



Der ganz eigene „Familienton“

„Wir sind das Kind unserer Eltern und möglicherweise selbst Eltern unserer Kinder und Kindeskinde. So war es immer und wird es auch immer sein. Unzählige Menschen lebten vor uns und werden nach uns ihre Zeit auf diese Weise verbringen. Zu dieser natürlichen Ordnung gehört auch, dass unsere *Ahnen* ihre Erfahrungen an uns weitergeben, Generation um Generation. Alle Prägungen, inneren Einstellungen und Glaubenssätze werden weitergereicht, und wenn es traumatische Erlebnisse und seelische Verletzungen gegeben hat, sind diese auch noch in den *Nachkommen* spürbar und wirksam. Wir sind also kein ‚unbeschriebenes Blatt‘. Die Sichtweisen und Verhaltensmuster unserer Eltern und Ureltern schwappen stets auf unser Lebenskonzept über. Diese Tatsache gilt es überhaupt erst einmal wahrzunehmen, anzuerkennen und bestenfalls zu schätzen.

Wenn Sie selbst einmal einen Stammbaum Ihrer Familie erstellen, dann werden Sie feststellen, dass Sie ein einzelnes Glied in einer Kette von zahlreichen Menschen sind, mit denen Sie in irgendeiner Weise in Verbindung stehen. Auch wenn ein Großteil der dem *Familiensystem* angehörigen Menschen bereits verstorben ist, so sind sie doch über ein geistiges Feld – in einer sogenannten Seelenfamilie – miteinander verknüpft. Wir alle sind Teil eines größeren Systems, dessen Grenzen wir nicht überblicken, dessen Zugehörigkeit wir aber auch nicht leugnen können.

In jedem Familiensystem sind alle Teilnehmer in *Resonanz* miteinander. Alle schwingen in einer bestimmten Frequenz, sozusagen dem ganz eigenen ‚Familienton‘. Jede Familie hat ihre eigene Ordnung. Beispielsweise gibt es gewisse Familienrituale, gemeinsame Essenszeiten,

spezielle Geburtstagsbräuche, Begrüßungsformeln, sprachliche Codes usw. Währenddessen sind die Rituale der Nachbarn womöglich ganz anders. Auch die Rituale in der Familie des Partners sind andere als die eigenen. Finden sich zwei Menschen in einer partnerschaftlichen Verbindung zusammen, übernehmen sie einen Teil dieser verschiedenen Rituale und entwickeln daraus wiederum ein ganz eigenes Repertoire für die neu gegründete Familienkonstellation. Es ist natürlich sinnvoll, wenn beide Partner ihre jeweiligen Rituale in der neuen Familie ausreichend *integrieren* können. Geschieht dies nicht, werden zum Beispiel die Rituale einer Seite verurteilt und abgelehnt, bildet dies häufig den Nährboden für Dissonanzen in der neuen Familie und in der Herkunftsfamilie.

Wenn wir aus einem System heraustreten, um ein eigenes System zu gründen, dann fügen wir uns zwar in das neue System ein, bleiben aber trotzdem immer ein Teil des alten Systems. Das lässt sich auch dann nicht ändern, wenn wir uns am liebsten vollständig von unserer Vergangenheit und unserem Elternhaus lösen möchten. Wir bleiben immer mit unserer Ursprungsfamilie verbunden.“ Auszug aus dem Buch „Healing Project“ von Alexa Förster

„Healing Project – Kompaktes Wissen für einen gesunden Weg“ von Alexa Förster, Sachbuch, tao.de, 246 Seiten, € 12,99.

