



## Leben – lieben - lernen

## Newsletter

Erwin-Bosch-Ring 54  
86381 Krumbach/Schwaben  
Tel.: 0 82 82 - 82 71 56  
helmut.laber@praxis-laber.de  
www.praxis-laber.de  
www.transformationscoach.info

## Familiäre Verstrickungen aus Liebe und/oder Angst

Krumbach, den 18.7.2016

### Familiäre Verstrickungen

Familiäre Verstrickungen begleiten uns auf mehr oder weniger intensive Weise, ob wir uns ihrer bewusst sind, es wollen oder nicht. Alleine durch unser Hiersein als Mensch sind wir über verschiedenartige Netze unserer sozialen Einbindung in die Familie auch verstrickt.

Verstrickungen bieten zunächst einen Halt und bringen ein Gefühl von Zugehörigkeit mit sich, das für uns Menschen von großer Wichtigkeit ist. Verstrickungen sind nicht grundlegend negativ, schränken aber das große individuelle Potenzial des Einzelnen ein.

Erst wenn auf verschiedene Herausforderungen des Lebens nicht auf angemessene Weise eingegangen werden kann, sich bestimmte destruktive Muster zu wiederholen scheinen, oder anderweitige Einschränkungen uns zu hemmen scheinen, kommen wir in Kontakt mit unbewusst verinnerlichten Glaubens-, Denk- und Verhaltensmustern und damit der hinderlichen Seite familiärer Zugehörigkeit in Verstrickung.

Familiäre Verstrickungen entstehen auf unbewusste Weise, ohne dass wir uns ihrer erwehren können. Sie gehören sozusagen zur menschlichen Entwicklung dazu um persönliches Wachstum anzustoßen. Wachsen können wir dann, wenn wir beginnen die Wirklichkeiten unseres Lebens wahrzunehmen und zu hinterfragen. Dies gelingt uns scheinbar leichter wenn es Schwierigkeiten im Leben gibt, als wenn alles glatt und einfach läuft.

### Verstrickungsphasen im Leben

Im Verlauf des Lebens zeigen sich u.a. folgende grundlegende Abschnitte in denen familiäre Verstrickungen entstehen:

1. Vollständige **Abhängigkeit**, ab dem Zeitpunkt der Zeugung, über die Geburt und die Kindheit hinweg, von den wichtigen Bezugspersonen

unseres Lebens. (Mutter, Vater, und andere uns versorgende und erziehende Personen)

2. **Eigenes Reagieren** auf die Erwartungen und Vorgaben jener Personen, die unser Heranwachsen sichern.
3. **Zugehörigkeit** zum System der Familie unserer Herkunft und damit der Energien die dort vorhanden sind.
4. **Gründung eines neuen Familiensystems** durch Partnerschaft/Heirat und/oder Weitergeben des Lebens an eigene Kinder.
5. **Trennungen und Abschiede** im Unfrieden.

In all diesen Abschnitten sind wir Energien ausgesetzt, die im System der Familie vorherrschend sind und die wir uns selbst erschaffen über unsere Urteile und Entscheidungen.

### **Wunsch der Seele**

Hintergrund für diese Art der Bindung ist der tiefe Wunsch unserer Seelen die Liebe auszudrücken, die wir von Natur aus sind, als geistige Wesen in einem materiellen Körper.

Diese Liebe möchte sich ausdrücken und wirken in den Bereichen in denen die Liebe einer anderen Energie gewichen ist: „Der Energie von **Angst!**“

### **Angst und Liebe**

So stehen sich hier in dieser polaren materiellen Welt die gegensätzlichen Energien von Liebe und Angst gegenüber.

Und wenn wir jetzt in die Vergangenheit schauen, die Vergangenheit unserer Eltern und Vorfahren, und die eigene Vergangenheit, dann lohnt es sich zu hinterfragen: „Welches Handeln wurde in der Vergangenheit von Angst inspiriert und welches von Liebe? Welche vermeintliche Liebestat war in Wirklichkeit aus der Angst geboren, z.B. aus Sorge, aus Vermeidung von Unheil, aus dem Wunsch dass es anderen besser gehe, usw.“

Gerade gutgemeinte Wünsche führen oft zur Unterdrückung von unangenehmen oder peinlichen Ereignissen und der damit verbundenen emotionalen Energien, die negativ belegt waren und vor denen wir Angst haben.

## **Die verkleidete Angst und ihre Wege**

Somit hat die Angst oft gesiegt, wenn auch gut verkleidet im besten Gewissen, das vermeintlich dem eigenen Wohl und dem Wohl der Nachfolgenden oder Anderer dienen sollte. Aus Liebe die Ängste zu unterdrücken oder auszugrenzen, löst sie jedoch nicht in Wohlgefallen auf, sondern gebietet den Ängsten sich andere Wege zu suchen.

So sind immer die Jüngsten im System noch der Liebe in sich am nächsten und ziehen die herrenlos umherschwirrenden Ängste und die damit verbundenen Energien unbewusst an sich.

## **Verstrickung in Angst**

So könnte man einen der vielen Wege in familiäre Verstrickungen beschreiben. Was im System der Familie geschieht, hat seine Entsprechungen in allen anderen Systemen, der Gemeinschaften, der Firmen, der Religionen und Rassen, Gemeinden und Städten, Staaten und Völkern, bis hin zur Gemeinschaft der Menschen auf diesem Planeten Erde. Überall stehen sich die Energien von Angst und Liebe gegenüber.

## **Grundängste des Menschen**

Im Grunde genommen sind es 4 Grundängste, die uns Menschen antreiben und aus der Liebe, damit aus der Wahrheit unseres großartigen Liebeswesens das wir von Natur aus sind, fallen lassen.

1. Die Angst nicht gut und wertvoll genug zu sein.
2. Die Angst, machtlos und handlungsunfähig zu sein.
3. Die Angst, Liebe tut weh und verletzt.
4. Die Angst, diese Welt ist kein sicherer Ort.

## **Kennenlernen in der Kindheit**

All diese Ängste kennen wir gut aus unserer Kindheit. Wenn wir gezeugt und geboren werden sind wir der Liebe als ein Zustand aus dem wir kommen noch sehr nahe. Doch schon im Körper angekommen fühlen wir uns eher eingezwängt als die große Seele und können nicht kommunizieren wenn unsere Bedürfnisse nicht immer rechtzeitig gestillt werden. So bekommen wir schon als Baby das Gefühl, Liebe wird zurückgehalten und wir fühlen uns diesem Umstand gegenüber völlig machtlos, können nichts daran ändern.

Als Kleinkind erlernen wir Verhaltensweisen um uns diese Liebe zu verdienen oder zu bekommen was wir brauchen. Wenn diese Verhaltensweisen nicht passend waren bekamen wir das Gefühl vermittelt, dass wir nicht geliebt werden oder wir die Liebe nicht verdient haben. Wir lernten, dass Liebe Schmerz bedeutet, wenn jemand der uns liebt, uns bestraft, uns verlässt oder stirbt. Auf diese Weise lernten wir, dass diese Welt ein gefährlicher Ort sei. Bis zu 60.000 mal werden einem Kind diese negativen Programme in den ersten 6 Lebensjahren bekräftigt.

## **Übernahme von Glaubensvorstellungen**

So haben wir bis dahin auf diese Weise sehr festsitzende Glaubensvorstellungen und damit verbundene Emotionen aus dem System unserer Familien und dem menschlichen Kollektiv übernommen. Sie sitzen sehr gut in uns fest und regieren aus dem Unterbewusstsein unser weiteres Verhalten. Zumindest so lange, bis wir uns dessen gewahr werden. Dann haben wir die Chance diese unbewussten Überzeugungen, die als verinnerlichte Glaubenssätze uns steuern, zu überprüfen und zu verändern.

Unseren Vorfahren erging es ebenso. Auch sie erlernten eher auf Angst basierende Glaubens- und Lebensvorstellungen. Ein, mehr von Angst als von Liebe geprägtes Selbstbild, Menschenbild, Weltbild und Gottesbild wurde damit von Generation zu Generation weitergegeben und wird es vielfach immer noch. Sei einfach mal achtsam auf die vielen „Du solltest – Du müsstest“, die da in Dir auftauchen.

Unsere Zugehörigkeit zu den menschlichen Systemen nimmt uns davon nicht aus, wir sind eingebunden in die Systeme denen wir angehören.

## **Die Chance**

Wir haben heute und JETZT die Chance alte Programmierungen die gut verinnerlicht sind zu erkennen und verändern. Wir, und das ist jeder einzelne Mensch, der in sich das Bedürfnis verspürt etwas zu verändern, in sich, in seinen Beziehungen und seinen Situationen im Leben.

Jeder Mensch hat die Fähigkeit, sich der verinnerlichten Angstprogramme gewahr zu werden und sie in sich in die Liebe zu führen. Handeln aus Liebe, d.h. all die Dinge in Liebe zu betrachten, mit Liebe zu fühlen und aus Liebe zu tun, die bisher in unseren Systemen, allem voran unserem Familiensystem, mit Angst belegt sind und damit verheimlicht, unterdrückt und ausgeschlossen wurden aber in uns weiterhin wirksam sind.

Hier brauchen wir nicht unseren Verstand zu bemühen um diese Dinge in unserer Familie aufzuspüren, es reicht der Blick nach innen, in das eigene Leben. Alles was hier auf eine Weise wirksam ist, die uns als hemmend oder belastend auffällt, ist Ansatz um auf Angst basierte vergessene Ereignisse und die damit verbundenen Emotionen zu stoßen. Das können Ereignisse sein, die mehrere Generationen zurückliegen und anstatt mit Liebe angenommen zu werden, aus Angst unterdrückt, verleugnet und vergessen wurden.

Da die Energien im System vorhanden bleiben suchen sie sich ihren Ausdruck in Personen die später hinzukommen. Diese wissen dann oft nicht was mit ihnen geschieht wenn die systemischen Kräfte sie in den Dienst nehmen. (Als Seele haben sie diesem Umstand zugestimmt, das weiß aber ihr Verstand nicht.) Weil sie in uns wirksam sind haben wir die Chance uns ihrer zu erinnern und sie in die Liebe und damit in die Freiheit zu führen.

Dies tun wir dann in erster Linie für uns selbst, doch auch unsere Ahnen werden damit aus ihren alten Strukturen entlassen, weil ihre einst unterdrückten Energien nicht mehr weiter wirksam sind in den Lebenden.

### **Nur die Liebe löst**

Neben angeleiteter

- Innenschau in Einzelsitzungen der **Transformations-Therapie**
- bieten **Familien- und System-Aufstellungen**

die Chance, sich verinnerlichter Verstrickungsmuster bewusst zu werden und Wege zu finden, die aus der Verstrickung heraus in das volle eigene Potenzial führen.

### **Erkenne dich selbst – Die Liebe die du bist**

Ein Potenzial das die heute lebende Generation in sich trägt, ist die Fähigkeit zur Transformation, d.h. Angst-basierte Verstrickungen und Überzeugungen in Liebe zu wandeln und damit in die eigene Liebesnatur zu finden, die wir von Natur aus sind.

In Anwesenheit der Energie von Liebe kann sich das mächtige Schöpferpotenzial des Menschen auf gute Weise entfalten um ein bewusstes Leben in Frieden, Freude, Fülle und Freiheit zu führen.

## **Aufrufe der Seele**

Alles andere, das im Leben auf unfriedliche, freudlose, auf Mangel basierte, unfreie, hemmende, störende, gewaltsame, krankmachende, scheiternde oder anderweitig destruktive Weise, auftaucht, ist in Wahrheit ein Aufruf der Seele, sich der großen Macht, die wir über die Liebe in uns tragen, wieder bewusst zu werden.

## **Die Macht der Liebe**

Es ist ein Aufruf, die Lüge hinter den Angst-basierten Überzeugungen zu erkennen und die Verantwortung zu übernehmen für die eigene Schöpfermacht in der Liebe.

Dieses In-Besitz-Nehmen der „Macht der Liebe“ hat die Fähigkeit verinnerlichte Opfer- und Täterstrukturen, die beide aus der Angst genährt sind, zu verlassen und in die wahre Größe eines göttlichen Wesens zu finden, das in der „Freiheit seines Willens“ sich selbst als Liebe wahrnimmt und als diese Liebe handelt.

Als dieser Mensch haben wir Macht über uns selbst und entziehen damit die Macht all denen, die Macht über uns oder andere ausüben oder anstreben.

Macht über andere auszuüben ist nur möglich, wenn Menschen ihre eigene Macht ablehnen, den 4 Lügen der Angst (s.o.) glauben, aus dieser Angst heraus handeln und damit ihr eigenes Machtpotenzial an Liebe anderen überlassen, die es dann für ihre Zwecke missbrauchen dürfen.

Es ist die gleiche „Freiheit des Willens“ den unwahren Ängsten weiterhin zu folgen.

Wieder zu lernen, aus den Lügen der Angst heraus zu gehen und zurückzukehren in die eigene Macht der Liebe, ist die Aufgabe und Fähigkeit, die wir Menschen in der heutigen Zeit des JETZT haben.

Ich freue mich auf jeden, den ich dazu inspirieren, unterstützen und begleiten darf.

Mit Grüßen von Herzen,  
aus dem Herz der Liebe die wir sind.

*Helmut Laber*