier nicht

Ein junger Mann ist in einer frischen Beziehung. Er berichtet mir, wie gut es ihm mit seiner Freundin geht, doch irgendetwas stimmt nicht. Wir schauen uns die Beziehung an. Ich stehe auf seiner Position und fühle mich ganz offen und voller Bewunderung. Ich spüre einen Druck auf dem Herzen. Tiefer in ihm empfinde ich eine diffuse Schwere. Die Frage, ob er das alles von sich



Eine Liebesbeziehung ist eine großartige Möglichkeit, all den verborgenen Strukturen auf die Schliche zu kommen, die verhindern, dass wir uns wirklich nah sein können.

kenne, bejaht er. Auf ihrer Position nehme ich permanentes Ausweichen-Wollen und Stress wahr. Sie will nicht angeschaut werden. Die Aufmerksamkeit, die von ihm kommt, ist ihr zu viel. Tiefer in ihr fühle ich eine große unverarbeitete Traurigkeit. Ich frage den jungen

Mann, ob seine Freundin jemanden verloren hat. Daraufhin erzählt er mir, dass ihr Vater, kurz bevor sie in die Schule kam, mit dem Motorrad verunglückt ist. Wir konzentrieren uns nun auf den Druck, der auf seinem Herzen liegt: Verlustschmerz, Sehnsucht und Trauer kommen zum Vorschein. Auf die Frage, ob er selber oder seine Eltern jemanden verloren haben, berichtet er mir, dass der Vater seiner Mama im Krieg gefallen war. Wir untersuchen die Situation weiter und bekommen heraus, dass seine Mutter den Verlust des Vaters nie verarbeitet hat und zu ihm will. Nun beginnt der junge Mann zu fühlen, dass es seine Mama schon immer »aus dem Leben zog« und er dies irgendwie immer spüren konnte.

Um diesem Jenseitszug entgegenzuwirken, hat er das Unverarbeitete seiner Mutter in sich aufgenommen. Unter diesen zu seiner Mutter gehörigen Gefühlen zeigt sich sein eigenes Wesen. Hier ist eine tiefe Liebe zur Mutter. Er weint. Der Prozess des Loslassens beginnt.



## Mein Mann entfernt sich von mir

Eine Frau kommt mit dem Anliegen zu mir, dass ihr Mann sich von ihr entfernt und sie nicht mehr weiß, was sie tun soll. Wir schauen uns die Situation an. Auf ihrer Position werde ich sehr traurig. Es ist eine große diffuse Traurigkeit. Auf der Position ihres Mannes spüre ich Stress, tiefer, unter dem Stress, fühle ich nichts mehr. Unter diesem Nichts zeigt sich eine große existenzbedrohende Angst.

Im Laufe der Untersuchung finden wir heraus, dass die Frau die unverarbeitete Trauer ihrer Mutter in sich trägt. Diese hatte mit elf Jahren ihre Mutter im Krieg verloren. Der Mann der Klientin trägt ein unverarbeitetes Trauma in sich. Er hatte als Kind die Bombardierung Dresdens miterlebt. Wir arbeiten an der Beziehung zu ihrer Mutter, bis die Frau in der Lage ist, ihre eigene Trauer zu wahrzunehmen, die entstanden ist, weil sie ihrer Mama nie nah sein konnte. Jetzt kann sie auch die Liebe zu ihrem Mann klarer spüren und kann ihm nah sein, ohne ihn zu bedrängen. Auf der Position ihres Mannes entspanne ich mich etwas. Ich empfinde bedauern darüber, nicht richtig da sein zu können.

Wenn wir etwas in uns lösen und verändern wollen, dann kann es immer nur das Eigene sein. Alle Gefühle, die wir von unseren Eltern übernommen in uns tragen, können in uns keine Wandlung und Heilung finden. Sie können nur losgelassen werden. Je stärker unsere Eltern ihre Gefühle verdrängen, desto stärker suchen sie sich Raum in uns.

## Ich bin so erschöpft

Ein junger Mann kommt mit einer großen Erschöpfung in meine Praxis. Er berichtet mir, dass er sich gerade um seinen kranken Vater kümmert, was er aber nicht als anstrengend empfindet. Er versteht nicht, warum er so erschöpft ist. Wir untersuchen die Situation, indem ich mich auf seine Position stelle und dann in auf die Position seiner Erschöpfung. Auf seiner Position spüre ich Kraft und Unruhe, sowie, dass ich viel zu tun habe. Auf der Position der Erschöpfung überkommt mich wellenartig eine große Schwere, die mich an den Schultern nieder drückt. Ich erkläre ich dem jungen Mann kurz, dass eine auf solche Weise »von außen« her einwirkende Empfindung kein eigenes Gefühl ist. Ich frage ihn, ob er Angst haben muss, seinen Vater zu verlieren. Er nickt. Seine Tränen fließen. Ich stelle mich auf das, was von außen kommt. Hier spüre ich die vielen unverarbeiteten und verdräng-

Fremde Gefühle, die wir in uns aufnehmen, können sich in Form seelischer Erschöpfung bemerkbar machen.

ten Gefühle seines Vaters. Ein großer seelischer Schmerz, Wut und Verzweiflung. Für den jungen Mann beginnt ein Prozess des bewussten Loslassens in Bezug auf seinen Vater.

## Missbrauch

Eine kluge junge Frau will wissen, ob sie nun wirklich sexuell missbraucht wurde. Sie beschreibt Symptome, die auf Missbrauch schließen lassen und berichtet mir von wiederkehrenden Träumen, in denen es auch um dieses Thema geht. Sie wirkt sehr an-

gespannt und etwas verärgert, weil sie sich einfach nicht erinnern kann. Ich mache sie vorsichtig darauf aufmerksam, dass dies ein Thema ist, bei dem man nicht die Brechstange ansetzen sollte, und dass das Sich-nicht-erinnern-können einen ernst zu nehmenden Selbstschutz darstellt. Jetzt wird sie noch ärgerlicher und besteht darauf, der Tabuisierung ein Ende zu setzen. Ich schlage ihr vor, das Thema Missbrauch vorerst auf eine allgemeinere Weise in ihrer Familie zu untersuchen. Sie willigt ein. Wir stellen sie und ihre Eltern auf. Zu jeder Person stellen wir das etwaige ganz persönliche Missbrauchserlebnis. Auf der Position des Vaters spüre ich, dass ich geschlagen werde – Dunkelheit, Angst, Panik und wieder Schläge. Auf der Position der Mutter empfinde ich eine große Scham, Angst, Schmerz, Entsetzen, Traumaleere und ein Schrei, der in der Kehle stecken geblieben ist. Auf ihrer Position fühle ich ein schmerzhaftes Alleinsein, einen seelischen Schmerz, der daher rührt, nicht geliebt und gesehen worden zu sein und ein Gefühl, für die Bedürfnisse der Eltern verantwortlich gemacht zu werden. Wir finden heraus, dass es in ihrer Familie geistig-seelischen, körperlichen und sexuellen Missbrauch gab. Tatsächlich sind ihre Mutter und ihre Großmutter gegen Kriegsende im gleichen Raum von

Je stärker unverarbeitete Gefühle abgespalten werden, desto intensiver zeigen sie sich in der späteren Generation. Sie können so stark in uns sein, dass wir sie für unsere eigenen halten können. Verarbeiten lassen sich solche Gefühle nicht. Wir können sie nur dorthin entlassen, wo sie hingehören.

mehreren Männern vergewaltigt worden. Sie lagen noch lange ineinander verschlungen auf dem Boden und die Großmutter wiederholte immer wieder den Satz: »Es ist vorbei – wir leben ...«. All die Ereignisse im Leben ihrer Eltern wurden nicht bearbeitet und deren unverarbeitete Gefühle waberten unentwegt durch das Leben dieser jungen Frau. Mit ihrem rebellischen Wesen rannte sie jahrelang immer wieder gegen die selbe Wand: Tabuisierung.

## **Die Berufung**

Ein junger schüchterner Mann kommt zu mir, um herauszufinden, was seine Berufung ist. Ich frage ihn, womit er gerade sein Geld verdient. Er antwortet: »Mal hier, mal dort – ich kann nicht lange an einem Ort bleiben.« Wir untersuchen seine Situation, indem wir ihn und seine Berufung aufstellen. Auf seiner Position fühle ich mich ganz flattrig und schwirrig, wie ein Schmetterling, der mit zerfransten Flügeln und Vollgas von Blüte zu Blüte saust. Er freut sich sehr, dass sein Zustand so komplex erkannt wird. Wir lachen. Etwas tiefer in ihm spüre ich nichts mehr und unter dem Nichts auch nichts und dann einen Schmerz, der mir das Herz zerreißen möchte. Zack, sause ich wieder in diese flirrende, allem ausweichende Unruhe. Ich stelle mich auf die Position seiner Berufung. Hier spüre ich eine warme herzliche mitfühlende Kraft. Ich bin voller gelebten Lebens. Kein menschliches Schicksal ist mir fremd. Weisheit und Liebe trage ich als Berufung in mir. Der junge Mann schaut mich fragend und ungläubig an. Ich sage ihm, dass er ein starkes Trauma in sich trägt und frage ihn, ob er weiß,



Unsere Berufung ist die Entfaltung unseres Potentials. Es ist die Entfaltung unseres wahren Wesens, unserer Begabungen in dieser Welt. In unserem wahren Wesen liegen unsere potentialreichsten Begabungen und Stärken. Ein großes Glück empfinden Menschen, die ihre Berufung zu ihrem Beruf gemacht haben.

was da passiert sein könnte. Er sagte lächelnd, ihm sei nicht passiert, nur seine Mutter sei bei seiner Geburt gestorben – das sei alles. Da ihn aus der Verwandtschaft keiner aufnehmen wollte, kam er in ein Kinderheim. Dort ging es ihm aber gut. Ich gab ihm den Rat, sich an einen erfahrenen Traumatherapeuten zu wenden, wenn er soweit ist, sein Trauma zu bearbeiten. Auf seiner Berufung konnte ich sein wahres Wesen fühlen. Sein

Wesen ist da. Es wird ihm nie verloren gehen. Wenn das Trauma sich auflöst, dann findet sein wahres Wesen Platz in ihm. Es ist egal, wie lange es dauert. Es wartet. Es wird seine Liebe und seine Weisheit durch ihn entfalten wollen, sobald es Platz bekommt. Sein Wesen eignet sich sehr dazu, Menschen heilerisch oder lehrend zu begleiten. Diese Idee gefiel dem jungen Mann sehr. Na klar ...

### **Ich kann in Beziehungen nicht ich selbst sein**

Eine schöne und starke Frau kommt in meine Praxis. Sie berichtet mir, dass sie, in Beziehung zu Männern, immer wieder sich selbst aufgibt. Dann verlässt sie den Mann, um wieder sie selbst sein zu können. Sie möchte nun, dass das aufhört. Wir untersuchen

ihre Situation, indem wir sie aufstellen, das, was sie immer wieder verliert und das, was zu diesem Muster geführt hat. Auf ihrer Position spüre ich Selbstbewusstsein, Freiheitsliebe, Stolz und etwas Abweisendes. Der Teil, den sie verliert, während sie in Beziehung ist, fühlt sich sehr sensibel und verunsichert an. Hier ist sie

sehr verletzt und verletzbar. Auf der Ursache ihres Musters, werde ich zu einer sehr dominanten Person. Auf die Frage, wer das sei, erzählt sie mir von ihrem herrischen Vater, der sie, seit sie denken kann, dominiert und klein gemacht hat. Im Alter von 16 Jahren ist sie dann weggegangen, weil sie es nicht mehr ertragen hat.

Ihr Selbstschutz war es, sich nicht mehr zu fühlen, was ihr nun in den Liebesbeziehungen zu Männern passiert, ohne dass sie es wirklich steuern kann.

Als Kinder entwickeln wir Muster, die dazu dienen, in unseren Familien existieren zu können. Später können diese Muster uns so begrenzen, dass sie unserer Selbstentfaltung im Wege stehen.

### **Mein Mann hat sich verliebt**

Eine sehr warmherzige und verständnisvolle Frau berichtet mir unter Tränen, dass sich ihr Mann verliebt hat. Sie versteht nicht, wie das passieren konnte und möchte gern wissen, was sie nun tun kann. Wir schauen uns ihre Beziehung an. Auf ihrer Position spüre ich ein mütterliches, herzliches, etwas sorgenvolles Wesen. Etwas tiefer darunter fühle ich Ohnmacht und Ratlosigkeit. Ich

Religiöse Erziehung kann dazu führen, dass unser natürliches Lustgefühl, unser Eros, unsere Vitalität und Kraft regelrecht erdrückt werden.

Das Schöne ist, dass unsere Lust und unsere Kraft niemals verloren gehen. Sie liegen immer darunter und warten darauf, von uns entdeckt und gelebt zu werden.

gehen soll, was sie tun kann, überkommt mich eine übergroße Welle aus Scham- und Schuldgefühlen.

Sie schließt für einen Moment die Augen und atmet tief durch. Dann schaut sie mich an und berichtet mir von ihrer streng katholischen Erziehung. Sie kennt es nicht anders und glaubt, »dieses Kreuz tragen zu müssen«, denn schließlich müsse doch da etwas dran sein, wenn sie es so stark fühlen kann. Nun stelle ich mich hin für das, was unter diesem Berg erdrückender und selbstbestrafender Gefühle liegt. Hier entdecken wir eine lustvolle Freude, so unschuldig und anziehend, dass uns nun beiden die Tränen kommen.

fühle mich kraftlos und unterspannt. Auf seiner Position empfinde ich Unruhe und Unzufriedenheit. Ich mag meine Frau nicht ansehen. Etwas tiefer spüre ich Schuldgefühle, Groll und Ablehnung. Sie weint und sinkt in sich zusammen. Ich schlage ihr vor, mich hinzustellen für das, was sie tun kann, damit es zwischen ihnen besser wird. Etwas erstaunt darüber, dass so etwas funktioniert, willigt sie hoffnungsvoll ein. Auf der Position, auf der es um das



## Ich kann meinen Erfolg nicht genießen

Ein kluger erfolgreicher Geschäftsmann berichtet mir, dass er nichts von dem, was er erreicht hat, wirklich genießen kann. Er fühlt sich getrieben und erschöpft. Auf die Frage, wie es denn eigentlich sein sollte, reagiert er mit einem lauten Lachen. Er kann sich gerade beim besten Willen nicht vorstellen, wie er das sich drehende Hamsterrad verlassen soll.

Wir untersuchen die Situation, indem wir ihn und das Hamsterrad aufstellen. Auf seiner Position fühle ich mich klar, offen, kraftvoll und kontrollierend. Etwas tiefer in ihm erspüre ich einen Brei aus existenzieller Angst, durchhalten müssen, Panik, Herzrasen, Anspannung und Druck. All diese Gefühle sind unklar, unpersönlich, schwammig und diffus - ein Ausdruck dafür, dass es nicht die eigenen sind. Auf der Position des Hamsterrades fühle ich eine sadistische Macht. Ich bekomme große Lust, jemanden auf primitivste und dümmste Art und Weise zu quälen, bis derjenige kaputt ist. Auf die Frage, wer in seiner Familie womöglich solchen Qualen ausgesetzt war, berichtet er mir, dass der Vater seines Vaters in Gefangenschaft war. Nach dessen Rückkehr, ist er nicht mehr derselbe gewesen. Geredet wurde über diese Ereignisse nicht, doch alle

Unverarbeitete und abgespaltene Gefühle unserer Vorfahren können großen Einfluß auf unser Leben haben. Mit dem Loslassen dieser Gefühle und dem Leben unserer Gaben, unseres eigenen Wesens, bringen wir wieder eine positive Ordnung in unserem Leben in Fluß.



wussten, dass ihm etwas sehr Schlimmes passiert sein musste. Abschließend stelle ich mich noch auf den Persönlichkeitsanteil des Unternehmers, welcher offen dafür war, die unverarbeiteten Gefühle des Großvaters in sich aufzunehmen. Hier werde ich zu einem kleinen Jungen, der sehr traurig ist und spüren kann, dass sein Vater unter dem »inneren Verschwinden« des Großvaters leidet. Unter dieser Traurigkeit fühle ich eine große Gabe, die Fähigkeit, sehr klar zu erspüren, ob etwas stimmig ist oder nicht.

### **Irgendetwas hält mich zurück**

Eine Frau, erfolgreich im Beruf, mit erwachsenen Kindern, möchte untersuchen, was sie so zurück hält. Jetzt, wo die Kinder aus dem Haus sind, möchte sie noch einmal so richtig durchstarten. Sie hat Geld, viele Ideen, auch schon an sich gearbeitet, und doch haften noch etwas an ihr, das sie festzuhalten scheint, berichtet sie humorvoll. Wir schauen uns das genauer an, indem wir sie und das, was sie zurückhält, aufstellen. Auf ihrer Position fühle ich mich stark und klar. Etwas tiefer spüre ich Verunsicherung und viel Verantwortung. Auf der Position von dem, was sie zurück hält, werde ich sofort betrunken und möchte mich an ihr festhalten. Ich frage sie, wer denn hier so ein mächtiges Alkoholproblem hat. Sie erzählt mir, wieder auf humorvolle Weise, von ihrer schon immer betrunkenen Mutter, deretwegen sie jahrelang Psychotherapie in Anspruch nehmen mußte. Inzwischen ist sie alt und durch den Alkohol vollkommen verblödet. Sie lacht.

**Coabhängigkeiten zu lösen,  
ist ein mutiger Weg zu sich  
selbst.**

Das Lachen kommt von Herzen. Ich frage sie, ob sie bereit ist, die Restverantwortung ihrer Mutter gegenüber loszulassen. Sie weint. »Nein, das will ich nicht, dann hat sie doch niemanden mehr.« Ich stelle mich auf das wahre Wesen ihrer Mutter und bitte die Klientin, mich – auf der Position ihrer Mutter stehend – zu fragen, ob es in Ordnung wäre, noch mal so richtig durchzustarten. Auf meiner Position fühle ich sofort eine wunderbare Zärtlichkeit. Nachdem ich gefragt wurde, ob es mir recht wäre, dass meine Tochter ihren Weg gehen darf, gibt es keine Worte in mir, stattdessen strömt zwischen uns eine unglaublich große Liebe. Dann höre ich sie sagen: »Ich weiß es schon.« Sie weint Tränen der Erleichterung.

## **Integrativ anstatt systemisch**

Eine Frau kommt in meine Praxis. Wir kennen uns bereits. Seit einiger Zeit bearbeitet sie ihre Themen mit Hilfe systemischer Aufstellungen. Heute geht es um ihren Geldfluss. Ich schlage ihr vor, integrativ statt systemisch zu arbeiten. Dazu frage ich sie, wie viele unbewusste Aspekte ihrem Geldfluss im Wege stehen. Sie antwortet spontan intuitiv: fünf. Wir stellen die fünf Aspekte auf und als Ziel ihren Geldfluss. Nun ist es ihre Aufgabe, den fünf

**Das Wandeln unbewusster Muster und die Integration unserer Fähigkeiten bringt uns allem näher, wovon wir träumen.**

unbewussten Aspekten zu begegnen. Ich stelle mich auf jeden einzelnen Aspekt. Sie positioniert sich mir jedes Mal gegenüber und verbindet sich mit mir, indem sie mir in die

Augen schaut. Wir beschreiben beide, wie es uns geht und was sich verändert, bis der jeweilige Aspekt durch eine Umarmung integriert werden kann. Auf ihrem Weg wandelt sie folgende Muster: Sich nicht gesehen fühlen, Angst, etwas falsch zu machen, niemanden brauchen wollen, sich einsam fühlen und Wut darüber, nicht auf die richtige Weise geliebt worden zu sein. Nachdem sie diese fünf unbewussten Muster verwandelt und integriert hat, stellt sie sich dem Geldfluss gegenüber. Auf der Position des Geldflusses spüre ich eine tiefe Selbstliebe. Abschließend integriert sie ihre Fähigkeit, sich selbst zu lieben. Dies fällt ihr nicht so leicht, da sie die Überzeugung hat, ihre Eltern seien dafür verantwortlich.

Sie begegnet ihrer Angst vor zu viel Liebe und glaubt, es nicht verdient zu haben, gleichbleibend Liebe zu bekommen. Nun ist sie durch. Sie kann ihre Fähigkeit, sich selbst zu lieben fest in die Arme nehmen.

Hier wünschte ich mir noch einen abschließenden Satz ... eine Einladung ...

Judith Mücke

**Systemische Praxis Potsdam**

Beratung und Therapie

Jägerstraße 30 · 14467 Potsdam

[www.systemische-praxis-potsdam.de](http://www.systemische-praxis-potsdam.de)





