

REISE IN DEIN SEIN

LEBENSINTEGRATIONSPROZESS UND WACHSTUMSORIENTIERTE AUFSTELLUNGSARBEIT

In diesem Workshop arbeiten wir mit dem Aufstellungsverfahren des „Lebensintegrationsprozess“ (LIP) nach Wilfried Nelles. Dabei wird ohne den fordernden Wunsch, ein Problem lösen zu wollen, auf das eigene Leben geschaut. Anders als im Familienstellen nach Bert Hellinger liegt der Fokus nicht auf der Beziehung zu anderen und den Verwicklungen daraus. Es geht hier um die Beziehung zu dir selbst.

Diese Beziehung führst du vom ersten Moment deines Seins – beginnend im Mutterleib – bis zu deinem letzten Atemzug. Und deine Beziehung zu dir selbst spiegelt sich in allen anderen Beziehungen, die du im Außen führst, wieder.

Jeder Mensch durchläuft auf seinem Lebensweg verschiedene Entwicklungsstufen, denen ein eigenes Bewusstsein innewohnt.

Auf der körperlichen Ebene läuft dies ganz automatisch ohne unser bewusstes Tun ab. Auf der emotionalen Ebene verläuft dies zwar auch automatisch, ist aber sehr stark von äußeren Einflüssen abhängig.

Diese Einflüsse führen dann im unterschiedlichen Ausmaß dazu, dass emotionale Entwicklungsstufen – zum Beispiel vom Kind zum Jugendlichen oder dann zum Erwachsenen – nicht in vollem Maße vollzogen werden.

Diese „emotionalen Staus“ können dann in der Beziehung zu uns selbst wie auch zu unserem Umfeld zu Verstrickungen und Problemen führen. Erschwerend kommt hinzu, dass emotionales Wachstum nicht in dem Sinne „sichtbar“ ist wie zum Beispiel das körperliche Wachsen und dann später auch das Altern.

Beim Lebensintegrationsprozess schauen wir daher aus der Perspektive des erwachsenen Bewusstseins auf unsere Zeit im Mutterleib, die Kindheit und die Jugend, die wir durchschritten haben, und den jeweils eigenen Herausforderungen, denen wir dort begegnet sind.

Hierbei bekommen wir nicht nur ein Gefühl dafür, wie die Erfahrungen mit der Außenwelt unser Werden geprägt haben, sondern in dem Sehen des „Geschafft haben“ kommt es innerlich zu einem lösenden Prozess und einem Frieden mit der Vergangenheit.

In vielen Prozessen zeigt sich darüber hinaus ein Teil des eigenen, von den Eltern und der Umgebung, unabhängigen Wesens. Etwas, was schon von Beginn an in uns angelegt ist und was aus uns heraus gelebt werden will. Dies kann ein sich entfalten wollendes Potential oder ein Talent sein.

Das innerliche sich Öffnen für diese dem eigenen Leben innewohnenden Kräfte ist ein Hauptanliegen des LIP. Darüber hinaus liegt in diesem Öffnen auch der Beginn des inneren Friedens mit seiner eigenen Geschichte.

Sonja Neuhaus - 2023