



KINEK A HÁTIZSÁKJÁT CIPELJÜK?

Átvállalt terhek, átvállalt sorsok a családfelállításban...

„Ezt a folyamatot meg kell szakítani. ...
Ha sikerül, az egészen különleges teljesítmény.
A megszakítás nem sikerülhet csak úgy,
hogy az ember nem hagyja magát sodródni.
Hátra kell lépni. Ahelyett, hogy úsznánk az árral,
kilépünk a partra, és nézzük a folyót, egészen addig,
amíg át nem látjuk a régi dolgokat, fel nem ismerjük
az újat, és el nem döntjük, hogy mit tegyünk.”
Bert Hellinger)

letünk során gyakran találjuk szembe magunkat leküzdendő akadályokkal, megoldandó helyzetekkel, problémákkal. Ilyenkor tesszük, amire legjobb tudásunk, tapasztalataink és adottságaink szerint képesek vagyunk, hiszen tudjuk, meg nem állhatunk, tovább kell lépnünk, hogy megszabaduljunk az ólmos súlyként ránk nehezedő nyomástól. Fogunkat összeszorítva kitarunk, és ha kimerítő is ez a küzdelem, fáradozásunk végül elnyeri jutalmát: a ránk nehezedő súly csökken, s mi haladunk tovább utunkon. Vannak azonban olyan terhek, amelyek minden igyekezetünk ellenére sem tűnnek el. Az idejét sem tudjuk már, mióta tart, hogy erőtlenekek vagyunk, fáj a vállunk, s hátunk egyre jobban görnyed a láthatatlan teher alatt. A családfelállításban sokszor megtapasztalhattuk, hogy ilyenkor nem a saját hátizsákkat cipeljük: valamely felmenőnk nehéz sorsával vagyunk láthatatlan szálakkal összefonódva, az ő útját követjük, anélkül, hogy erről tudnánk. Ha ezt felismerjük, egyértelmű a jelzés, hogy bizony ideje letenni a terhet...

A CSALÁDON BELÜLI SZEREPEK

A családfelállítás alapját a családtagok közötti szeretet képezi. Első hallásra ez furcsának tűnik, hiszen ki látott már olyan családot, ahol mindenki szereti egymást? Másfajta, nem a „holnap hívlak majd megint” fajta szeretetről van itt szó. Generációkon keresztül áramlik az energia, a szeretet az utódok felé. Aki járt már állításon, biztosan emlékszik, milyen gyöngéd, elfogadó tekintettel néznek a déd- vagy ükszülők nehézségek között csetlőbotló utódaikra. Az állítások egyértelműen megmutatják, hogy a család tagjait láthatatlan kötelék tartja össze, ebből kiszakítani senkit sem szabad és nem is lehet. **A család kollektív lelke arra törekszik, hogy a rendszeren belül minden odatarozó megkapja a neki megfelelő helyet.** Ha az energiának ez az áramlása valahol megszakad, ha valaki nem kapja meg a neki megfelelő tiszteletet és szeretet, a rendszer „jelez”. Jön egy utód, aki látszólag minden saját sorsbeli indoktól függetlenül nem tud megküzdni bizonyos akadályokkal, újra és újra szembesül bizonyos problémákkal, úgy is mondhatnánk, hogy nem boldogul az életben. Teszi ezt azért, hogy felhívja a figyelmet a család egy elfelejtett, kirekesztett tagjára. Szent küldetésből, a család érdekében cselekszik, összefonódik előde sorsával, hogy újra helyreálljon a rend, és a rég elfelejtett családtag felé kimondják a feloldozást hozó szavakat: Te is közeink tartozol! **Vihetjük a hátizsákokat szüleink iránti szeretetből, szolidaritásból is.** A kis hercegnő, az ifjú herceg majd boldoggá teszi a papát vagy a mamát, átvállalja az ő terheit. Természetesen ez kilátástalan vállalkozás, hiszen tudjuk, hogy a gyermek mindig csak a kicsi marad, s nem tudja szülei problémáit megoldani. Ez persze távolról sem tartja vissza attól, hogy legalább megpróbálja! Különösen egyedülálló szülők esetében gyakori ez a szituáció: a gyermek a családban jelen nem lévő – elvált vagy elhunyt – szülő helyébe lép, „felnőtt cipőbe bújva” igyekszik pótolni őt. Ez egyrésztől áldozatnak tűnik a gyermek részéről, másrészt viszont kiemelt szerepet, figyelmet biztosít neki. Veszélyes helyzet ez, hiszen egykor neki is tovább kell lépnie, és saját kapcsolatot kell teremtenie. Ilyen esetben az egyedül maradt szülő is nehezen talál párt, hiszen partnere helye mellette nem üres, ott a gyermeke áll. Hasonló problémákat okozhat ez a szituáció a gyermeknek is. Az apa vagy az anya halála után

is biztos háttérrel érez maga mögött, miért is volna hát kész áldozatokra, kompromisszumokra a párkapcsolatban? **Azonos nemű szülő és gyermek esetén a szolidaritás játszik fontos szerepet.** Ha te sem voltál boldog, anya, én sem leszek az – mondja lelke mélyén a leánygyermek. A párkapcsolati probléma valódi oka az anyánál keresendő – feltéve, hogy ő nem szolidaritásból magányos –, gyermeke csak másolja az ő sorsát. Ez a minta több generáción keresztül is végigfuthat a rendszeren, egészen addig, míg valaki ki nem mondja: Tisztelettel meghajlok a te sorsod előtt, kérlek, nézz rám akkor is szeretettel, ha én boldog párkapcsolatban élek a társammal.



GYERMEKEINK ÉRZELMEI ÉS VÁGYAI

A gyerekek szülei iránti szeretetből akár meg is betegítik magukat. Boldogan hanyatlik a párnára a lázas fejecske, ha látja, hogy betegágyánál válófényben lévő édesanya és édesapja egymás kezét szorongatva aggódik állapotáért. Németországban az a szokás járta, hogy minden istállóba beköltöztettek egy kecskét is. Hogy miért?

Azt gondolták, ha betegség közeledik, az először a gyengébb, a kisebb állatot támadja meg és nem a drága, sokszor pótolhatatlan lovakat. Ilyen kecske néha a gyermek is, aki boldogan megtesz mindent, csak hogy imádott szülője szeretetét kivívja, őt mosolyogni lássa. Vajon hány szülő, nagyszülő örül gyermeke, utócai boldogtalanságának? Miért vállaljuk az áldozati bárány (kecske?) szerepét, miért viszzük más hátizsákját? Talán abbeli meggyőződésünkből, hogy mi valami egészen különleges nagy tette is képesek vagyunk, talán ügyesebbek és erősebbek vagyunk, mint ők! Higgyük el, ez egészen biztosan kilátástalan, eleve kudarcra ítélt vállalkozás. **Adjuk vissza hát a sokszor mázsássá dagadt hátizsákokat jogos tulajdonosának, hajoljunk meg tisztelettel őseink sorsa előtt, és koncentráljunk arra, hogy saját hátizsákkunk tartalmának minél nagyobb részétől megszabaduljunk.** Ha magunkért nem tesszük meg, gondoljunk legalább az utódainkra: így nekik is csak a saját batyujuk tartalma marad. —Kajtár-Schneider Krisztina és Schneider Gábor

Bert Hellinger: A forrás nem kérdi, merre visz az útja

Peter Orban: A családfelállítás tankönyve

www.bioenergetic.hu

Ajándék könyvekért keresse e havi nyereményjátékunkat.

