

Undgå rod i familien og få ro i sindet. Familiekonstellation som metode.



Undersøgelser har vist at mennesker der har gode relationer til andre, rent faktisk lever længere. Forskning har vist, at når man har gode værdifulde relationer til sine medmennesker, aktiverer man kroppens egne "lykkehormoner", og derfor lever man længere og lykkeligere.

For mere end 30 år siden, sammenfattede den tyske filosof og psykoterapeut Bert Hellinger, metoder og discipliner inden for en bred vifte af psykologiske traditioner og terapeutiske erfaringer. Især blev han kendt for sine teorier om, hvordan man skaber ro i familien.

Han har iagttaget i hvor høj grad familiemedlemmers skæbne påvirker dem, som kommer efter. I realiteten styres alle familier af et sæt lovmæssigheder, en orden, der oftest er skjult for dem. En slags kollektiv "skyggeside."

Denne orden forsøger at bevare familiebåndene og beskytter familiens integritet. Når ordenen ignoreres, kommer der ubalance i familien – med alle de personlige problemer det medfører. Altså: "Rod i familien."

Metoden er baseret på "det vidende felt". Det betyder, at vi under særlige

forhold har adgang til helt eller delvis utilgængelige, ubevidste informationer. Der er flere videnskabelige måder at beskrive dette fænomen på:

- **Kvantefysikken (zero point field)**
- **Neurovidenskaben (spejlneuroner)**
- **Intuition, mavefornemmelse, forudanelser.**

Det viser sig, at vanskelige og destruktive mønstre inden for familien, oftest har rod i at personer, informationer eller andre elementer er udelukket fra den historie, man i familien fortæller hinanden.

Hvis man får "ryddet op i familiehistorien", så glemte personer eller begivenheder igen får plads i familiehistorien, ændres helheden markant, og der skabes healing og forsoning på områder, som netop, almindeligvis er svære at få fat på.



Anne Marie Piepenbrinck

Selvom jeg har flere uddannelser inden for "Familieopstilling", som er den metode vi bruger for at få orden i familien, og dermed ro i sindet, har jeg selv svært ved, helt at forstå, hvad det er der sker, når vi på "magisk" vis, kommer i kontakt med de forviklinger, der giver uvenskab og frustration i en familie. Især er jeg vildt begejstret for, at vi med simple sætninger, kan skabe ro, styrke, udvikling, fred og kærlighed i familien igen – og dermed ro i sindet hos alle familiemedlemmer.

