

Die Erlaubnis zum Glück

«**Familienaufstellung**» / Das Interesse am Januarkurs der Aargauer Landfrauen in Frick war gross.

FRICK / Am Januarkurs der Aargauer Landfrauen zeigte eine Umfrage unter den Anwesenden, dass etliche bereits Erfahrungen mit Familienstellen gemacht haben. «Ich möchte Ihnen zeigen, wie wichtig die Erlaubnis ist, glücklich zu sein oder in jeder Hinsicht Erfolg zu haben», stieg die metaphysische Lebensberaterin Susanne Scherzinger in das Thema ein. Oft helfe ein kurzer Blick zurück in die Familiengeschichte, um danach frei nach vorne gehen zu können.



Susanne Scherzinger, Lebensberaterin

«Wir leben, um Erfahrungen zu machen.»

stellvertretend tragen. Sie wollen aus unbewusster Solidarität etwas gut machen, was andere vor ihnen verbogen haben.

Pränatale Prägung

«Und warum ist meine Schwester ganz anders als ich?», wollte eine Landfrau in Frick wissen. «Sie hat andere Erfahrungen gemacht als sie», kam die Antwort der Referentin. Bereits während der Schwangerschaft würde der Embryo Emotionen von der Mutter und dem Umfeld aufnehmen. «Jeder sucht sich sein eigenes Thema und Umfeld aus. Und zwar so, dass wir genau die Erfahrungen machen können, die wir brauchen um unseren sogenannten Lebensaufgaben nachzukommen.»

Blockaden erkennen

Das Familienstellen dient also dem Erkennen von Blockaden.

Wenn aber nicht unmittelbar innerhalb der Aufstellungsarbeit die Lösung folge, könne sich die Situation verschlimmern, stellte Susanne Scherzinger klar. Das sei oft der Grund für schlechte Erfahrungen mit der Familienaufstellung. Sie betont, dass das Resultat einer erfolgreichen Aufstellung hauptsächlich von der richtigen Lösungsarbeit abhängt. Nicht selten werden Rituale in die Aufstellung einge-

baut, da diese die Sprache der Seele sind. Man spüre es sofort, wenn eine Blockade gelöst sei: «Es soll nicht vom Verstand schön geredet werden. Es muss sich gut anfühlen, dann ist es befriedet.»

Wie die Referentin im Lauf des Abends durchblicken liess gehören nicht selten auch Erfahrungen aus früheren Inkarnationen zur Wurzel eines Problems. Sie könne diese erkennen und mittels der Aufstellungsarbeit sichtbar werden lassen. So würden diese Schicksale geachtet und die Verbindung zum jetzigen Leben befriedet.

Positive Leitsätze wählen

Auch anerzogene Glaubenssätze sind oft Hindernisse, denn nach ihnen richten wir uns, mehr oder weniger bewusst. «Ich erlaube mir, rundum glücklich zu sein», könnte ein Leitsatz sein. Aber

auch: «Ich habe es nicht verdient, glücklich zu sein.»

Wer es schafft, vom zweiten Fall zum ersten zu wechseln und sich selber die Erlaubnis zum Glück gibt, kommt ihm damit einen wesentlichen Schritt näher.

Ruth Aerni

Das «Aufstellen»

Das systemische Familienaufstellen hat begeisterte Anhänger und scharfe Kritiker. In Online-Foren gibt es zahlreiche Beiträge zu schlechten Erfahrungen. Und genauso viele, die von einem grossen Nutzen sprechen. Die Aufstellung findet in der Regel in Einzelsitzungen oder in einer Gruppe von zehn bis 15 Personen statt. Dabei stellt eine Person andere Teilnehmende stellvertretend für ihre Familienangehörigen auf. Diese Stellvertreter, so die Theorie, entwickeln Emotionen, Körpersymptome oder Antipathie und Sympathie, die den jeweiligen Personen aus dem Familiensystem des Klienten entsprechen. So sollen Ursachen für Blockaden erkannt und mittels gezielter Lösungssätze gelöst werden. *rae*

Andrea Bieri begleitete die Bäuerinnen auf ihrem Weg zu möglichen Auswegen aus stürmischen Situationen.

(Bild ag)

Die Ruhe im Sturm finden

Bäuerinnentreff / An drei Abenden von Januar bis März treffen sich die Luzerner Bäuerinnen.

ROTHENBURG «Was verursacht in Eurem Alltag ein Gstürm?» Bei dieser Frage mussten die Teilnehmerinnen des Bäuerinnentreffs nicht lange überlegen. Zu grosse Erwartungen an die Mitmenschen, zu viel vorgenommen oder die Erwartungen der Gesellschaft an die Landwirtschaft. Nicht zu vergessen das «Gstürm» mit Kindern, die Aufzählung könnte beliebig ergänzt werden: Verschiedene Essensvorlieben, Hausaufgaben erledigen, Zimmer aufräumen oder Mithilfe im Haushalt.

Lachen verbindet

In dieser Angelegenheit standen die Worte einer Bäuerin: «Solange die Kinder noch im Haus sind, könnt ihr die Register ziehen. Danach zurückzustehen ist auch nicht einfach. Geniesst diese Zeit, auch wenn sie nicht einfach ist.» So zeigte sich einmal mehr, dass jede Lebensphase ihre ganz eigenen Herausforderungen mit sich bringt. Etwas «Gstürm» gehört wohl zum Alltag, dieser sollte jedoch nicht von Ärger und Stress beherrscht sein.

Die bäuerlich-hauswirtschaftlichen Beraterinnen Andrea Bieri und Trix Arnold begleiteten die

Bäuerinnen dabei, den häufigsten Konfliktsituationen auf den Grund zu gehen und mögliche Lösungsansätze zu erarbeiten. Auch der Austausch über Gemeinsamkeiten sowie der humorvolle Umgang mit Krisensituationen bestärkten die Frauen für ihren weiteren Alltag.

Kommunikation als Basis

Obwohl viele Strategien und Regeln durchaus bekannt sind, ist es nicht einfach, in Konfliktsituationen aus bekannten Verhaltensmustern auszubrechen. Doch so manches «Gstürm» könnte bereits im Voraus verhindert werden. «Habt Ihr denn Eure Erwartungen überhaupt mitgeteilt?», fragte Trix Arnold in die Runde. Frauen würden manchmal zu subtil kommunizieren, stellten die Bäuerinnen auch selbstkritisch fest.

Einen einfachen, aber wertvollen Tipp gaben die Beraterinnen der Frauenrunde mit auf den Weg: «Stellt Euch die Frage: Was wäre das Schlimmste, das passieren könnte, wenn ich das jetzt nicht oder anders mache?» Dann verliere so mancher Sturm sein Schreckensgesicht. *ag*

Zellen als Festplatten

Die Referentin – sie führt in Aarau das Institut für systemische Lösungen – sieht die Zellen des menschlichen Körpers als eine Art Festplatte. Darin gespeichert seien eigene Erfahrungen, aber auch jene der Eltern, Grosseltern, der Vorfahren. Das Unbewusste eines Menschen habe Zugriff auf diese Informationen. Oft seien wir mit Mitgliedern unserer Familie auf eine unbewusste Art verbunden, würden fremde Verhaltensmuster und Symptome übernehmen. Dieses automatisierte Verhalten kann mächtiger sein als bewusst gefasste Vorsätze. Es lässt Menschen immer wieder in dieselben blockierenden Situation geraten oder eine ganze Familie in Streit ausbrechen. «Wenn wir die Wurzeln einer Blockade finden, können



Das systemische Familienstellen zielt auf die unbewusste Ebene, auf der Familienmitglieder miteinander verbunden sind. (Bilder rae)

Nie zu spät zum Überdenken

Bauernferien / Die ältere Generation genoss Weiterbildung und gemütliches Beisammensein.

SCHWARZENBERG Seit Jahren gehören die doppelt geführten Ferienwochen im Bildungszentrum Matt zum beliebten Treffpunkt von über 60 älteren Bäuerinnen und Bauern aus der ganzen Schweiz. Zum diesjährigen Thema «Rede miteneand» erwartete die Teilnehmer an drei Tagen je ein Kurzreferat mit praktischen Impulsen sowie angeregte Diskussionen.

Erkenntnisse umsetzen

Der ehemalige Landwirtschaftslehrer und Berater Pius Hager berichtete über seine vielfältigen Erfahrungen bei Hofübergaben sowie bei Konflikten in der Partnerschaft und mit Nachbarn. Die wichtigsten Voraussetzungen für kluge Lösungen hat er in seinem Buch «Vom Streit zum Frieden» festgehalten. Er machte auch auf die «Perlen», die schönen Seiten im bäuerlichen Lebensalltag aufmerksam, die es zu entdecken und zu hüten gilt.



Die Bäuerinnen und Bauern lauschten gespannt den Ausführungen zum Thema «Rede miteneand». (Bild zvg)

Aufmerksamkeit und Achtsamkeit gegenüber den Mitmenschen und der Natur ist eine Lebenshaltung, die täglich geübt werden kann. Dies vermittelte die Menzinger Ordensschwester

Thomas Limacher. Sie zeigte auf, dass es nie zu spät ist, das eigene Lebensmuster zu überdenken und sich aufgrund von besseren Erkenntnissen neu auszurichten.

Diakon Fritz Renggli aus Entlebuch, früher beliebter Pfarreileiter in Schwarzenberg, erinnerte an christliche Grundwerte wie Ehrlichkeit, Treue und Hilfsbereitschaft. Er betonte, wie notwendig gegenseitige Gesprächsbereitschaft und Toleranz in den Beziehungen ist – auch zwischen verschiedenen Konfessionen und Religionen.

Genussvoll umrahmt

Mit den Kurzreferaten wurde der gegenseitige Austausch von Gedanken und Meinungen unter den Bäuerinnen und Bauern intensiv angeregt. Das fröhliche Beisammensein beim Jassen oder anderen Spielen hat jeweils auch einen hohen Stellenwert. Der Besuch auf einem Bauernhof in der Umgebung sowie der Auftritt des bekannten Jodelchors Schwarzenberg gehören zu den genussvollen Aktivitäten wie die vorzügliche Verpflegung aus der Hotelküche. *Notker Angehrn*

Urner ehren ihre treuesten Arbeiter

ERSTFELD Der Bäuerinnenverband Uri zeichnet auch in diesem Jahr wieder langjährige landwirtschaftliche Angestellte aus.

Berechtigt sind Frauen, welche seit mindestens fünf Jahren ohne Unterbruch beim gleichen Arbeitgeber angestellt sind. Auch Älplerinnen erhalten für ihr Schaffen eine Anerkennung, wenn sie acht Sommer hintereinander während der ganzen Alpzeit auf der gleichen Alp tätig waren. Zusätzlich werden auch Angestellte mit höheren Dienstjubiläen geehrt.

Alle betreffenden Frauen erhalten an der nächsten Generalversammlung vom 6. April in Erstfeld ein Diplom. *BauZ*

Das Anmeldeformular sowie das dazugehörige Reglement ist bis am Samstag, 4. März bei den Präsidentinnen erhältlich. Paula Zurfluh, Isenthal, E-Mail: zurfluh.theo@bluewin.ch; Judith Infanger, Attinghausen, E-Mail: infanger-furrerjudith@bluewin.ch.

Bergheimatschule bleibt

GURTNELLEN Letztes Jahr wurde nach 20 Jahren Unterbruch erstmals wieder eine Bäuerinnenklasse in der Bergheimatschule unterrichtet. Nach diesem Probetrieb hat der Urner Landrat nun einer Verordnungsänderung zugestimmt, um den Unterricht ab 2018 unbefristet weiterführen zu können. Der Antrag der Regierung, welcher in der letzten Woche gutgeheissen wurde, sieht eine Erhöhung des Globalbudgets um 176 000 Franken vor. Der Landrat hat diesen einstimmig angenommen.

Wie in der Urner Zeitung zu lesen war, verzeichnete die Bergheimatschule während des fünfmonatigen Kurses im Jahr 2016 ein Defizit von rund 100 000 Franken. Dies unter anderem, weil sich weniger ausserkantonale Schülerinnen angemeldet hatten als erwartet. Ein weiterer Kostenpunkt waren die Anstellung einer Internatsleitung und einer Köchin. Der volle Stundenplan habe den Schülerinnen wider Erwarten verunmöglicht, das Internat selber zu führen. *BauZ*