

Odprimo družinski arhiv

Vam je že uspelo razplesti težavne družinske odnose? Si upate vstopiti v duhovno-energijsko polje vaše družine in skusiti, kakšna so resnična čustva vaših domačih in prednikov? Kajti eden najbolj mističnih, a tudi najučinkovitejših načinov reševanja družinske karme je gotovo sistem-ska terapija po metodi Berta Hellingerja, imenovana postavitve družine. **Boštjan Trtnik**, učitelj meditacije in čustvene inteligentnosti, svetovalec v partnerskih odnosih in sistemski družinski terapevt, je vedno znova navdušen nad izjemno preobrazbo čustev, ki se zgodi udeležencem postavitve družine: »*Družinski člani, prej nepovezani, polni jeze, zamer, maščevalnosti, strahu, bolečine, žalosti ali tudi nezmožni čutenja, vedno znova najdejo ljubezen, mir, sprejemanje in zdravilno povezanost.*«

► Pravite, da ste se v postavitve družine zaljubili. Vam je uspelo razrešiti vse družinske težave?

Ko sem pred nekaj leti po naključju naletel na letak, ki je oglašal *postavitev družine*, sem začutil, da je prav, da se udeležim delavnice. In delavnica, nekakšna duhovnoenergijska psihoterapija, me je očarala. Všeč mi je bilo, da smo delali v skupini in postavili v ospredje duhovno raven življenja, družine, človeka. Nekaj časa sem potem delavnice za *postavitev družine* redno obiskoval. Tako sem si pridobil veliko izkušenj ... Seveda takrat še nisem vedel, da je bilo vse to že uvodna priprava na moje prihodnje terapevtsko delo.

Potem so se v t. i. notranjem ali *energijskem polju družine* postopno razrešile težave iz moje družine. Odnosi z domačimi, še posebno odnos z mojim očetom, so se izboljšali. Doživel sem tudi izkušnjo s starimi starši. O njih – čeprav so bili že dolgo pokojni, očetovih staršev pa sploh nisem poznal – sem sanjal že pred delavnico. Vsi štirje so imeli v sanjah blažen nasmeh. Čutil sem, da se bo na delavnici dogajalo nekaj posebnega ... In res, na delavnici sem odvrigel s sebe veliko

čustveno breme. Občutil sem veliko notranje olajšanje. Čustva so energija in na delavnici se ta energija sprosti. To pa je najpomembnejše. Pozneje so navadno spremembe vidne tudi na zunaj. Nikoli ne vemo, kaj se bo dogajalo po delavnici ... Vedno znova si želim, da bi spet obiskal takšno delavnico in uredil še nerazrešene družinske zadeve. Kajti vsega ne moremo odpraviti naenkrat. Na delavnici *Postavitve družine* pa se pred nami razgrne nerazrešena družinska karma in se vsaj delno zavemo, kaj moramo predelati.

► Torej se na delavnici – ta je videti precej mistična – dogaja nekaj resničnega?

Dogajanje na delavnici človeka očara. Nekateri pravijo, da je čudežno. Temelj za to, kar poteka na delavnici, je *družinsko energijsko polje*, nekakšen *družinski spomin*. Poleg fizičnega sveta namreč obstaja še notranji energijski svet, in prav vse, kar se je dogajalo v mojem življenju in v življenju moje družine, se v to *energijsko polje* odtisne za vedno. Podobno je, kot bi hodili po mivki na plaži – za seboj puščamo različne odtise stopinj, čeprav se pozne-

je ne spominjamo, kje smo hodili ... In vendar, odtisi naših stopal ostajajo. Tudi v energijskem polju ni ničesar pozabljeno, vse je shranjeno – je kot nekakšen »družinski arhiv« ... Na *Postavitvi družine* pa shranjene reči potegnemo iz arhiva ...

► Ali se niste nikoli vprašali, od kod izvira razumsko precej nerazložljivo vedenje udeležencev delavnice? Ali veste, kdo ali kaj vse skupaj vodi?

Delavnice je zasnoval Nmec Bert Hellinger, ki je dvajset let služboval kot katoliški duhovnik pri afriškem plemenu Zulu. Ob stiku z domačini je prejel marsikatero spoznanje, saj je videl, da so ti »primitivni ljudje« v marsičem prekašali »civilizirane«. V plemenu so bili namreč do prednikov posebno spoštljivi in spoznal je, kako pomembno je, da imamo do vseh prednikov prav takšen odnos in urejene odnose. Pozneje, ko je *Hellinger* zapustil duhovniški poklic, je odpotoval v Združene države Amerike in tam spoznal različne psihološke modele. Na neki delavnici je dobil zamisel, videnje postavljenih oseb ... Izkušnjsko je spoznal, da ima vsaka oseba in

družina svoje energijsko polje. In to je temelj dogajanja in urejanja družinskih konfliktov na delavnici *postavitve družine*. Metoda je zelo razširjena, v svetu jo uspešno uporabljajo že petdeset let.

Duhovne zdravilne energije, ki nas vodijo na delavnici, izvirajo iz *božanskega, najvišjega izvora*. Pred postavitvijo se vsi udeleženci na kratko uglasimo in priključimo *družinsko polje* – povežemo se z *družinsko dušo* (ta duša vodi družino iz notranjosti). Vsi si želimo nekaj urediti, imamo čist in dober namen, prav zato se to polje tudi ustvari, čeprav ga ne vidimo. Postavljavec – oseba, ki želi urediti družinske težave – izmed udeležencev delavnice izbere ljudi, ki predstavljajo njegove družinske člane (njega, očeta, mamo, brate in sestre, stare starše ali pa moža ženo, otroke). »Igralcem« ni treba povedati, katerega člana naše družine bodo predstavljali ali igrali. Potem začne dogajanje samodejno potekati. Zastopniki ali igralci občutijo neki del občutkov resničnih oseb iz postavljalčeve družine, ki jih predstavljajo, čeprav teh oseb ne poznajo.

► **Kako je mogoče, da ljudje na delavnici »odigrajo« resnična čustva nekoga, ki ga sploh ne poznajo?!**

Preprosto – *energijsko družinsko polje* »vstopi« v igralca, ki je nekakšen posrednik ali kanal za energijo družinskega člana, ki ga predstavlja. Podobno polje lahko ustvarimo tudi za druge stvari, mogoče so tudi drugačne oblike te delavnice. Ljudje včasih »postavljajo« tudi druge reči: zdravje, svoja čustva ali lastnosti, denar, službo itn. Zato se enkrat na teden v skupini srečujemo z ljudmi, in skupaj postavljamo takšne in podobne zadeve. Najaktualnejše pa so seveda družinske postavitve, saj je v družinskih odnosih tudi največ energije ali pa karme.

► **Morda se vse skupaj dogaja v transu?!**

Velikokrat sem zastopal različne dru-

Leta 1993 je **Boštjan Trtnik**, takrat še študent ekonomije, v časniku opazil oglas o globinski meditaciji **GAMA**. Oglas ga je pritegnil in odločil se je – čeprav ni vedel, v kaj se podaja – da se bo udeležil meditacije. »Meditacija mi je pomagala, da sem se umiril in zbral. Z meditacijo sem skušal globlje občutke sebe in svetlobe v svojem duhovnem srcu, zato sem odtlej redno vsak dan meditiral. Takrat sem še vedno mislil, da bom postal profesor statistike ali poslovne matematike, a prav ob vpogledih, doživetih med meditacijami, sem sčasoma spoznal, da bom morda delal kaj drugega ... Potem sem se začel udeleževati še drugih delavnic na **Centru za**



FOTO: KLARA JANKOP

duhovno kulturo in se vpisal tudi na **Duhovno univerzo**. Predavatelji so me povabili, naj pri njih vodim meditacije. Tako sem se usposobil za vodenje meditacij in tečajev meditacije. Leta 2000 smo s kolegi pripravili program **Šola čustvene inteligence** – spoznali smo namreč, da je poleg meditacije treba pripraviti še program, ki bo ljudem pomagal, da bodo takrat, ko ne meditirajo, lažje in bolje živeli, se izurili posebno v odnosih, si prizadevali za izboljšanje samopodobe, za uspešno ravnanje s čustvi itn. Tudi s **Šolo čustvene inteligence** sem izboljšal odnose s svojimi najbližjimi. Vsi programi, ki sem jih vodil in jih še vodim, so zelo pomagali tudi meni in moji družini: bolj sem razvil sposobnost poslušanja in vživljanja v drugega, se naučil, kako se lepo sporoča manj prijetne stvari, izboljšal sem samospoštovanje in občutek lastne vrednosti. Se pa še vedno učim. Zanimivo bi bilo o tem povprašati mojo ženo (smeh). Zato vedno tudi svojim slušateljem povem, da nisem 'tam nekje ... na oblakih', temveč da sem človek s svojo življenjsko potjo, izzivi, učenjem in poslanstvom.«

Mojea sogovornika so vse skupine, ki jih je vodil na **Šoli čustvene inteligence** navdihovale, da se je ob izkušnjah drugih učil tudi sam. Enako je tudi na **delavnicah Postavitve družine**, ki jih vodi že četrto leto. »S **postavitevijo družine** sem se seznanil leta 2005. Priznam, to je bila ljubezen na prvi pogled – ko sem bil na prvi delavnici **postavitve družine**, sem začutil, kako veličastna je ta metoda. Pritegnil me je način dela v skupini – po predstavnikih družine sem lahko nazorno videl dinamiko družinskih odnosov. Všeč mi je bilo, da se ni veliko govorilo in razlagalo, temveč je vse potekalo subtilno v energijskem polju družine. Čutil sem, da postavitev odpira prostor duhovni ljubezni in povezuje družinske člane z **družinsko dušo**. Nekaj me je gnalo, da sem se vedno znova vračal na te delavnice in se čedalje bolj navduševal nad njimi. Kako izjemna je bila preobrazba čustvene energije! Iz nepovezanih družinskih članov, polnih jeze, zamer, maščevalnosti, in iz ljudi, ki niso zmogli nikakršnega čutenja, smo z bolečino, žalostjo, obžalovanjem, solzami in hrepenenjem vedno znova dosegli močno zdravilno povezanost, ljubezen, spravo, pomirjenost. Kako odrešujoče! Vsem se je vedno znova odpiralo srce in prav čutil sem, kako so postavitve zdravilne tudi za moj ego ... Življenje je skrivnostno, prav posebno urejeno. Duhovna sila je vedno z nami in nas ljubi bolj, kot si lahko predstavljamo. Lažje je **postavitev družine** skusiti kakor o njej pisati ...«

žinske člane in tako občutil različna, tudi meni precej tuja čustvena stanja, ki jih ne bi zmožel »zaigrati«. In medtem nisem bil v transu, vedno sem se vsega zavedal. Takrat bi lahko dejal, da sem *Boštjan Trtnik*, vendar tisti trenutek to ni bilo pomembno. Svoje osebne občutke in razmišljanje sem zanemaril, ker je bil tok, ki je pritekalo vame iz *družinskega polja*, tako močan, da me je prevzel. Zdelo se mi je, da sem se »pripel« na njegovo energijo. In pomembnejše je bilo, da sem odigral družinskega člana, katerega vlogo sem prevzel. Tudi sam sem tako razrešil marsikatero notranje konflikte.

► Kakšni občutki so vas prevzemali?

Raznovrstni. Spominjam se, kako sem »igral« alkoholika in skusil, kako ima omejeno zavest, je tako rekoč

ugrabljen v energijo alkohola. Ali pa izkušnja otroka, katerega starši so se ločili. Mama me je hotela prijeti za obe roki in odvreči stran od očeta. A sem kot otrok jasno čutil, da imam eno roko za mamo in drugo za očeta. Če predstavljamo moško osebo (več udeleženk delavnice je ženskega spola), pogosto čutimo, da smo brez občutkov. Oseba je čustveno »zamrznjena«, ničesar ne čuti. Nekoč mi je neka udeleženka po delavnici rekla, da bo odslej bolj verjela možu, ki ji vedno pravi, da ne čuti ničesar ... Torej tudi kot zastopnik družinskih članov lahko z vlogo dobimo pomembna spoznanja za svoje življenje.

► Takšna delavnica torej pripomore, da se lažje vživljamo v druge družinske člane, katerih dejanj navadno zavedno ne razumemo?

Da, na delavnici prepoznamo ozadje njihovega odzivanja in šele takrat jih zmoremo razumeti. Skusil sem na primer, kako je, če je človek agresiven. Če igramo osebo, v kateri je veliko agresije, bi najraje odšli k nekemu in ga pretepli ... Vendar smo dogovorjeni, da na delavnici varno nadziramo občutke. V družinskem polju je navadno veliko različnih energij: nerazrešene jeze, zamere, maščevalnosti, pa tudi strahov, bolečine, žalosti. Vsi ti občutki so lahko posledica različnih travmatičnih dogodkov, ki smo jih doživeli mi ali naši predniki: ločitve, nenadne hude bolezni ali smrti, nesreče, vojni dogodki, samomori, splavljeni otroci ... Družina marsikdaj teh občutkov ne zmore predelati in jih skuša »utišati« tudi z alkoholom ali deloholizmom. Velikokrat se srečam s takšnimi »družinskimi drevesi«; ljudje veliko delajo – a če

Udeleženci delavnic postavitve družine Boštjanu Trtniku nenehno sporočajo, kakšne pozitivne spremembe so se jim zgodile po delavnici. Številni so mu zelo hvaležni, Boštjan pa pravi, da je tudi on hvaležen njim. Nekatere izkušnje so udeleženci delili tudi z bralci AURE ...

MOJE ŽIVLJENJE SE ZDAJ LAHKO NADALJUJE

Mojca: »Pozdravljen, *Boštjan*! Včeraj sem bila še izmučena od delavnice. Šele danes počasi prihajam 'v tirnice'. Kot da bi bila na drugem planetu ... V svoji postavitvi sem se vnovič srečala s svojim očetom in se od njega zares poslovila (nepričakovano je namreč umrl, ko mu je bilo štirideset let). Vedno sem si govorila, da bi mi uspelo zaživeti le, če bi ga lahko znova objela. In s tvojo pomočjo mi je to res uspelo. Z besedami se ti sploh ne morem zahvaliti, res, hvala ...! Verjamem, da se bodo vsi neprehodni kanali, ki so me ovirali, sprostili in življenje se končno lahko nadaljuje, boljše in lepše.«

OBJEM SEM ČUTILA ŠE POTEM ...

Valči: »*Boštjan*, morda se spomniš moje zadnje postavitve ... Povedati ti moram, da sem prejšnji teden sanjala o svoji babici (tisti iz postavitve, ki naj bi bila vzrok za moj strah!). Prišla je in me močno objela. Še ko sem se zbudila, sem čutila njen objem.

TAKOJŠNJE SPREMEMBE

Petra: »Boštjan, spremembe se občutijo takoj. Ko doživiš nekaj tako izjemnega s popolnoma neznanimi ljudmi, se v tebi nekaj premakne. Hvala ti za to.«

SONČNI ŽAREK, KI POSIJE NA ZAMERE

Martina: »Čutim potrebo, da se ti takoj zjutraj še enkrat zahvalim za čudovito izkušnjo, ki sva jo včeraj na postavitvi doživela z možem. Si kakor sončni žarek, ki posije neopazno, pa vendar s tolikšno močjo, da premika gore ter naša čustva in zamere, ki jih gojimo tam nekje skrite v daljavi.«

IZJEMNA SPREMEMBA PO LETIH NEUSPEŠNEGA TRUDA

Slavica: »Rada bi se ti zahvalila za vse, kar sem pridobila s tvojo delavnico. Zelo mi je pomagala pri urejanju odnosov z domačimi, še posebno s sestro. Včeraj popoldan sva imeli enourni pogovor, v katerem sva si marsikaj povedali in tudi razrešili. Sama sem se neuspešno trudila leta in leta za to, kar sem s tvojo pomočjo dosegla v nekaj minutah. Še enkrat se ti iskreno zahvaljujem za pomoč pri razrešitvi in izboljšanju mojega odnosa s sestro.«

je delo pretirano, je to beg. Čustveno breme, ki ni razrešeno, pa se prenese na naslednje rodove, dostikrat lahko na primer vnuki nosijo nerazrešeno karmično energijo svojih starih staršev.

► **Ukvarjamo se torej s stvarmi, ki sploh niso naše ...?**

So in niso. Ta metoda mi je všeč, ker upošteva duhovni vidik. Tudi moja usoda ali *karma* je lahko to, da sem dobil babičino breme ... Zdajšnje življenje je namreč zgolj eno poglavje v romanu naše duše. Duše naših družinskih članov se srečujejo v številnih življenjih, *postavitev* pa potekajo v brezčasnem polju in čustvene energije družinskih članov in prednikov se ne uničijo. Ko kateri od prednikov umre, umre le njegovo telo, ne pa tudi čustvena energija. Z njegovo energijo ostanejo tudi vsi neporavnani čustveni konflikti, zakodirani v *energijskem družinskem polju*. In naslednji rodovi se morajo z njimi spoprijeti. To je tok življenja, tok *karme*, vzrokov in posledic, in hkrati tok učenja in možnosti za izražanje duhovne ljubezni.

► **Ali udeleženci po delavnici začnejo tudi drugače delovati?**

Da, čustva se res preobrazijo, udeleženci po delavnici čutijo neverjetno čustveno razbremenitev, olajšanje, pomirjenost, sprejemanje, ljubezen, mir. Na delavnici se reči velikokrat le sprožijo, doma pa potekajo še naprej (nekaj dni, tednov ali celo mesecev po delavnici). Nekateri udeleženci po delavnici prvokrat izrazijo tisto, kar čutijo. Drugi prvič stvari razločno razmejijo. Tretji presenečeni poročajo, da so se drugi družinski člani začeli spontano drugače odzivati (čeprav ti sploh niso bili na delavnici, vendar pa smo jih na delavnici postavili). In to je največja odlika te psihoterapevtske

metode, dogajanje je res neverjetno. Postavitev namreč vpliva na vse: na živeče, na prednike in na prihodnje rodove. Na delavnici se preobrazi celotna družinska energija. Spominjam se gospe, ki je povedala, da jo je po delavnici mama, s katero prej več let skoraj nista imeli stikov, po *facebooku* povabila k prijateljevanju ...

► **Se spominjate kakšne izkušnje z delavnice, ko ste bili igralec in vas je vloga še posebno pretresla?**

Na neki delavnici sem predstavljal družinskega člana nekega udeleženca in tako resnično skusil, kaj pomeni pomanjkanje mamine ljubezni v otroštvu in kako se nezaceljene čustvene rane lahko pozneje spremenijo v grobost, jezo, nedostopnost. To je bila zame zelo ozaveščevalna izkušnja. V postavitvi sem kot mož stal brez besed in v sebi čutil jezo. Izražal sem jo tako, da sem jo prenašal na svojo ženo in njenega nezakonskega otroka. Nisem ga mogel sprejeti. Prijel sem ga za roko in ga želel odvreči daleč stran. Postajal sem vedno bolj agresiven in brezčuten. Čutil sem težko ozračje, težko energijo. Nenadoma sem zaslišal besede »igralke«, ki je predstavljala mojo ženo: »Dovolj je, dovolj je!« V meni se je nekaj zlomilo. Jeza in agresija sta izginjali, padel sem na tla. Čutil sem samo še strah, strah, strah ... In nato sem se nenadoma zvil v klobčič in začel glasno hlipati: »Mama, mama, mama!«

KLARA JAKOP

Postavitev družine: tel: 031 481 537
E-mail: bostjan.trtnik@cdk.si



POSTAVITEV DRUŽINE
– razreševanje družinske karme!

Doživite tudi vi ta poseben način zdravljenja družinske karme! Poteka na osupljiv način na temelju družinskega energijskega polja. Izbrali boste predstavnike za svoje družinske člane in s pomočjo družinske duše se bodo energijske blokade v družini transformirale v Ljubezen! Da bi verjeli, morate izkusiti!



Vikend delavnice:

Portorož, 25. in 26.1.
Novo mesto, 2.2.
Maribor, 3.2.
Krško, 9.2.
Nova Gorica, 10.2.
Ljubljana, 15. in 16.2.
Kranj, 17.2.

Skupine med tednom
– pričetek marca, vpis že poteka!

Informacije in prijave:

Boštjan Trtnik
031 481 537
bostjan.trtnik@cdk.si
www.custvena-inteligenca.org

Naročnik oglasa: Boštjan Trtnik s.p.,
Kidričevo nas. 24, Postojna