



## Was ist Astro-Systemix?

Mit **ASTRO-SYSTEMIX**®, der Kombination von astrologischer Kurz-Analyse und System-Denken, hat Tiziana Della Tommasa das *Systemische Aufstellen* revolutioniert.

Der Einbezug von astrologischen Aspekten bringt dem Seminarleiter äusserst wertvolle Informationen, die zu einer präzisen Einschätzung und einem deutlich besseren Resultat der Aufstellung führen.

Wir alle leben und denken in Mustern, die unseren Alltag prägen und beeinflussen. Oft sind dies negative oder sinnlose Muster, die uns bremsen oder sogar verhindern, dass wir ein glückliches Dasein geniessen können. Hinter diesen „inneren Programmen“ stehen häufig Familien- und Sippengeschichten (weshalb Systemaufstellen auch Familienaufstellen genannt wird), ein unsichtbarer roter Faden, der uns nicht bewusst ist. Eine starke, meist unbewusste Liebe und der Wunsch, um jeden Preis zu dieser „grossen Familie“ dazu zu gehören, verbindet uns mit diesen Geschichten. Jeder von uns möchte in dieser Familie - und somit auf der Bühne des Lebens - den Platz einnehmen, der ihm gebührt.

Tragische Familiengeschichte wie Selbstmord, der Verlust geliebter Menschen, früher Kindstod, Väter oder Mütter, die ihre Familie verlassen, Unrecht, Schmerz – all dies tragen viele von uns auf dem Rücken wie einen gewaltigen Rucksack, der uns herunterzieht und eine kaum erträgliche Schwere in unser Leben bringt. Diese unsichtbare, dafür umso fühlbarere Last eines gestörten (Familien-)Systems bringt uns viel Leid, belastet unser seelisches Gleichgewicht und verhindert es, dass wir unser volles Potential leben. Und trotzdem tragen wir diese Familiengeschichten mit uns und ertragen so tapfer wie möglich die Kümernisse und Blockaden unseres Lebens. Dabei ziehen wir

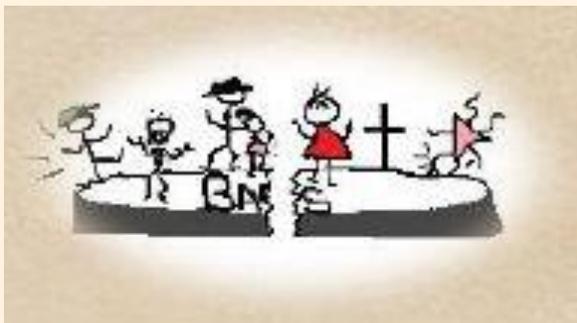
immer wieder diejenigen Menschen und Ereignisse an, die uns an das Grundthema unserer persönlichen Familien- und Sippengeschichten erinnern. Im Rahmen des Systemischen Aufstellens wird uns dieser Rucksack vor Augen gehalten. Wir machen uns bewusst, welche Lasten wir (für andere!) mit uns tragen und geben diese in Liebe dorthin zurück, wo er energetisch hingehört. So entlasten wir uns von diesem überflüssigen Gewicht und können freier und leichter unseren Weg gehen. Ein solches System-Aufstellen kann energetisch erstaunlich vieles wieder ins Gleichgewicht und uns wieder in die wahre Kraft des Lebens zurückbringen. ([Siehe Feedback der Kunden auf der Startseite!](#))

### Was ist ein System?

Ein System ist ein nach Prinzipien geordnetes Ganzes. Jedes System besteht aus Elementen und Komponenten, die zueinander in Beziehung stehen. Meist bedingen diese Relationen eine wechselseitige Beeinflussung. Aus der Beziehung wird ein Zusammenhang - ein System. Die Basis ist gross genug und stützt ein System.



Jeder kann sich innerhalb des Systems bewegen oder auch verändern - das System bleibt stabil.



Verschiebt man ein Element, entfernt sich jemand für immer, oder geschehen dramatische Änderungen, ist das System gestört oder bricht zusammen.

## **Wo leben wir in einem System?**

Ein System finden wir in jeder Form von einer Gruppe. Zum Beispiel: Familie, Arbeitsteam, Freundeskreis usw. bilden nach aussen eine Einheit, die gewisse Regelmässigkeiten und Freiheiten aufweist, aber auch Zwängen und Blockaden unterworfen ist. In einem systemischen Konflikt werden unsere Gefühle und Handlungen oft vom Unterbewusstsein gesteuert. Einmal übernommene Gefühle halten uns fest, führen uns zu zwanghaften Handlungen, Gedanken und Einstellungen. Solange wir dies mit dem Verstand nicht nachvollziehen können, sind wir unfähig, solche Thematiken aufzulösen – wir sind für bestimmte Themen und Probleme „seelenblind“. Beim Systemischen Aufstellen werden uns auf der Gefühlsebene diverse Thematiken, Blockaden und die eigentlichen Wurzeln unserer Probleme bewusst. Durch diese Bewusstwerdung können belastende Gefühle und festgefahrene Verhaltensmuster aufgelöst, respektive losgelassen werden - und wir befreien uns von alten Fesseln.

## **Wie erkenne ich, ob mein System "in Ordnung" ist?**

Gibt es immer wieder Situationen, in denen ich in Streitigkeiten mit Arbeitskollegen oder Mitmenschen, mit der Familie oder meinem Umfeld geraten? Bremsen mich oft Ängste, Phobien und Blockaden?  
Bin ich immer wieder Opfer von Mobbing oder Machtmissbrauch? Begegnet mir immer wieder das Thema Sucht und Abhängigkeit, Geldmangel, Einsamkeit, oder bin ich oft krank?

Alle diese Situationen sind Blockaden, die aufgelöst werden können und ein harmonischeres Leben ermöglichen.