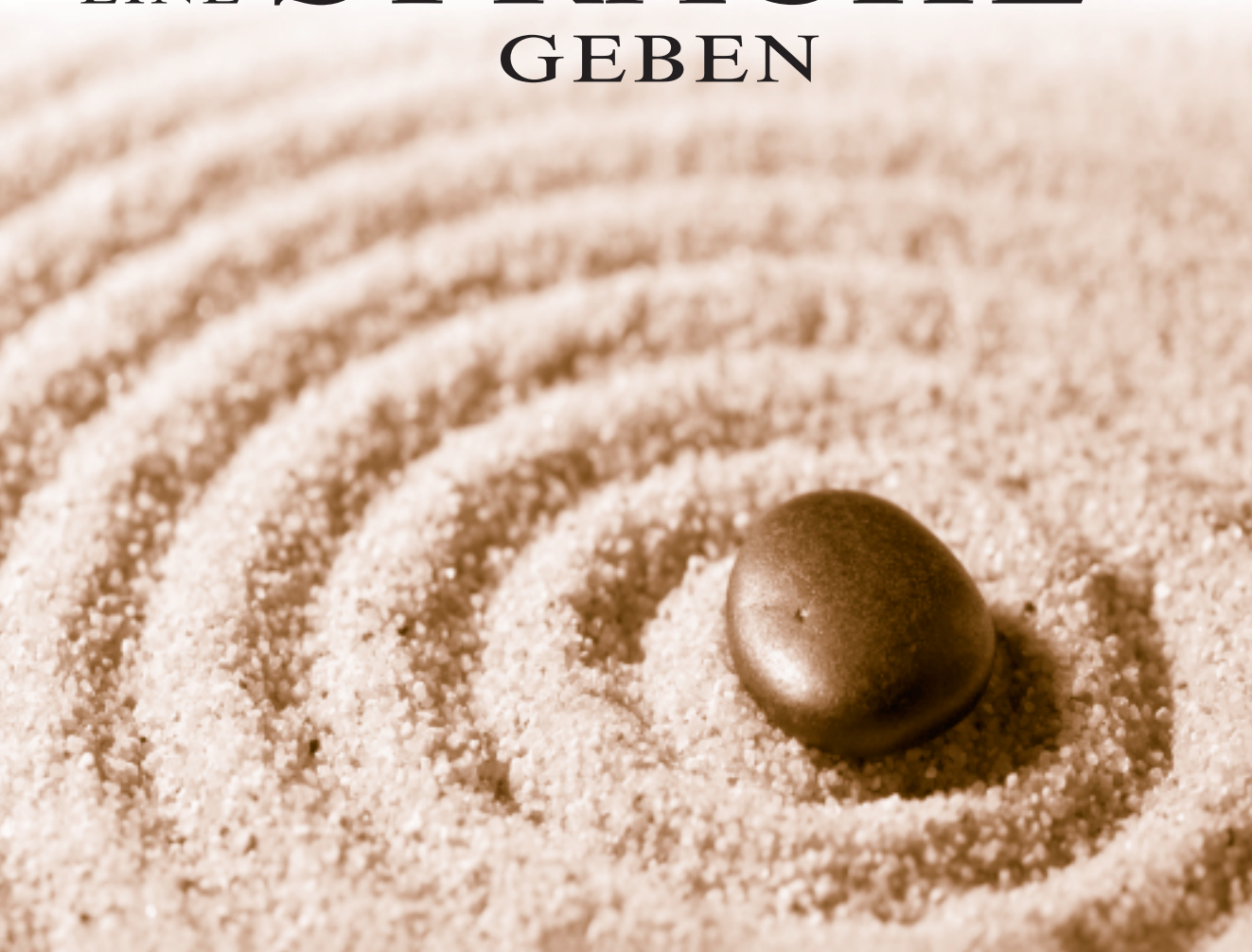


Durch die langjährige Arbeit mit systemischen Aufstellungen wird es immer klarer, dass neben der Entschlüsselung von Problemsituationen innerhalb der Familie oder der Arbeit auch umgekehrt jedes Körpersymptom auf ein unerledigtes Thema aufmerksam machen will. Sobald der Klient das ursprüngliche Thema seiner Beschwerden erkennt und dem erforderlichen Lösungsweg zustimmt,

*Systemische Aufstellungen von Körpersymptomen:* beruhigen sich die Körpersymptome oder lösen sich sogar ganz auf.

# DER SEELE IN NOT EINE SPRACHE GEBEN



## Welche Körpersymptome kann man aufstellen?

Im Prinzip lassen sich alle Körpersymptome aufstellen. Besonders gut eignen sich Symptome, für die die Schulmedizin die wirklichen Ursachen nicht kennt und keine nachhaltig heilenden Behandlungsmethoden anzubieten hat.

Ganz besonders eignen sich also alle Krankheiten mit starker, unspezifischer Schmerzsymptomatik, wie z. B. chronische Kopf- und Glieder-, Herz-, oder Magenschmerzen.

So konnte eine Klientin mit der Diagnose Fibromyalgie nach der Aufstellung zum ersten Mal schmerzfrei durchschlafen. Dies hielt zwei Monate an ohne Medikamenteneinnahme. Später tauchten noch einmal abgeschwächte Symptome in einer bestimmten Lebenssituation auf, die dann weiter bearbeitet werden konnten.

Notwendig ist gleichzeitig bei stark körperlich manifestierten Erkrankungen eine schulmedizinische Abklärung von Fachleuten!

## Typische Krankheitsursachen

Krankheitssymptome machen auf eine Vielfalt von Themen aufmerksam, wie

- übernommene Familienmuster;
- ausgeschlossene Personen im Familiensystem;
- Fremdenergien, Anhaftungen;
- Familiengeheimnisse;
- eigene oder übernommene seelische Verletzungen.

## Wie funktioniert eine Aufstellung?

Der Klient schildert sein Anliegen in der Aufstellungsgruppe. Der oder die Aufstellungsleiter/in entscheidet über die benötigten Positionen. Diese können Personen, aber auch abstrakte Themen repräsentieren, wie beispielsweise: „Was muss gelöst werden, damit mein chronischer Kopfschmerz verschwindet?“

Ein Stellvertreter aus der Gruppe wird entsprechend für den Klienten und ein anderer Stellvertreter für das Symptom „Was ist zu lösen, damit der Kopfschmerz verschwindet“ ausgewählt. Die Stellvertreter suchen sich einen Platz im Raum. Das erste

Bild spiegelt den Status quo einer Situation des Fragestellers. Über verbale Interaktionen, Rückgaberrituale (z. B. „Ich lasse es bei dir und halte mich da raus“) und Stellungsarbeit im Raum werden Lösungsprozesse eingeleitet. Der Klient schaut von außen dabei zu.

## Wie häufig wird aufgestellt?

Für manche Themen reicht eine Aufstellung, andere sind mehrschichtig und es wird in Etappen weiter daran gearbeitet. Es macht auch immer nur Sinn, so weit zu arbeiten, wie die Seele des Klienten bereit ist zu gehen, d. h. der Klient wird da abgeholt, wo er/sie gerade steht, und ein Stück weiterbegeleitet auf seinem Lebensweg.

## Wie schnell wirken Aufstellungen?

### • Von sofort bis langfristig:

Die Zeitachse der Wirkung reicht von sofort bis über Tage, Monate, Jahre hinweg und hängt auch damit zusammen, wie bereit der Klient ist und wie schnell der Körper eine Integration der neuen Erkenntnisse zulässt.

Sehr eindrücklich war ein Fall, in dem eine Stellvertreterin die Rolle der Weiblichkeit übernommen hatte. Hinterher erzählte sie, dass sie während der Aufstellung Blutungen bekam, obwohl sie sich eigentlich schon einige Monate in der Menopause befand. So schnell kann der Körper reagieren. Sie selbst hatte in ihrem Leben einige weibliche Aspekte ausgeklammert, z. B. hatte sie keine Kinder bekommen und übte jahrelang einen Job in der Männerwelt aus.

### • Körpersymptome verschwinden:

Es kann sein, dass ein Körpersymptom noch während oder kurz nach der Aufstellung verschwindet. So die Rückmeldung eines Klienten mit chronischen Magenschmerzen: „Bei einem Tankstellenstopp nach dem Aufstellungsseminar habe ich plötzlich gemerkt, dass meine Magenschmerzen weg sind.“ Oder eine Klientin mit Nackenverspannungen merkte noch während der Aufstellung: „Mein Nacken ist schmerzfrei. Die Knoten sind weg.“

• **Ein Symptom verschwindet, ein neues zeigt sich:**

Es kann auch sein, dass eine mehrschichtige Symptomatik vorliegt, d. h. dass ein Symptom verschwindet, während ein anderes zum Vorschein kommt. Z. B. sind nach einer Aufstellung die Herzschmerzen weg, dafür tauchen jetzt Magenschmerzen auf, die dann in der nächsten Sitzung bearbeitet werden.

Zur Verankerung der neuen Bewusstseinsenergie im Körper können nach einer Aufstellung zusätzlich energetisch feinfühlig Körperarbeiten hinzugezogen werden, sie sind jedoch nicht zwingend notwendig.

### Typische Frageweise

Sehr wichtig ist das Vorgespräch, um abzuklären, wo der Klient steht. Es ist nämlich ein großer Unterschied, ob der Klient sagt: „*Ich will verstehen, warum ich die Symptome/ die Krankheit habe.*“, oder ob er fragt: „*Was ist zu erledigen/zu lösen, damit sie gehen/verschwinden?*“

In der zweiten Fragestellung steckt mehr Kraft, weil der Klient bereit ist, aktiv Verantwortung für die Lösung seines Problems zu übernehmen.

Die Art der Fragestellung sagt also sehr viel darüber aus, wie weit der Klient bereits Vorarbeit in Richtung Lösung für sein Problem geleistet hat: Will er sein Symptom nur verstehen, aber es lieber noch behalten, oder ist er schon bereit, es ganz loszulassen?

### Das Besondere an Aufstellungen

• **Diagnose und Lösungswege werden gezeigt:**

Der Klient sieht im ersten von den Stellvertretern aufgestellten Bild zunächst den Status quo seiner aktuellen Situation, sozusagen die Diagnose seiner Beschwerden. Im weiteren Verlauf der Aufstellung zeigen sich die Lösungsschritte.

• **Die Aufnahmebereitschaft wird berücksichtigt:**

Das Aufstellungsfeld sowie die Leitung berücksichtigen, wie viel Lösung der Klient bereit ist, anzunehmen. Manchmal ist ein kleiner Schritt dran, manchmal kann schon die ganze Lösung zum Thema gesehen und vorgenommen werden.

• **Der Blick von oben:**

Dadurch, dass Stellvertreter arbeiten, kann der Klient wie von einem Berg herab die Situation mit Distanz betrachten, was eine objektivere Wahrnehmung ermöglicht.

• **Aufstellungen sind eine schnelle und effektive Methode:**

Je bewusster der Klient ist, desto schneller kommt die Lösung. Meist benötigt man ca. eine halbe, in manchen Fällen auch etwas mehr als eine Stunde. Die Zeitdauer ist nicht entscheidend für die Wirkung. Etwas kurz anzuschauen ist oft wirkungsvoller, als lange an einem Thema zu arbeiten. Manchmal ist es auch besser, an einem Punkt aufzuhören, an dem keine Endlösung für das Thema in Sicht ist, und weiterzumachen, wenn der Klient ein weiteres Mal kommt.

• **Vielfältige Ebenen werden abgedeckt:** Mit Aufstellungen können viele Ebenen einer Problemursache abgedeckt werden. Sowohl klassisch familiäre Einflüsse als auch Anhaftungen, energetische Störfelder und Reinkarnationsthemen können auftreten. Voraussetzung ist natürlich die Offenheit und Erfahrung des oder der Aufstellungsleiters/in.

• **Prozessbegleitung:**

Eine Nacharbeit ist meist nicht nötig, kann jedoch bei Bedarf erfolgen. Manchmal ist es notwendig, ein Thema zu vertiefen. Dies kann in Einzelarbeit, in der Gruppe oder im Notfall auch in Form einer telefonischen Beratung erfolgen.

• **Teilnahmevoraussetzung:**

Jeder kann Aufstellungen für sich nutzen – wichtig ist die persönliche Bereitschaft, sich seine eigenen Themen anzuschauen und Lösungen anzunehmen.

### Fallbeispiele

• **Übergewicht:**

Übergewichtige Menschen sind meistens sehr sensibel. Sie haben aus unterschiedlichen Gründen einen Schutz um sich herum aufgebaut. Die Aufstellung zeigt, wofür er bis heute gut war und wessen es bedarf, damit der Klient ihn nicht mehr in dieser Form braucht.

Bei einer Klientin, die ihr latentes Übergewicht aufstellte, zeigte die Aufstellung, dass sie sich dadurch erden und sich vor weiteren Verletzungen (seit der Trennung ihres Partners) schützen wollte. Ihr Überge-

Mit Aufstellungen können viele Ebenen einer Problemursache abgedeckt werden

wicht machte sie unbeweglich. Nach den unterschiedlichen Lösungsschritten brauchte der Körper das zusätzliche Gewicht nicht mehr: „Jetzt kann ich auch ohne Dich gut im Leben stehen.“

• **Verdauungsprobleme:**

Eine Mutter hatte einen 2-jährigen Sohn. Er war, seit er auf der Welt war, mit Verdauungsproblemen geplagt, die sich u. a. in Krampfstufen äußerten. Sie sorgte sich deswegen viel um ihn und war ständig in seiner Nähe. Auch nachts war er sehr unruhig. Schulmedizinisch und alternativmedizinisch hatte sie schon vieles ausprobiert, aber nichts hatte bisher geholfen. Sie wollte wissen, was gelöst werden musste, damit die Verdauung wieder „in Fluss“ kam.

Die Aufstellung – ohne die direkte Anwesenheit des Sohnes – zeigte sofort alte und verstrickte Familienthemen, insbesondere der weiblichen Linie. Der Sohn war stark darin verwickelt. Es waren im wahrsten Sinne des Wortes „unverdaute Sippenthemen“. So wurde in der Aufstellung primär für den Sohn gearbeitet, in deren Verlauf er sich mithilfe des Stellvertreters davon lösen konnte. Die Mutter war von den Ereignissen sehr berührt. Zu einem späteren Zeitpunkt arbeitete sie für sich an den Themen weiter. Danach, fast zeitgleich normalisierte sich die Verdauungsproblematik beim Sohn.

„Unverdaute Familienthemen“ können im wahrsten Sinne zu Verdauungsproblemen bei Angehörigen und Nachkommen führen, wobei die Themen weit zurück in der Vergangenheit liegen können.

• **Rückenbeschwerden:**

Bei den meisten Klienten, die Rückenprobleme haben, geht es um eine Last, die sie vom Familienschicksal übernommen haben. Ein Mann z. B. musste sich jede Woche einen Wirbel einrenken lassen. Nach Aufstellung blieb der Wirbel länger in seiner Position als sonst. Es zeigte sich, dass diese Wirbelproblematik bis zur dritten Generation zurückging.

Eine weitere Ursache für Rückenschmerzen ist es, sich nicht verneigen zu können, d. h. wenn das Leben nicht so gewertschätzt wird, wie es sollte.

• **Herzbeschwerden:**

Offt kommen Menschen mit Symptomen

wie Herzrasen zur Aufstellung, für die medizinisch keine Ursache gefunden werden konnte. Manchmal wird aber auch während einer Aufstellung sichtbar, dass das Herz sehr gefährdet ist. In diesen Fällen ist es dringend notwendig, medizinische Untersuchungen durchführen zu lassen.

Die Aufstellungen zeigen, dass es bei Herzbeschwerden vorwiegend um die Herzöffnung geht. Die meisten Menschen, die sich für eine Herzoperation entscheiden, wollen nichts spüren – weder ihr Herz noch ihre Gefühle. Oft handelt es sich um alte Geschichten, wie beispielsweise bei der Kriegs- und Nachkriegsgeneration, die ihre Gefühle abspalten musste, um zu überleben. Typische Frauenthemen sind auch Kinder, die sie verloren haben, was ihnen das Herz gebrochen hat. Wenn die Trauer nicht richtig durchlebt werden konnte, weil es zu schlimm für sie war, bleibt sie im Schockzustand. Die anderen Kinder leiden aber darunter, weil die Mutter ihr Herz nicht mehr öffnen kann.

• **Verhaltensauffälligkeiten bei Kindern:**

Körpersymptome und Verhaltensauffälligkeiten weisen fast immer auf unerledigte Themen der Familie hin.

Ein Kind verstand mit 4 1/2 Jahren zwar alles, was andere sagten, wollte aber nicht sprechen. Die Aufstellung dazu zeigte eine Verbindung zu einem Schock, den eine Großmutter erlitten hatte. Ihr Kind war auf der Flucht an Hunger und Schwäche gestorben und dieser Schock hatte die Großmutter sprachlos gemacht. Das Enkelkind hatte die Sprachlosigkeit also stellvertretend übernommen. Einige Zeit nach der Aufstellung berichtete die Mutter, dass das Kind in der Zeit nach der Aufstellung langsam zu sprechen begann.

• **Auto-Agressionssymptome:**

Eine Mutter kam mit dem Anliegen zu klären, was mit ihrem 9-jährigen Sohn los war. Es traten immer wieder unterschiedli-

Je bewusster der Klient ist, desto schneller kommt die Lösung





## Interview mit Kristine Alex

„Wenn die Seele geheilt werden will, meldet sie sich über den Körper“

**N & H: Man ist bei systemischen Aufstellungen daran gewöhnt, dass familiäre bzw. berufliche Angelegenheiten bearbeitet werden, aber dass ebenfalls Körpersymptome aufgestellt werden können, ist weniger bekannt.**

*K. Alex: Im Laufe der letzten Jahre konnte ich im Rahmen meiner Arbeit beobachten, dass Aufgeschlossenheit und Bewusstsein der Klienten, einen anderen Weg als den von der Schulmedizin vorgeschlagenen zu gehen, immer mehr zugenommen haben. Sie wollen wirklich verstehen, warum sie diese Krankheitssymptome haben.*

*Man kann sagen, dass hinter jedem Körpersymptom ein Thema steckt. Meistens sind es seelische Konflikte, die bisher nicht*

*gelöst wurden. Sie sind irgendwann in diesem Leben, manchmal bereits im Mutterleib entstanden. Oder es sind übernommene Gefühle von Vorfahren, wie z. B. Kriegserlebnisse, der Klient spürt dabei, was ein Familienmitglied früher erlebt hat.*

*Viele Menschen haben ihre Gefühle aufgrund berührender, oft lange zurückliegender, schmerzhafter Ereignisse abgespalten. Sie wollen keinen Schmerz mehr spüren. Dadurch sind natürlich auch keine positiven Gefühle möglich. Manchmal werden auch Geschehnisse, die Vorfahren erlebt haben und die nicht richtig gesehen, benannt oder gewürdigt worden sind, von Nachkommen erinnert. Sie sind dann sozusagen*

*unbewusst in die Vergangenheit verstrickt. Dadurch sind sie auch nicht in der Lage, die schönen Dinge des Lebens voll wahrzunehmen und sie authentisch zu fühlen. Ist das Herz wieder offen und ist es bereit zu spüren, dann ist ein direkter Kontakt zum Leben wieder möglich, ebenso ein liebevoller Kontakt zu Angehörigen. Diese Entscheidungen können aber nur mit dem Herzen getroffen werden.*

*Auch Kinder gehen sehr stark in Resonanz mit ihren Müttern bzw. Vätern. Wenn sie z. B. eine Verhaltensauffälligkeit aufweisen wie ADS oder wenn sie an Neurodermitis bzw. Allergie leiden, lässt sich meist im größeren Familienumfeld eine Ursache dafür finden.*

*Im Grunde lassen sich alle Symptome aufstellen. Wichtig ist nur, dass der Klient wirklich bereit ist, etwas zu ändern. Es kann sich um akute Beschwerden handeln wie eine akute Blasenentzündung oder auch um chronische wie Rückenschmerzen. Es kann sein, dass nach einer Aufstellung die Symptome vollständig verschwinden, oder aber dass ein Thema mehrschichtig ist und verlangt, noch einmal gründlich angeschaut zu werden.*

**N & H: Was ist das Besondere an diesen körpersymptomorientierten Aufstellungen?**

*K. Alex: Das Besondere bei dieser Art von Aufstellung ist, dass man mit abstrakten Positionen umgeht. Man stellt nicht Vater, Mutter oder Kind auf – außer im Falle, wo die Krankheit Familienmitglieder repräsentiert, sondern aufgestellt werden der Klient und das Symptom selbst bzw. das, was zu lösen ist, damit der Klient geheilt wieder nach Hause gehen kann. Manchmal ist der Klient noch nicht so weit. In diesem Fall muss man den Klienten und die Ursache, warum er immer wieder krank wird, aufstellen.*

*Manche Menschen neigen zu Unfällen und wollen verstehen, warum ihnen so etwas ständig passiert. Dann wird der Klient und der Unfall aufgestellt, und man arbeitet daran, dass die tiefe Ursache dafür gelöst wird, damit es nicht wieder passiert.*

*Meistens kommen wir an den Punkt, an dem die Krankheit sagt: „Jetzt kann ich gehen, da ich den Lösungsweg beschrieben bekommen habe.“ Sie hat immer die Aufgabe, dem Menschen etwas zu zeigen. Es geht um Lernschritte, die zu gehen sind. Es gibt also immer eine Botschaft hinter jeder Symptomatik.*

Anne Devillard



**Kristine Alex** ist Gründerin des „Systeme in Aktion-Instituts für Systemaufstellungen“ in München und Chiemgau sowie Autorin des Buches „Die Ordnungen des Erfolgs – Eine Einführung in die Organisationsaufstellung“ (im Kösel Verlag 2001 unter Kristine Erb erschienen). Sie hält auch Seminare und Fortbildungen im systemisch-energetischen Bereich (Schwerpunkte: Beruf, Familie, Krankheitssymptome, Orte/Plätze, Kinder).  
Kontaktadresse:  
Tel. 08054/902023,  
Internet:  
www.systeme-in-aktion.de

che Körpersymptome und auffällige Verhaltensmuster bei ihm auf. Die Heilpraktikerin vermutete ein Autoaggressionsthema dahinter.

Die Aufstellung mit ihm zeigte, dass der Junge über besondere körperliche und geistige Kräfte verfügte, die ihren Platz und ihre Ausdrucksform in seinem Leben noch nicht richtig gefunden hatten. Deswegen war er sehr unruhig und unausgeglich.

Die aufgestellte „für ihn passende Betätigung“ weckte sofort sein Interesse. Es stellte sich bei ihm ein Gefühl des „Sich-gesammelt-und-komplett“-Fühlens sowie Ruhe und Ausrichtung ein. Eine besondere Disziplin des fernöstlichen Kampfsports zu lernen, tauchte als konkrete Idee auf.

#### • **Operation ja oder nein?**

Eine Klientin hatte von einem Zahnarzt die Empfehlung bekommen, den Kiefer aufsägen zu lassen, um verschiedene Körpersymptome zu beheben. Sie war unsicher, ob sie es tun sollte.

Die Aufstellung zeigte, dass die Ursache der Kieferverspannung in angestauter Wut lag und mit energetischer Lösungsarbeit zu klären wäre. Die Klientin entschied sich erst mal gegen eine Operation und begann in mehreren Etappen, die damit verbundenen Themen zu bearbeiten. Sie berichtete bald von einer starken Verbesserung der damit verbundenen Symptomatik.

#### • **Sucht:**

Aufstellungen zum Thema Sucht zeigen, womit der Betroffene zu einem Großteil beschäftigt ist und wohin seine Sehnsucht geht. Dies ist für Angehörige sehr schlimm, da Kinder und Lebenspartner oft nicht verstehen, wieso sie so wenig Aufmerksamkeit vonseiten des Suchenden bekommen. Die „Süchtigen“ sind oft unbewusst mit Verstorbenen verbunden. Manchmal sind auch alte Verletzungen die Ursache für das Suchtverhalten, denn schlimme Erlebnisse konnten nur überlebt werden durch Abspaltung der Gefühle. Mit Hilfe von Alkohol oder anderen Drogen werden diese Gefühlswelten als Ersatz für die Wirklichkeit erlebt.

#### • **Burnout:**

Das Burnout-Syndrom hat vielerlei Ursachen, so dass es meistens nicht mit einer Aufstellung getan ist. Es kommt darauf an,

in welcher Phase, d. h. wie sehr erschöpft die Menschen in die Praxis kommen.

Eine 38-jährige Frau, die eine 2-jährige Tochter hatte, kam nach längerer Zeit wieder zum Aufstellen. Zuvor waren einige Themen nach ihrem ersten Schwangerschafts-Abgang bearbeitet worden, woraufhin sie dann zum zweiten Mal erfolgreich schwanger wurde. Danach wollte sie ein weiteres Kind, hatte aber nochmals drei Abgänge. Während sie ihr Anliegen beschrieb, kamen ihr gleich die Tränen. Sie war total erschöpft. Ihre Tochter war sehr auf sie fixiert, hatte sich z. B. zwei Jahre nur von ihr ins Bett bringen lassen und schrie, sobald sie keine Körpernähe mehr zu ihr hatte. Der Mutter fehlten aus diesem Grund die nötigen Erholungsräume, um wieder zu sich zu kommen. Gleichzeitig hatte sie ein Haus neu gebaut und ihr Büro mit Mitarbeitern weitergeführt. Sie wohnte und arbeitete nun an einem neuen Platz. Ihr Wunsch war es, sich selbst wieder zu spüren und ihren eigenen richtigen Platz einzunehmen.

Die Aufstellung zeigte im ersten Bild eine apathisch schauende Frau, die sich im Kreise drehte. Ihren wahren Platz wollte sie nicht einnehmen, denn sie war gebannt von traurigen Ereignissen. Gefühle wollte sie nicht mehr richtig zulassen. Nach längerer Prozessarbeit fand sie dann wieder Kontakt zu ihren Gefühlen und äußerte spontan: *„Jetzt kann ich mein Herz wieder spüren.“* Als Lösung zeigte sich, die alte Verhaltensweise, nämlich im Bann von vergangenen, lang zurückliegenden Ereignissen zu stehen, loszulassen. Dabei war es sehr wichtig für sie, selbst zu entscheiden: *„Ich lasse es los und ich nehme meinen Platz ein.“* Mehr war nicht erforderlich. Die stellvertretende Tochter atmete auf, als die Mutter endlich an ihrem angemessenen Platz stand.

Es zeigte sich, dass gestresste, völlig erschöpfte Menschen mit Burnout eher zum Aufstellen kommen, als diejenigen, die schon eine die Situation entspannende Operation hinter sich gebracht und sich bereits mit der Situation auf diese Weise arrangiert haben.

Kristine Alex

Manchmal reicht nur eine Aufstellung - andere sind oft mehrschichtig und es wird in Etappen weiter daran gearbeitet