

**Aufstellungstag** mit Dr. med. Peter Mantell, Köln, Facharzt für Psychosomatische Medizin  
am 27.11.2021 und Karen Scholz, Gesundheitspraktikerin

## *Sich dem Alter stellen*

In unserer heutigen Jugendgesellschaft, mit ihrem Taten- und Innovationsdrang, ihrer Schnelllebigkeit und ihrem Wachstumspostulat, ist das Alter eindeutig negativ bewertet. Wie Scheitern, Verlust, Krankheit und Tod gehört es zu den unvermeidlichen Herausforderungen unserer menschlichen Existenz, die so oft ausgeblendet und verdrängt werden.

Wenn wir uns dem Alter stellen, so kann das schmerzhaft sein. Etwa dann, wenn der junge Mensch in uns sich fragt, wo all die Jahre geblieben sind oder wieviel unseres ursprünglichen Potentials, unserer Begabung und Vision wir über die runden Geburtstage haben hinüberretten können. Das eigene Altern oder Alt-Sein anzunehmen fällt uns deshalb nicht leicht!

Und doch steckt eine große Chance in der Auseinandersetzung mit dem Alter: wesentlich zu werden. Denn wenn wir uns dem Aspekt der Endlichkeit unseres Lebens öffnen, stoßen wir immer wieder auf folgende Fragen: Was ist wirklich wichtig? Wie kann ich das entfalten, was wirklich wesentlich für mich ist? Wo entziehe ich mich meiner Verantwortung gegenüber dem Leben, wenn ich dem Ruf dessen, was durch mich in die Welt gebracht werden will, nicht folge?

Wenn wir das Alter bewusst als den Höhepunkt unseres Lebens erfahren wollen, dann ist hier unser ganzer Mut gefordert. Der Mut den es braucht, alte Vorstellungen los- und sich noch einmal tiefer auf das Leben einzulassen. Denn solange das Bewusstsein in dem verharret, was verletzt und enttäuscht wurde, bleibt unsere Lebensenergie und unsere Entwicklung blockiert.

Mithilfe der **systemischen Aufstellung** wenden wir uns in der Gruppe liebevoll und akzeptierend unserem eigenen Lebenskreis zu. Dabei geht es um den Kontakt zu uns selbst und das uns innewohnende Potential. Können wir unser Alter, unsere Reife wirklich erkennen und wertschätzen? Was kann uns helfen, ganz in diesem Lebensabschnitt anzukommen? Gibt es vielleicht noch etwas anzuschauen, zu klären, zu versöhnen, zu betrauern und loszulassen, zu integrieren?

Reife als Ausdruck inneren Wachstums entsteht, wenn wir Bewusstheit in die Erfahrung des Alters bringen. Dann können wir auch erkennen, dass unsere tiefste Essenz bleibend ist und jenseits aller Zwänge schon immer existiert hat. Wir können aus der Welt der Konkurrenz und Besserwisserei aussteigen und zur Einfachheit und Unschuld des Kindes zurückfinden.

**Meditation** wird uns an diesem Aufstellungstag immer wieder mit dem Sein im gegenwärtigen Augenblick verbinden. Aus der Stille heraus öffnen wir uns für die ganze Fülle, den ganzen Reichtum dieses Lebens – das nichts ausschließt oder abwehrt.

**Wer** Menschen ab etwa 50, die Erfahrungen mit Aufstellungen oder LIP (Lebens-Intergrations-Prozess) haben. Erwachsene Stellvertreter\*innen jeden Alters sind willkommen!

**Wo** **wolke+wind** Tannenweg 9, 49152 Bad Essen/Harpenfeld

**Wann** Samstag, 27. November 2021, von 10:30 bis 18.30 Uhr

**Energieausgleich** mit eigener Aufstellung 110 Euro | als Stellvertreter\*in 35 Euro

**Anmeldung** bitte bis spätestens 20.11.2021 bei Karen Scholz, 05472/979 235 oder [willkommen@wolkeundwind.de](mailto:willkommen@wolkeundwind.de) frühzeitig ist empfehlenswert, da die Zahl der möglichen Aufstellungen sehr begrenzt ist

**Mitbringen** dicke Socken, wärmende Kleidung, Hausschuhe und eine kleine vegetarische Köstlichkeit für das gemeinsame Mittagsbuffet. Für Tee, Wasser, Obst und Kekse ist gesorgt.

siehe auch [www.wolkeundwind.de](http://www.wolkeundwind.de)