

MEGSEBZETT LELKEK

I. RÉSZ

GYÓGYULÁS CSOPORTOS CSALÁDÁLLÍTÁSSAL

A családi kapcsolatrendszer rendkívül érdekes, a látható felszín alatt sok titkot rejtő hálózat. Szüleink, felmenőink sorsa a mi életünk fonalán is nyomokat hagyhat – elakadásokat, betegségeket generálhat –, olyanokat, amelyekről nem is sejtjük, hogy valójában a rokonainktól kapott örökség. A családállítás módszere segítségünkre lehet abban, hogy kiderüljön, vannak sebeink, amelyek valójában nem is a mieink, régebről származnak, és csupán szeretetből vagy valamiféle mélyről jövő családi készletéből hordozzuk őket. És nemcsak, hogy rálelhetünk az életünk kisiklásának okaira, de le is tehetjük a megroggyantó régi terheket. | SZÖVEG: KISS ESZTER

Legfontosabb kapcsolatrendszerünk az életünkben a családunk. Sok problémánkról derül ki, hogy összefügg a családtagjainkkal, méghozzá úgy, hogy az összefüggés a felszínen nem látható.

– A családállítás – amely spirituális, gyógyító, problémamegoldó módszer – meg tudja mutatni a gondok rejtett gyökerét – állítja Földes György családállító tanácsadó, aki egy évtizede

vezet családállításokat. – A problémák nagyon széles körére alkalmazható, például betegség, életvezetési gond, kudarc, konfliktus, sikertelenség esetén. Ezek rejtett gyökere sok mindenben

lehet, a legkézenfekvőbb, hogy az illető saját élettörténetében van: talán átélt valamilyen traumát kicsi gyermekkorában, a szülei elváltak, balesetet szenvedett, súlyos betegség támadta meg. Elő-



A családállítás hasonlít a törzsi társadalmak szertartásaihoz. Ők az ősök előtt tisztelegve rendszeresen tartanak rituálékat. A módszer kidolgozója, Bert Hellinger német pszichoterapeuta tizenhat évig élt Dél-Afrikában, zuluk között, akiknek az életmódja nagy hatással volt rá, és ezeket az impulzusokat – például azt, hogy ott milyen tisztelet övezi nemcsak az elhunyt ősokeket, hanem a fiatalok részéről az idősebbeket is – mind beépítette az általa megálmodott terápiás rendszerbe.

fordul, hogy nehéz születés jön elő mint ok, de fény derülhet arra is, hogy a teresség alatt volt valamilyen probléma, vagy a születése után, esetleg csecsemőként elszakították az édesanyjától. S van, amikor az oknyomozás még korábbra megy vissza és kiderül, hogy a probléma nem is személyes, hanem egy régi családi tragédiának a lenyomata.

SIKERTELENSÉGÜNK MŰLTBÉLI OKAI

Mintha a család megőrzéséért azokat a traumákat, sebeket, amiket annak idején az ősöknek kellett megszenvedniük, és nem sikerült megoldani, begyógyítani. Párvalasztási kudarcaink összefügghetnek azzal például, hogy a nagymamát annak idején nem engedték férjhez menni a szerelméhez. Vagy valamilyen tragédia történt: gyakori volt, hogy a szülésbe a baba vagy az anya belehalt. Sok férfit vittek el a háborúba vagy zártak börtönbe a múlt században. Lehet, hogy a mi hétköznapi sikertelenségünk, betegségünk ilyen vagy hasonló történettel függ össze.

MEGJELÉNÍTETT CSALÁDI VISZONYOK

A családállítás általában csoportban történik, de van egyéni változat is. (Az utóbbiról a cikk 2. részében lesz szó.) Akik jelentkeznek egy csoportba, azok az emberek nem ismerik egymást, és az állítás során ők vannak jelen. A kliens elmondja a problémáját, ami sokszor zűrös, homályos vagy szerteágazó, majd ezt pontosítják. Utána beszélgetnek azokról a nehéz családi örökségekről, amelyekről tud az illető. Ezután következik maga az állítás, amikor megjelenítik a családi viszonyokat oly módon, hogy a jelenlevők közül felkérnek embereket, képviseljék az állításhoz szük-

A folyamat során általában kiderül, hogy hol van a probléma forrása, amit az állításban megpróbálnak feloldani. Az emberi lélekben van egy nagyon mély, öntudatlan szolidaritás azokkal a felmenőkkel szemben, akik valamit megszenvedtek, aminek az az eredménye, hogy mi élhetünk. Ennek okán néha családon kívüli szereplők is belépnek az állításba. Például a nagymama egykor elhagyott szerelme, aki alapvető veszteséget szenvedett el.

Ha oldó, gyógyító mondatokkal sikerül a rendet helyreállítani, az megkönnyebbülésérzéssel jár. – Olyan ez, mint amikor elgurítunk egy golyót, és az utána még sokáig gurul – osztja meg a tapasztalatait Földes György. – Tehát van egy több, öt-hat hónapos átfutási idő, amikor az állítás során kialakult új rend szerint a való életben is át tudnak rendeződni a dolgok. Nagyon fontos, hogy adjunk időt a folyamat kifutásának, és akkor nagy valószínűséggel élvezhetjük majd a valóságban is létrejövő harmóniát. | DF

Az oknyomozás a kisebb része a családállító munkának. A módszer arra is alkalmas, hogy begyógyítsa a sérült családi lelket, hogy a terheket ne kelljen továbbvinni. Ha a családállítás során sikerül harmóniát teremteni, akkor ez valamilyen módon tényleg gyógyít a valóságban is: az egészség helyreáll, az illető párja talál és így tovább.

séges családtagokat. Lesz, aki beáll a kliens helyére, és lesz, aki a férjét, a nagymamáját, a testvérét stb. jeleníti meg. Beállítják őket a térben és megkérdezik tőlük, hogyan érzik magukat a bőrükben.

– Érdekes módon, amilyen érzéseket ők ott kifejeznek, az a számukra ismeretlen család valódi viszonyaira nézve igaz és hiteles – fogalmaz a szakember. – Rendszerint

megjelenik valamilyen teher, fájdalom, elrendezetlen ügy, melynek feloldása érdekében az állításvezető arra törekszik, hogy harmóniát teremtsen ebben a családot képviselő rendszerben.

OLDÓ MONDATOKKAL

A folyamat során általában kiderül, hogy hol van a probléma forrása, amit az állításban megpróbálnak feloldani. Ha nem a kliens, akkor az ő képviselője, az állításvezető segítségével olyan gyógyító mondatokat mond ki, amelyekkel kifejezi az illető családtag iránti tiszteletét, elismeri a tragédiáját, kijelenti, hogy számon fogja tartani, milyen nagy árat fizetett azért, hogy a család mint rendszer továbbmenjen. Az emberi lélekben van egy nagyon mély, öntudatlan szolidaritás azokkal a felmenőkkel szemben, akik valamit megszenvedtek, aminek az az eredménye, hogy mi élhetünk. Ennek okán néha családon kívüli szereplők is belépnek az állításba. Például a nagymama egykor elhagyott szerelme, aki alapvető veszteséget szenvedett el.