



## *Ahnen Code* Aufstellungen

### Systemische Aufstellungen mit Ursula Garo

*Ahnen Code* Aufstellungen, systemische, spirituelle Familienaufstellungen - Trauma-Aufstellungen - Traumaarbeit - Aufstellungen und Integration deiner gespiegelten Schattenanteile (Auflösen von Projektionen) - Aufstellungen zum „Inneren Kind“ - Organisationsaufstellungen - Integration von Tiefenpsychologie und Spiritualität (Ein Kurs in Wundern)

Wir alle sind auf einer tiefen Ebene mit unserer Familie und unseren Vorfahren verbunden. Gefühle wie Schuld, Trauer, Wut, Einsamkeit, Todessehnsucht, aber auch Krankheiten, die uns immer wieder plagen und unsere Verhaltensweisen belasten, können so unbewusst übernommen worden sein. Diesen sogenannten *Ahnen Code* können wir durch systemische *Ahnen Code* Aufstellungen und durch kinesiologische Einzelsitzung mit dem *Ahnen Code* erlösen, so dass wir unser Potential und unsere Fähigkeiten voll leben können.

Die meist verbreiteten Themen sind die „Todessehnsucht“ und die zu enge Bindung an den gegengeschlechtlichen Elternteil. Auf den weiblichen Ödipuskonflikt, den Elektrakomplex gehe ich hier nicht ein. Ich verwende für beide Geschlechter den Ausdruck „Ödipuskomplex“ oder „Ödipales Dreieck“, bei dem das Kind einen Elternteil ausschliessen will, um den anderen ganz alleine für sich zu besitzen.

Leider weiss die Mehrheit der Menschen nichts davon und wurstelt sich mehr schlecht als recht durchs Leben, kreierte eine Beziehungsmisere, ein Symptom, eine Krankheit oder einen Unfall nach dem anderen, statt das Leben in vollen Zügen zu geniessen und vielfältige, beglückende und bereichernde Erfahrungen zu machen.



Die Todessehnsucht kann zu allerlei lebensbedrohlichen Umständen und Krankheiten führen.

[Siehe Info - Broschüre 1: Von der Dunkelheit ins Licht](#)

Der „Ödipuskomplex“, die tiefe Bindung an den gegengeschlechtlichen Elternteil, (die oft übermässig starke Bindung der Männer an ihre Mütter, und umgekehrt die übermässig starke Bindung der Töchter an ihre Väter), verunmöglicht im Erwachsenenalter häufig eine befriedigende und glückliche Partnerschaft.

Machtkämpfe, Streit, Aussenbeziehungen, sich tot und gelangweilt fühlen in der Partnerschaft und Trennungen sind häufig die Folgen. Durch eine Familienaufstellung werden diese Dynamiken sichtbar gemacht und anhaltend positiv verändert.

Da diese Verstrickungen unbewusst und schon über Generationen hinweg ablaufen, kannst du sie mit deinem bewussten Verstand nicht wahrnehmen. Du kannst aber an ihren oben erwähnten Auswirkungen in deinem Leben erkennen, dass sie da sein müssen.

## Themen

Im Seminar wird hauptsächlich mit der **Ursprungs-/Herkunftsfamilie** und der **Gegenwartsfamilie** gearbeitet. Dein Ziel, deine Vision, dein sehnlichster Wunsch, deine Lebensbestimmung, dein „Wunder“ wird meistens mit aufgestellt.



Wir sehnen uns nach Liebe, Glück, Erfolg, innerem Frieden, und doch haben wir auf der unterbewussten Ebene enorme Angst davor.

Wir ziehen es vor, weiterhin in unserem Unglück, Krankheit und Elend zu verharren, statt einen Schritt vorwärts zu gehen und unser Potential und unsere Talente zu leben.

Willst du dein Leben in deine eigenen Hände nehmen und dich nicht mehr länger von deinen Verstrickungen mit deinen Vorfahren und von deinen Ängsten knechten lassen, dann bist du in meinen Seminaren am richtigen Ort. Ein Leben in Glück, Liebe und Freiheit ist möglich.

Neben den Aufstellungen mit der **Ursprungs- oder Gegenwartsfamilie** sind andere Themen/Anliegen und Vorgehensweisen möglich:

- Aufstellungen von **Krankheitsbildern und Symptomen**
- **Aufstellungen und Integration deiner gespiegelten Schattenthemen (Auflösen von Projektionen)**
- Aufstellungen bei **Entscheidungsfragen**
- Aufstellungen bei **Problemen mit Lebensthemen:**  
z.B. **beruflicher und privater Erfolg, Finanzen, Sexualität, Beziehungsunfähigkeit, Schwangerschaft, Stellensuche u. v. m.**
- **Organisationsaufstellungen** werden für Anliegen und Fragen im Zusammenhang mit **Organisationen, Firmen, Arbeitsteams, Vereinen, Schulen** etc. eingesetzt.
- Aufstellungen zum „**Inneren Kind**“. Aufstellen einer bestimmten problematischen Entwicklungsphase der Kindheit.
- **Traumaarbeit und Trauma-Aufstellungen**
- **Integration der Tiefenpsychologie und der Spiritualität von „Ein Kurs in Wundern“ in die Aufstellungsarbeit.** Dort wo normale Aufstellungen nicht mehr greifen, kommt die Spiritualität immer mehr zum Tragen. Da wir alle spirituelle Wesen sind, die hier auf der Erde tiefgreifende, emotionale Erfahrungen machen, ist die Aufstellungsarbeit ohne Elemente aus der Spiritualität undenkbar geworden.

## Seminar - Leitung: Ursula Garo



Primarlehrerin, Systemische Kinesiologin, Familienaufstellerin, Ahnen Code Practitioner, Trauma-Aufstellungen und Trauma-Arbeit. Nachdem ich 10 Jahre als Primarlehrerin gearbeitet habe, bin ich seit 1992 als Kursleiterin tätig: Zuerst mit Kinesiologie-Seminaren, ab 1999 mit Familien-Aufstellungen, von 2004 - 2012 mit den Seminaren „Folge der Stimme Deines Herzens“ und von 2006 bis 2012 mit dem Jahrestraining „Steps to Leadership“ nach der Methode der Psychologie der Vision. In den letzten 20 Jahren entstand die Ahnen Code Methode. Seit 2017 unterrichte ich Grundlagenseminare in systemischer Kinesiologie. Seit 2018 bilde ich Therapeuten/innen und interessierte Laien zum Ahnen Code Practitioner aus. Ab Winter 2021/22 habe ich mit Webinaren und mit dem Online Transformationstraining „Liebe heilt alles“ begonnen.

**Meine gelebte Vision: Menschen darin zu unterstützen, ihr Seelenpotential zu erkennen, um ein Leben voller Freude, Glück, Verbundenheit und Liebe zu sich selbst und anderen zu führen.**

Die systemische Familientherapie lernte ich 1996 kennen. Seitdem habe ich Ausbildungslehrgänge, Weiterbildungen und Supervisionen besucht, u.a. bei Bert Hellinger, Sneh Victoria Schnabel, Dr. Bertold Ulsamer, Dr. Albrecht Mahr, Prof. Matthias Varga von Kibéd, Dr. Guni-Leila Baxa, Christine Essen, Michaela Kaden, Dr. Jirina Prekop, Anita Gale, Daan van Kampenhout, Margaretha Heinzemann, Trauma-Aufstellungen und Trauma-Arbeit mit Andrea Martha Wandel und Johannes Benedikt Schmidt. Integration meines langjährigen Wissens aus der Psychologie der Vision in die Aufstellungsarbeit. Meine intensive Auseinandersetzung mit den diversen Aufstellungs- und Prozessarbeiten hat mich tiefgreifende Veränderungen erfahren lassen.

### **Die Rolle der Stellvertreterin / des Stellvertreters**

Das „Hinein-gestellt-werden“ als Stellvertreter/in in „fremde“ Schicksale und Familien wirkt erkennend, befreiend und lösend für die eigene Familiengeschichte, so dass durch das Miterleben der Aufstellungen der andern jeweils auch ein Stück der „eigenen Aufstellung“ geschieht.

Als Stellvertreter/in habe ich die Gelegenheit, mannigfaltige Erfahrungen zu machen, nicht nur in Rollen von Familienmitgliedern zu stehen, sondern z.B. auch in Rollen von Symptomen, Gefühlen, beruflichen Kontexten etc.

Der Stellvertreterpreis ist niedrig gehalten, um vielen Menschen die Möglichkeit zu geben, als Stellvertreter/in lehrreiche Erfahrungen zu machen und um meine Arbeitsweise kennen zu lernen. Als Stellvertreter/in hat es in allen Aufstellungsseminaren immer genügend freie Plätze und es ist möglich, nur an einem Tag teilzunehmen. Du bist herzlich willkommen!

### **Ablauf einer Ahnen Code Aufstellung**

Stellvertreter aus der Seminargruppe werden als Familienmitglieder ausgewählt und dem inneren Bild entsprechend im Raum aufgestellt.

Auf verblüffende Weise erleben dann die Stellvertreter, wie sich die betreffende Person gefühlt haben muss. Durch Verändern der Plätze, Aussprechen von lösenden Sätzen, Zurückgeben von unbewusst Übernommenem und vor allem durch das Achten des anderen entsteht ein neues inneres Bild, das dann in der Seele weiterwirken kann. Mit dieser „neuen Ordnung“ kann die Liebe wieder fließen und wir werden frei, uns selbst zu sein.

Die Teilnahme am Seminar ist mit oder ohne eigene Aufstellung möglich. Wer sich für eine eigene Aufstellung entscheidet, wird darin in einem sicheren und geschützten Rahmen von der gesamten Gruppe unterstützt.

**Hinweis:** Melde ich mich mit eigener Aufstellung an, setzt dies den Besuch des ganzen Seminars voraus (Samstag und Sonntag). Als Stellvertreter/in, d.h. ohne eigene Aufstellung oder mit einer Espressoaufstellung kann ich wahlweise am Samstag oder Sonntag oder an beiden Tagen am Seminar teilnehmen.

**Meine Ahnen Code Aufstellungsseminare sind gleichzeitig auch intensive Lern- und Weiterbildungsseminare. Du lernst die verschiedenen Arten von Verstrickungen erkennen und weisst, wie du sie auflösen kannst.**

### **Espressoaufstellungen / Kurzaufstellungen**



Seit einiger Zeit finden zusätzlich zu den normalen Aufstellungen Espressoaufstellungen statt. Sie dauern 15 Minuten. Sie sind stark und konzentriert in ihrer Wirkung wie ein Espresso es ist. Am Sonntag reserviere ich jeweils 5 Plätze für Kurzaufstellungen. Die anwesenden Stellvertreter/innen können am Sonntag, entweder spontan, falls es noch

Platz hat oder vorgängig per Mail oder Telefon bei mir eine Espressoaufstellung reservieren. Manchmal reicht es auch am Samstag spontan noch für eine Espresso-/Kurzaufstellung. Sie gibt dir Einblick in ein Thema, bei dem du einen Konflikt spürst, aber bewusst keine Ahnung hast, worum es geht. Dies kann ein Konflikt in der Partnerschaft, mit Kollegen/ Kolleginnen, dem Chef, dem Nachbar, den Kindern, Eltern oder Geschwistern sein. Beim Konflikt kann es sich aber auch um ein Symptom, eine Krankheit, einen Unfall oder um ein belastendes Gefühl handeln, das immer wieder auftaucht. Die Kurzaufstellung zeigt dir auf, was sich in deinem Inneren abspielt und welche Lösungsmöglichkeiten es gibt.



Hast du ein Thema, das dir unter den Nägeln brennt und du gerne gelöst haben möchtest? Egal, um was es sich handelt, dein Unterbewusstsein kennt die Antwort und zeigt dir den Weg. All deine Probleme haben, wie du erfahren hast, ihren Ursprung in deiner

Familiengeschichte. Durch das Auflösen deiner familiären Verstrickungen kannst du dich schlussendlich von der Raupe zu einem Schmetterling entwickeln.

### Seminare ab Januar 2023

**Daten:** Samstag/Sonntag: 14. + 15. Januar 23      Samstag/Sonntag: 11. + 12. Feb. 23  
Samstag/Sonntag: 25. + 26. März 23      Samstag/Sonntag: 20. + 21. Mai 23  
Samstag/Sonntag: 19. + 20. Aug. 23      Samstag/Sonntag: 21. + 22. Okt. 23

**Zeiten und Ort:** Von 09.30 Uhr bis ca. 18 Uhr in Thun

**Kosten:** Mit eigener Aufstellung, wenn ein 2 Tages - Seminar: Fr. 450.-  
Mit eigener Aufstellung, wenn ein 1 Tages - Seminar: Fr. 350.-  
Als Stellvertreter/in pro Tag      Fr. 100.-  
Als Stellvertreter/in pro Tag inkl. eine Espresso-Aufstellung zu 15 Min. Fr. 160.-

Paare und Studierende erhalten 10% Rabatt auf die Seminarpreise.  
Bei finanziellen Engpässen ist eine Bezahlung in Raten möglich.

### Teilnahmebedingungen

Ich bitte dich, vor der Anmeldung mit mir Kontakt aufzunehmen, falls du in ärztlicher oder psychiatrischer Behandlung bist. Die Kursteilnehmenden sollten normal belastbar sein. Eine Teilnahme erfolgt in jedem Fall auf eigene Verantwortung und ersetzt keine ärztliche Behandlung oder Therapie.

### Rücktritt

Bei schriftlichem Rücktritt bis 4 Wochen vor Seminarbeginn wird eine Bearbeitungsgebühr von Fr. 80.- erhoben. Bei Rücktritt bis 2 Wochen vor Seminarbeginn ist die Hälfte des Seminarbetrages zu bezahlen, danach ist der ganze Betrag fällig.

### Informationen / Anmeldung

Praxis für Bewusstseinswandel  
Ursula Garo Im Seewinkel 20 3645 Gwatt (Thun)  
Tel. / Fax: +41 (0)33 243 50 90  
Mobile: +41 (0)79 245 33 27  
Mail: [info@ursulagaro.ch](mailto:info@ursulagaro.ch), Homepage: [www.ursulagaro.ch](http://www.ursulagaro.ch)



**Anmeldungen im Kurskalender auf der Homepage, per Mail oder auf dem Postweg  
Weitere Infos befinden sich auf meiner Homepage.**

Text und Baum im Winter: Ursula Garo, Fotonachweis: Lizenzfotos von Fotolia, Portrait von Ute Ville