

## Sondernewsletter

Krumbach, den 17.09.2012

### **Erlebnisbericht: Die wichtigsten Einsichten vom letzten Seminar - Aufstellung der feinstofflichen Körper**

Im letzten Newsletter habe ich angekündigt, dass wir Aufstellungen zum Thema der 4 Körper machen werden. Mittlerweile haben wir Erfahrungen gesammelt, die so interessant und Lebens verändernd sind, dass ich sie Euch nicht vorenthalten will. Wir leben vom Austausch der Erfahrungen und je mehr er stattfinden kann, umso mehr kann dies jeden Einzelnen bereichern. Wenn er es will.

Zur Erinnerung:

Wir sind von Natur aus feinstoffliche Wesen, die in einem materiellen Körper Erfahrungen machen. Neben dem physischen Körper, existieren noch weitere feinstoffliche Körper. Sehr vereinfacht dargestellt, und bitte nicht mit Menschentypen verwechseln, sind dies:

- Physischer Körper = der Empfänger: Er teilt sich mit über Körperempfindungen, wie Enge, Druck, Weite, Leichtigkeit, Starre, usw.
- Emotionalkörper = der Fühler: Er lebt von der Fähigkeit zu fühlen, Gefühle, wie Freude, Wut, Lust, Scham, Schuld, Ohnmacht, usw.
- Mentalkörper = der Denker: Er hat die Fähigkeit in gedankenschnelle Strukturen zu entwickeln, aus Erfahrungen bildet er Glaubensüberzeugungen, speichert sie und steuert daraus körperliche und psychische Funktionen.
- Spiritueller Körper = der Herzimpulsgeber: Er wirkt über Intuition und will uns die Herzenswünsche mitteilen, er ist Vermittler der Seele.

Es hat sich gezeigt, wie grundlegend wir über den Zustand und die Beziehung unserer feinstofflichen Körper zueinander, das Leben gestalten. Dies ist uns meist nicht bewusst. Diesen 4 Körpern über eine Aufstellung in Gestalt zu begegnen, ihre Befindlichkeiten zu ergründen und ihre Bedürfnisse zu hören, war Ziel der Aufstellung. Wenn wir innerhalb dieser 4 Körper eine Balance herstellen, gleichen sich Ungleichgewichte im Leben aus, so war die Grundannahme.

Hier die wichtigsten Einsichten die uns geschenkt wurden.

### **Die Aufstellung**

Der Denker war zu Beginn intensiv mit sich selbst beschäftigt. Er war voller Unruhe, lief ständig an einer Seite des Raumes auf und ab und beschäftigte sich nur mit sich selbst. Da kamen Gedanken, die gedacht und wieder infrage gestellt wurden und neue Gedanken hervorbrachten. Teilweise wusste er gar nicht was er eigentlich denken sollte. Er hatte keine Verbindung zu den anderen Körpern. Wohl aber beeinflusste der Denker mit seiner aufgeregten, ständigen Aktivität alle anderen Körper.

Der physische Körper bekam zunehmenden Druck im Kopf und fühlte sich mit zunehmender Dauer schwerer an. Er war selbst unbeweglich ob der hektischen Aktivität des Denkers, war aber ganz auf ihn bezogen.

Der Fühler hatte sich verängstigt in einer Ecke verzogen und hatte scheinbar vor sich selbst Angst. Er fühlt sich klein und nicht gesehen und von den Aktivitäten des Denkers abhängig.

Der Herzkörper, zog sich zurück, konnte allem zustimmen und maß sich selbst keine große Bedeutung zu. Er war einfach da. Eine Ausstrahlung auf andere konnte nicht wahrgenommen werden.

Allesamt waren im Banne des Denkers gefangen. Die aufstellende Person, von Beginn an selbst in der Aufstellung, sah sich diesem Geschehen hilflos ausgesetzt und wusste von sich aus nichts zu unternehmen, fühlte sich unwohl in diesem Chaos, das aber nicht unbekannt war.

In der Rangfolge sahen sich alle Körper hinter dem Denker zurückversetzt, wobei sich Fühler und Herzkörper die geringste Bedeutung beimaßen.

Über einen Würdigungsprozess kam der Denker aus den hektischen äußerlichen Bewegungen zur Ruhe. Es drängte ihn am meisten die Frage, was er denn wirklich machen sollte. Er vermisse einen klaren Auftrag, der ihm Entlastung gewähren würde. Mit dem Ruhiger werden und der Fragestellung des Denkers, positionierten sich die anderen Körper neu. Der Fühler zeigte sich mehr, kam aus seinem Rückzug heraus, und auch der Herzkörper wachte aus seiner passiven Haltung auf. Dies alles initiiert durch den Wunsch des Denkers um Unterstützung. Der physische Körper empfand sich etwas entlastet, der Kopfdruck wurde weniger, ebenso seine Schwere. Die Unbeweglichkeit aber blieb erhalten.

Auf der Suche nach Unterstützung bekam der Denker Augenkontakt zum Herzkörper. Zwischen den beiden bahnte sich so etwas wie eine Liebesbeziehung an.

Der Fühler war ganz gerührt von dem Geschehen und zeigte seine Rührung in freudigen Gefühlen, als dem Denker klar wurde, dass er gerne seinen Platz zwischen Herzkörper und Fühler einnehmen würde. Der Denker konnte diesen Weg aber nicht gehen. Noch waren die gewohnten und verinnerlichten Denkgewohnheiten des Aufstellers nicht kraftvoll verändert. Zwar wollte diese Person den Denker dorthin führen, aber der Denker kannte genau die Motivation hierzu, die im Aufsteller vorhanden war. Es war gewohntes Folgen der Anweisung und Wünschen anderer, es fehlte die innere und eigene Überzeugung. Er ließ sich nicht von leeren Worten überzeugen.

Den Denker versetzte die Idee, die Herzensimpulse des Spirituellen Körpers, die vom Gefühlskörper wahrgenommen wurden, umzusetzen, in Entzücken. Er war fasziniert von dieser einfachen Anweisung, Strategien zu entwickeln, wie vom Emotionalkörper gefühlte Herzensimpulse umzusetzen seien. Hierzu seien bereits tausende Ideen bereit. Da könne er auf alle Abwägungsinstanzen, die sich im Hin- und Hergerissen sein der Entscheidung, ob oder ob nicht, verzichten und alle Energie für machbare Umsetzung verwenden. Hierzu stünden unzählige Strategien bereit, teilte er voller Überzeugung mit.

Sowohl der physische Körper, wie der Emotionalkörper als auch der Spirituelle Körper empfanden diese Aussicht als sehr entlastend.

### **Die Wirkung im Leben**

An dieser Stelle wurde die Aufstellung beendet. Das erreichte Etappenziel, eine Verbindung zwischen Fühler, Denker und Herzkörper hergestellt zu haben, war ein großer erster Schritt des Aufstellers, der sich sofort im Leben auswirkte. Am Folgetag kamen alte, bekannte, aber bisher unterdrückte Herzenswünsche mit neuer Klarheit und innerer Überzeugung zu deren Machbarkeit an die Oberfläche. Von außen kamen Anstöße hierzu wie von alleine. Das Leben antwortete sofort auf die inneren Befindlichkeiten.

### **Das Fazit**

Die Aufstellung zeigte deutlich, wohin es mit uns Menschen geht, wenn wir bereit sind nach Innen zu gehen, wahrzunehmen, zu spüren und zu würdigen, was wir bisher in unserem Leben erschaffen haben an innerlichen Strukturen, die uns dann nach diesem Schema leiten. Damit gehen wir aus der Unbewusstheit in die Bewusstheit, bezüglich der Macht unserer inneren Schöpferkräfte. Mit dem Verstand neigen wir dazu, die Geschichten und Dramen zu bevorzugen und zu rechtfertigen. Damit produzieren wir Unfrieden und Angst. Aus dieser Einseitigkeit entstehen ungute Gefühle und Druck und Enge im Körper. Krankheiten sind die logische Folge. Kommen die Gedanken aber aus dem Herzen und der Liebe, entsteht Leichtigkeit und Wärme im Körper.

*„Jeder Gedanke hat Kraft, er verwirklicht sich im ihn begleitenden Gefühl!“*

Noch dienen wir mit dem Herzen unserem Verstand. Der wiederum kennt nur alte Erfahrungen aus denen heraus er die Situationen vergleicht um nach bekannten Mustern zu reagieren. Dies überlastet unseren Denker, die vielen Druckkrankheiten und Kopfschmerzphänomene zeigen dies deutlich auf. Die Vielzahl von Herzkrankheiten und die Zunahme von Autoimmunerkrankungen zeigen, wie sehr wir Herzensimpulse unterdrücken, die Herzen eng machen und gegen unsere Natur gehen. Der Verstand agiert wiederum mit Angststrategien darauf, ein endloser Kreislauf.

Herzimpulse möchten uns die Liebe zum Leben und allen Gefühlen schenken. Je mehr wir weiterhin unser Herz verraten und blind die alten Strategien verfolgen, umso weniger wird Glück und Leichtigkeit sich im Leben einstellen. Alte Muster sind Über-Lebensstrategien, die nur durch neue Erfahrungen verändert werden, schließlich ist unser Verstand sehr lernfähig, seine größte Qualität

Schon der Weg der Selbsterfahrung über Aufstellung verankert neue Erfahrungswerte in unserem Gehirn. Es liegt an uns, ob wir uns im Wiederholen der alten Dramen festbeißen wollen, oder uns neue Erfahrungen gönnen. Nie war die Zeit so intensiv und nie waren heilsame Veränderungen in so kurzer Zeit möglich wie jetzt. Gehen wir den Weg der Umkehr und nutzen den Verstand um unsere Herzensimpulse wahrzunehmen, zu fühlen und mit Verstand umzusetzen.

Gönne Dir das Geschenk innerer Aufräumarbeiten. Dein Körper wird es Dir danken. Im Zusammenwirken mit den 4 Körpern, können alle Lebensthemen über Aufstellung angeschaut werden, um ganzheitliche Lösungen zu erleben.

Hör in Dein Herz und auf seine Impulse. Übernimm Verantwortung für Dein Leben und Deine Befindlichkeiten. Du bist der Schöpfer, die Schöpferin Deiner inneren Energien, Du hast die Macht über sie, sonst niemand.

*„Verantwortung ist deine Antwort auf das,  
was Dein Herz zum Singen bringt!“*

Und wenn es singt oder singen will, dann melde Dich an. Das kannst Du, indem du auf meiner homepage [www.praxis-laber.de](http://www.praxis-laber.de) unter Seminartermine oder Anmeldung gehst.

Ich freue mich für Deine persönlichen Veränderungen, die mittlerweile sehr schnell gehen können über die innere Bereitschaft, sein Herz zu öffnen.

Herzliche Grüße

Helmut Laber