

## Fragen & Antworten von Dr. Elisabeth Höppel zum Thema Aufstellungen

**F:** Kürzlich sprach ich mit einer Bekannten, die wegen einer Erkrankung eine Aufstellung gemacht hat. Ich dachte, das sei nur etwas bei Problemen in der Familie?

**A:** Aufstellungen, früher nur als Familienstellen genannt, sind in ihrer freien Form sehr ganzheitlich und helfen überall da, wo man auf der Suche nach einer Lösung ist. Angefangen von Themen aus dem persönlichen Bereich – das kann z.B. Krankheit, Lebenskrise, Depression, Sucht, Selbstzweifel oder unverarbeitete Trauma-Erfahrung sein - über Themen aus Partnerschaft und Familie wie viel Streit, verhaltensauffällige Kinder, unglückliche Beziehungen oder Kinderlosigkeit bis hin zu Schwierigkeiten am Arbeitsplatz wie Misserfolge oder Mobbing. Viele Unternehmen nutzen dieses wirkungsvolle Verfahren mittlerweile, um Konflikte zu lösen und das Arbeitsklima zu verbessern.

**F:** Ich habe nur davon gelesen und kann es mir nicht so recht vorstellen wie das geht?

**A:** In der Tat ist es schwer mit Worten zu beschreiben, am meisten überzeugt die direkte Erfahrung. Es gibt ein Video vom Bayerischen Rundfunk aus der Reihe „Was wir noch nicht wissen“ mit Informationen über den neuesten Stand der Wissenschaft. Ein Link findet sich auf meiner Homepage. Die moderne Quantenphysik macht hier vieles klarer, was zunächst wie „Hokuspokus“ klingt. Ich setze z.B. als Besonderheit in Aufstellungen auch bestimmte homöopathische Mittel ein. Die unmittelbare Wirkung über das „heilende Feld“ kann man da sehr eindrücklich erleben.

**F:** Was brauche ich, um eine Aufstellung zu machen?

**A:** Das Wichtigste ist ein Anliegen. Meist entsteht das dadurch, dass ich an etwas leide oder immer wieder von denselben Themen eingeholt werde und keinen offensichtlichen Ausweg finde. Aufstellungen sind ein Schlüssel zu unserem Unbewussten und lassen uns erfahren, was da „heimlich“ wirkt und hindert. Wir bekommen Informationen über Zusammenhänge und mehr Klarheit. So können wir mehr in Einklang mit uns selber kommen, Lösungen und Frieden finden.

**F:** Wenn eine Krankheit schon viele in der Familie hatten, ist das nicht einfach vererbt?

**A:** Es gibt nur wenige eindeutige Erbkrankheiten. Das mit den Genen wird eindeutig überbewertet. Jedoch gibt es starke Prägungen durch unsere Herkunftsfamilie. Oft sind wir, ohne es zu wissen, in das Schicksal unserer Vorfahren verstrickt und wiederholen da etwas. Der systemische Einfluss ist viel größer als uns klar ist. Eine Pflanze ist meist nur so stark wie ihre Wurzeln.

**F:** Komme ich da heraus?

**A:** Der erste Schritt ist, dass es bewusst wird. Das hat schon eine große Heil- und Befreiungskraft. Dann kann ich mehr in meine Eigenständigkeit kommen. Wir Menschen werden zwar immer älter, aber auch immer kränker und unser Leben immer komplizierter. Hier ist Offenheit für neue Wege gefragt.

Praxis für Ganzheitliche Medizin

Reiter Straße 37 • 83527 Haag • Telefon 080 72 | 28 25  
praxis@ganzheitlich-aerztlich.de • www.ganzheitlich-aerztlich.de



Dr. med.  
Elisabeth Höppel

Ärztin für  
Homöopathie  
Akupunktur  
Naturheilverfahren  
Orthopädie