

# Wandlung aus der Tiefe

## Familienstellen für den an Krebs erkrankten Menschen

Irmgard Eckermann

*Was genau ist Familienstellen und welche Erfahrungen bestehen im Zusammenhang mit der Krebserkrankung? Welchen Einfluss nehmen die tiefen Bindungskräfte und systemischen Wirkzusammenhänge, die innerhalb eines jeden Familiensystems, oft über Generationen hinweg, wirken und Einfluss nehmen können auf das Leben, bis hin zu Störungen und Krankheiten?*

*Dieser Artikel kann nur einen kleinen Ausschnitt der Aufstellungsarbeit aufzeigen und eine erste Idee der Möglichkeiten in der Anwendung für Betroffene anbieten. Bedeutung und Wirksamkeit anderer Behandlungswege auf dem Weg der Heilung werden dabei nicht infrage gestellt.*

Ganz allgemein kann man sagen, dass sich ein System durch eine Vielzahl von Elementen definiert und dass diese Elemente alle miteinander in Verbindung stehen. Wird eines der Elemente verändert, so bleibt das nicht ohne Einfluss auf die anderen. Auf das Familiensystem übertragen heißt das: Verändert ein Familienmitglied innerhalb des Systems zum Beispiel seine Haltung, seinen Platz, seine Einstellung oder erfährt ein Mitglied ein besonderes Schicksal, so bleibt das nicht ohne Wirkung auf andere Familienmitglieder. Es ist vergleichbar mit einem Mobile: Wird ein Teil des Mobiles in Schwingung versetzt, schwingen alle anderen Teile unweigerlich mit. Ein isoliertes Schwingen innerhalb des Mobiles ist nicht möglich.

Neben unserem Alltagsbewusstsein scheinen wir Menschen in größere, kollektive Bewusstseins-/Wissensfelder eingebunden zu sein. In einer Aufstellung kommen wir mit diesen erweiterten Informationen über Ereignisse und Personen in Berührung. Es zeigen sich die in der Tiefe wirkenden Bindungs- und Loyalitätskräfte aus dem Familiensystem über Generationen hinweg.

**Beispiel:** Ein junger Mann berichtet von seinem Lebensgefühl, „ständig auf der Suche zu sein und nicht zu wissen, was er suche“. In der Aufstellung wird deutlich, dass er eine Schwester sucht, die bei der Geburt verstorben ist. Die Mutter kam nach der Geburt nur mit einem Zwilling nach Hause. Die Trauer der Eltern war so groß, dass über den Verlust der Tochter nicht gesprochen wurde. In der Aufstellung begegnete der junge Mann endlich seiner verlorenen Schwester, konnte ihr Schicksal würdigen, Abschied nehmen, um anschließend auf sein eigenes Leben zu schauen. Das Gefühl der Suche löste sich nachhaltig auf.

Neuere Forschungsergebnisse aus der Epigenetik belegen, dass selbst traumatische Erfahrungen, zum Beispiel der Kriegsgeneration, an nachfolgende Generationen weitergegeben werden können. Nehmen diese Kräfte unbewusst Einfluss auf unser Leben, so sind wir „verstrickt“, beispielsweise mit Schicksalslasten, Traumata, Erkrankungen, Kriegs-/Fluchterfahrungen, verlorenen Kindern, ungeliebten Gefühlen, nicht vollendeten Abschieden.

Eine Aufstellung hilft, diese seelischen Bindungen, verdrängten Gefühle, Impulse im Zusammenhang von Schicksalen innerhalb des Familiensystems ans Licht zu bringen. Sie werden wieder sichtbar, er-

### Was ist Familienstellen?

Familienstellen ist eine psychotherapeutische Methode aus dem Bereich der systemischen Therapie, die durch diverse Strömungen beeinflusst worden ist, wie beispielsweise durch Virginia Satir, Begründerin der Familientherapie, den Philosophen Husserl mit seiner Phänomenologischen Haltung, den Buddhismus mit seiner Achtsamkeit, Absichtslosigkeit, seinem Mitgefühl. Die Methode hat sich in den letzten 40 Jahren stetig weiterentwickelt und findet heute weltweit Anerkennung in der Therapie, Medizin, Wirtschaft, Friedensbewegung. Aufstellungen können sowohl im Einzel- als auch im Gruppensetting durchgeführt werden.

Das Ungewöhnliche beim Familienstellen ist im Grunde die Methode selbst. Ziel ist es, ein bestimmtes Anliegen durch das Aufstellen des Familiensystems tiefergehend zu beleuchten. Es kann faszinierend und gleichzeitig irritierend sein, dass jemand fremde Personen in den Raum stellt – stellvertretend für Vater, Mutter, Geschwister, für ein Symptom, einen Glaubenssatz etc. – und dass diese Stellvertreter gleiche Verhaltensweisen zeigen, gleiche Worte sprechen, Gefühle erleben wie die Person, für die sie stehen.

lebbar, und heilsame Lösungsschritte zeigen sich.

## Familienaufstellung und Krebs

Jede und jeder Betroffene weiß, dass ihre bzw. seine Krebserkrankung ein multifaktorielles Geschehen ist. Es gibt nicht die eine nachweisbare materielle Ursache. Anlage, Lebensführung und Umwelt nehmen ständig Einfluss auf die Befindlichkeit. Eine Familienaufstellung zum Thema Krebs weist jedoch auf eine nichtmaterielle Ursache hin, auf ein unbewusstes Einwirken von Kräften aus dem Familiensystem. Fragen können entstehen wie: „Gibt es eine innere Bewegung des Krebses? Will er auf etwas hinweisen, mich auf etwas aufmerksam machen?“

Die Anliegen für eine Aufstellung sind unterschiedlichster Natur: Betroffene möchten ihre Erkrankung verstehen, sie möchten sich davon befreien, gesund werden. Sie möchten ihrem Krebs eine Gestalt geben, mit der sie sich auseinandersetzen können. Sie suchen Hilfe in ihrer Hilflosigkeit, ihrer Trauer, ihren Ängsten. Sie suchen Orientierung und Sicherheit. Sie möchten ihre Bewältigungsmöglichkeiten erweitern, ihr Immunsystem stärken.

” Eine Aufstellung lässt den Menschen erleben, was in seinem System wirkt, in welche Bewegung er eingebunden ist. “

Menschen mit Krebserkrankungen kommen zu unterschiedlichen Zeitpunkten zu einer Aufstellung – vor, während oder nach der gewählten schulmedizinischen und/oder komplementärmedizinischen Behandlung. Das kann demnach kurz



Auf einem guten Weg ... © imago images / Andreas Vitting

nach der Diagnosestellung sein, um den Schock der Diagnose zu verarbeiten. Es kann nach einem Jahr sein, weil es vielleicht darum geht, sich von der verlorenen Brust zu verabschieden, den Verlust zu betrauern, um sich wieder als vollwertige Frau zu fühlen. Es kann Jahre später sein, nach Abschluss der Behandlung, um sich jetzt nach der Genesung den möglichen systemischen Auslöser anzuschauen. Die Verunsicherung durch die Erkrankung, die Behandlung sowie persönliche/berufliche Erfahrungen wirken oft lange nach. Manchmal zeigt sich auch eine versteckte Sehnsucht, gehen zu dürfen, einem Verstorbenen zu folgen. In erster Linie jedoch besteht der Wunsch, gesund zu werden, zu leben.

### Wahrnehmungsebenen in einer Aufstellung

Das rein kognitive Erkennen, beispielsweise einer Verbindung mit meiner Großmutter, die, wie ich auch, an Krebs erkrankte, bringt meist nur wenig Veränderung für

meinen eigenen Weg. Die emotionale Ebene reicht weiter und lässt die Verbindung durch ein vergleichbares Schicksal zwischen Oma und mir erlebbar werden. Es findet in der Aufstellung vielleicht noch eine berührende Umarmung statt, die Trauer darf gefühlt werden und sich dann auflösen. Ein Abschied kann auf beiden Seiten vollzogen werden.

Die nächsttiefere Ebene ist die Verstrickungsebene – das heißt, ich bin unbewusst mit dem Schicksal meiner Großmutter verstrickt. Ich bin in Resonanz mit ihrem individuellen Erleben der Erkrankung. Sie wollte leben, hat vielleicht sehr gelitten, gekämpft, ist schnell verstorben. In der Aufstellung baut sich eine Spiegelungserfahrung auf, wie Oma ihre Erkrankung mit ihren Gefühlen erlebt hat. Es findet eine Raum-Zeit-Verschiebung des Erlebens in den gegenwärtigen Moment statt. Das ist ein Geschehen, das sich in der Stille, in der Achtsamkeit vollzieht.

Auf dieser Ebene findet in der Aufstellungsarbeit eine Lösung in der Tiefe statt.

Eine unterbrochene Bewegung will und darf sich Schritt für Schritt zu Ende bewegen. Jede Lösungsbewegung hat ihre eigene Zeit, ihren eigenen Rhythmus.

Aus der Traumabewältigung weiß man heute, wie wichtig es ist, dass sich unterbrochene Impulse oder Handlungen auf der Körperebene zu Ende bewegen dürfen. Erstarrte, eingefrorene Energien dürfen langsam wieder ins Fließen kommen. Es kommt etwas in Fluss, in Bewegung aus dem eigenen Leben oder von vorherigen Generationen. Es entsteht ein Bild, eine Bewusstheit darüber, was Einfluss auf das eigene Leben genommen hat. Zur Lösungsbewegung einer Aufstellung gehört auch die Würdigung eines Schicksals, ein Abschiednehmen in Liebe und Achtung, eine bewusste Hinwendung zum Leben. Manchmal muss in der Aufstellung erst wieder etwas zusammengefügt werden, bevor es sich trennen und lösen kann. Jede Bewegung ist individuell. Aufstellungen sind niemals gleich. All das sind wichtige Schritte auf dem individuellen Heilungsweg.

## Ein Beispiel

Jeder Mensch ist in ein System eingebunden und kann unbewusst mit einem besonderen Schicksal verstrickt sein. Ich selbst erlebte das in meiner Krebtaufstellung. Mein Krebs baute sich wie ein Schutzschild vor einem schweren Schicksal meiner Ahninnen auf. Alle vom Krebs betroffenen Frauen aus meinem System, die ich aufgestellt hatte, schauten Richtung Krebs. Mit meiner Bitte an den Krebs, zurückzutreten, verlor er spürbar seine Kraft und trat zur Seite. Das Schicksal meiner Ahninnen wurde sichtbar, erlebbar für mich. Ich konnte es würdigen und mich anschließend in Liebe und Achtung davon zurückziehen. Es war nicht mein Schicksal. Die Zeit der unbewussten Verstrickung durfte zu Ende gehen.

„Es ist ein tiefes Erkennen, Spüren, ein Sichzurückziehen und Lösen aus der Verstrickung.“



Mikado: Kommt ein Hölzchen in Bewegung, sind meist auch andere betroffen.

© imago images / Panthermedia

Kognitiv ist das nicht zu erklären. Das ausgeschlossene Schicksal verursachte Leid in den nachfolgenden Generationen meiner Familie. Die Aufstellung brachte den Schmerz der Frauen ans Licht. Das Geschehen erfuhr Würdigung durch mich und konnte zur Ruhe kommen. Daher ist es so wichtig, die ganze Bewegung in den Blick zu bekommen. Bleiben die Beteiligten absichtslos, werden die notwendigen Schritte Richtung Lösung sichtbar. Nach der Aufstellung fühlte ich eine tiefe Ruhe in mir und die Gewissheit, keine Angst mehr haben zu müssen. Ich spürte endlich wieder: Ich kann aktiv an meinem Heilungsweg mitwirken, was mir zu Beginn meiner Erkrankung/Behandlung verloren gegangen war. Ich konnte in der Aufstellung erleben, wie der Krebs an Kraft verlor. Seine Aufgabe hatte sich erledigt. Für mich vollzog sich spürbar eine Wandlung aus der Tiefe.

Transgenerationale Trauma-Arbeit zeigt, dass der Blick auf belastete Eltern/Ahnen sich im Erleben der Klient\*innen positiv verändern kann, wenn den Ahnen beispielsweise etwas Haltgebendes, Kraftspendendes zur Seite gestellt wird und ihr Schicksal Würdigung erfährt. Wer oder was diese Kraft sein könnte, zeigt sich an der Wirkung. Klientinnen und Klienten erleben es als befreiend und erleichternd, sich aus dem Energiefeld zurückziehen zu können. Der innere Druck, stets helfen zu müssen, lässt nach. Die Sicht auf das eigene Leben wird klarer.

Natürlich zeigen sich auch eigene Anteile in der Aufstellung. Ereignisse, die wir nicht verarbeiten konnten, die uns den Boden unter den Füßen weggerissen haben, Brüche im Leben, Trennungen, tiefe Verletzungen etc.

## Ein weiteres Beispiel

Eine junge Frau, Mutter zweier kleiner Kinder, erkrankte an Brustkrebs. Nach ihrer schulmedizinischen Behandlung machte sie eine Aufstellung. Sie hatte eine ältere Schwester, die mit 8 Jahren an Leukämie verstarb. Die Eltern erzählten ihr von der verstorbenen Schwester. Da die Eltern nur ein Kind wollten, wäre sie nicht zur Welt gekommen, wäre die Schwester nicht verstorben. Dieses Wissen führte bei der Klientin schon früh zu einem inneren Glaubenssatz: „Ich darf nur leben, weil sie gegangen ist.“ Sie vermisste als Kind ihre Schwester und hatte stets das Gefühl einer tiefen Schuld ihrer Schwester gegenüber. Nur durch den Tod der Schwester konnte sie leben. In der Aufstellung fand eine berührende Begegnung mit der Schwester statt, eine Würdigung des Schicksals, ein bewegendes Abschiednehmen, eine bewusste Hinwendung zum Leben, zur Jetztfamilie. Der Krebs wäre die Lösung für die Erkrankte gewesen, ihre Überlebensschuld durch ihren Tod zu tilgen, der Schwester zu folgen. Nachdem diese Dynamik ans Licht kam, Lösungsschritte gegangen wurden, verlor der Krebs an Kraft und zog sich zurück. Quälende Gedanken und Gefühle verschwanden. Ihre Überlebensschuld löste sich auf.

## Wie funktioniert eine Aufstellung?

Findet die Aufstellung in der Gruppe statt, sitzen alle Teilnehmer im Kreis. Im Raum ist Stille. Die Person, die aufstellen möchte, sitzt neben dem Therapeuten bzw. der Therapeutin, der bzw. die nach dem Anliegen und den besonderen Ereignissen in der Familie fragt. Der Therapeut bittet die aufstellende Person, sich Stellvertreter beispielsweise für bestimmte Familienmitglieder, für die Erkrankung, für ein



Allein und doch im gemeinsamen Flug © imago images / blickwinkel

Symptom oder ein Gefühl auszusuchen und sie – ihrem inneren Bild folgend – im Raum aufzustellen. Die Personen repräsentieren dann vielleicht den Vater, die Mutter, die Großeltern und Geschwister, die Erkrankung etc. Sie stehen nah zusammen oder weit voneinander getrennt, schauen sich an oder sehen weg – ganz wie es dem inneren Bild der aufstellenden Person entspricht.

Anschließend fühlen die Stellvertreter\*innen sich ein, ganz in Stille und Achtsamkeit. Im Einzelsetting wird mit Bodenankern gearbeitet und sowohl der Klient/die Klientin als auch der Therapierende gehen von Platz zu Platz, spüren sich stellvertretend ein und tauschen sich über ihre Wahrnehmung aus. Die Wirkung ist die gleiche.

Die innere Haltung aller Beteiligten ist wichtig – alle Sinne sind nach innen gerichtet. Es ist ein Spüren, Lauschen, Schauen mit einem friedfertigen Geist. Es ist ein Wahrnehmen von Augenblick zu Augenblick von Gedanken, Gefühlen, Kör-

perempfindungen und/oder Impulsen. Sie kommen und gehen, nichts wird festgehalten. Alle bleiben absichtslos, mitfühlend, nicht wertend für das, was ans Licht kommen möchte. Es ist ein Geschehenlassen in einer Atmosphäre des Vertrauens, der Offenheit. Nur so kann sich zeigen, was sich zeigen möchte. Es ist hilfreich, wenn wir anerkennen, dass es etwas Größeres gibt, eine größere Kraft, die wirkt und Einfluss auf uns nimmt. Wir können nicht alles steuern.

Lassen wir eigene Bilder, Vorstellungen, Interpretationen los, richten wir uns absichtslos aus, so öffnet sich ein weites Resonanzfeld, und Informationen teilen sich mit. Wir alle sind Teil eines größeren Bewusstseins, alles trägt in sich eine Schwingung, eine Resonanz. Bewusstsein drückt sich in verschiedenen Formen aus, die im ständigen Wandel sind.

Als Stellvertreterin stand ich oft für einen „Krebs“. Die Kräfte, die ich spürte, waren niemals gleich. Die Gefühle reichten von tiefer Liebe, Hingabe, Angst, Traurigkeit,

Kraftlosigkeit, Schmerz bis hin zu Wut und Hass. Immer wieder konnte ich erleben, dass Gefühle, die ihren Ausdruck finden durften, ihre belastende Wirkung verloren. Dieses tiefe Erleben gelingt nur dann, wenn der Stellvertreter/die Stellvertreterin absichtslos bleibt, das heißt, eigene innere Vorstellungen/Erfahrungen zum Beispiel von einer guten/bösen Mutter, einem guten/bösen Vater etc. loslässt. Der Respekt vor der Kraft einer Krebserkrankung geht dabei nicht verloren. Die Schwächung des Körpers durch den Krebs, aber auch der Emotionen, der eigenen Lebenskraft ist deutlich spürbar. Es geht um ein offenes, wertfreies Schauen und Erleben in der Stellvertretung. Der Krebs scheint auf etwas aufmerksam machen zu wollen, eine Botschaft zu haben, worauf ich schauen sollte, was ich vielleicht spüren, loslassen, ändern, trennen sollte. Er scheint mit etwas in Resonanz zu stehen, mit eigenen, aber auch übernommenen Lebenserfahrungen, Beziehungsabbrüchen, Kränkungen, Trennungen, Traumata etc. Möglicherweise waren diese Ereignis-

se so schwer, dass sie kaum/nicht verarbeitet und integriert werden konnten und die Gesundheit der Betroffenen stark beeinflusst haben bis hin zu Erkrankung und Tod.

” *Wir alle sind Teil eines größeren Bewusstseins, alles trägt in sich eine Schwingung, eine Resonanz.* “

Eine Aufstellung lässt den Menschen erleben, was in seinem System wirkt, in welche Bewegung er eingebunden ist. Es können Ereignisse sein, die mit Trauer, Kränkung, Wut, Verlust zu tun haben, mit einem unbekanntem Ereignis, mit Schuld, Verrat, Flucht, unerfüllten Wünschen, Bedürfnissen. Der Mensch spürt vielleicht Gefühle, die nicht wirklich zu ihm gehören. Aus eigener Erfahrung weiß ich, dass ich mit Beginn meines Lebens über lange Jahre mit der kriegsbedingten Trauer meiner Mutter und Großmutter „verstrickt“ war. Als Kind war ich nicht in der Lage, zu

differenzieren: Was ist meine Trauer und was gehört zur Trauer meiner Mutter/Großmutter? Eine Aufstellung schafft Klarheit und Differenzierung. Gefühle dürfen in Achtung an die Menschen zurückgegeben werden, zu denen sie wirklich gehören. Manchmal wird erfahrbar, dass ein Teil der Seele nicht auf das Leben, sondern auf den Tod schaut. Das erschwert den Blick auf das eigene Leben, das so nicht vollständig wahrgenommen werden kann. Alte Bilder, Vorstellungen dürfen sich lösen. Neues darf entstehen. Mit einer Aufstellung kommt der Mensch näher zu sich selbst, kommt in eine eigene, tiefere Seelenbewegung. Der Bewegung der Seele wird in der Tiefe Raum gegeben.

Nicht selten berichten Menschen von einer berührenden Erfahrung darüber, dass sich in der Aufstellung ihr inneres Erleben, ihre Gefühle in einem Gegenüber spiegelten. Diffus erlebte Gefühle bekamen plötzlich ein Bild, eine Resonanz, eine Stimme – das alles brachte ihnen eine neue Orientierung und Sicherheit, Gedanken und Gefühle wurden klarer. Eine gesunde Distanz und Differenzierung zum Erleben und Geschehen bildeten sich aus, was sich wiederum positiv auf ihr Immunsystem und ihren Heilungsweg auswirkte.

## Was bedeutet Heilung?

Es wäre fatal, einem Menschen, der an Krebs erkrankt ist und nach Hilfe sucht, ein Heilsversprechen durch eine Aufstellung zu geben. Jahrelange Aufstellungserfahrungen zeigen, dass sich eine Krankheit, ein Symptom nach einer Aufstellung zurückziehen kann. Die Betonung liegt auf „kann“. Jede Erkrankung ist individuell, hat ihre eigene Bedeutung und ihren eigenen Hintergrund. Heilung, die sich ein Betroffener wünscht, kann niemals vorhergesagt oder erzwungen werden.



Neue Schritte wagen © imago images / Panthermedia

Eine Krebserkrankung scheint das ganze Dasein des erkrankten Menschen zu erfassen. Die Auseinandersetzung mit der Frage nach Heilung ist so vielseitig, wie die Menschen individuell sind. Es geht dabei nicht nur um eine rein physische Heilung vom Krebs. Heilserfahrungen sind vielfältig: im Annehmen dessen, was ist, im Wiedererlangen von innerem Frieden, von Klarheit, im Loslassen schwerer Lasten, belastender Schuld- und Schamgefühle, in der Aussöhnung mit dem Leben, im Erkennen der Sinnhaftigkeit von Lebensprozessen, im Ja zum Leben, aber auch zur eigenen Endlichkeit, zum Tod.

Aufstellungsarbeit ist Versöhnungsarbeit mit vergangenen Verletzungen, verganginem ungelöstem Leid. Es ist ein Erkennen, Loslassen, ein Sichzurückziehen, Lösen von Verstrickungen. Die Heilung, die dabei entsteht, vollzieht sich über eine größere Kraft. Das obliegt nicht unserem Denken und Handeln. Hier geht das Familienstellen über die Psychotherapie hinaus und berührt auch spirituelle Dimensionen des Menschseins. Was wir machen können, ist, unseren Geist zu leeren und in Liebe und Achtung auf alles zu schauen, was sich zeigen möchte. So entsteht eine Wandlung aus der Tiefe!

#### Zum Weiterlesen

Siebert M, Moncada P, Homberger H. Familienaufstellung – Hilfe für Menschen, die an Krebs erkrankt sind: Wandlung aus der Tiefe. CreateSpace Independent Publishing Platform; 2013



#### Zur Person

Geboren 1951. Diplom-Psychologin und Heilpraktikerin Psychotherapie, systemische Familien- und Paartherapeutin (IFW) in freier Praxis. Weitere Aus- und Weiterbildungen im therapeutischen Bereich ergänzen und bereichern meine Arbeit: Phänomenologische Familien- und Systemaufstellungen (Harald Homberger), Somatic Experiencing (Peter Levine), Brainspotting (GPTG, David Grand), Tension & Trauma Releasing Exercises (NIBA, David Bercelli) und Qigong-Lehrerin (DQGG).

#### Kontakt

Dipl.-Psych./HPG Irmgard Eckermann  
Praxis für Psychotherapie, systemische Familientherapie, Somatic Experiencing und Qigong  
Rugenbarg 10  
22549 Hamburg  
Tel.: 040 86 62 55 68  
Mobil: 0162 132 22 95  
E-Mail: [irmgard.eckermann@outlook.com](mailto:irmgard.eckermann@outlook.com)  
[www.irmgard-eckermann.de](http://www.irmgard-eckermann.de)