



Leben - Natur - Raum  
Johannes Trüstedt

Newsletter September 2022



## Erneuerung

Liebe Freunde und Interessierte,

Herbst. Der Baum ist ein uraltes Symbol für das Leben und die Verbindung von Himmel und Erde. Er steht aufrecht, wie der Mensch, wurzelt in der Erde, dem Materiellen, entfaltet sich in den Himmel, dem Spirituellen und lebt, „von Luft und Liebe“ würde ich sagen. Wenn ich daran denke, wie eine Pflanze aus Wasser, Luft und Sonnenlicht wächst und damit noch unsere Atemluft erneuert, ist das für mich ein Wunder.

Herbst. Die Blätter der Bäume werden schon bunt und braun und bald fallen sie zu Boden und der Baum steht kahl, tot könnte man denken. Aber seine Auferstehung ist schon vorbereitet. Schon jetzt bildet er Knospen für das nächste Frühjahr und speichert Nährstoffe, um dann wieder in einen neuen Zyklus einzutreten. Für mich ist der Baum auch das Symbol für die Erneuerung, die ein wesentlicher Teil des Lebens ist.

Wir erleben gerade eine Zeit, deren Grundthema die Erneuerung ist. Ein Blick auf das Klima, die Politik, die gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Systeme, das Miteinander der Menschen zeigt dies mehr als deutlich. Aber auch für jeden Einzelnen ist es wohl mehr Thema geworden, allein durch die Covidgeschichte, die Zerbrechlichkeit des sozialen Gefüges, der Krieg in der Ukraine und eben auch hier, die drohenden Szenarien durch den Klimawandel. Vieles, was uns immer selbstverständlich schien, ist mit einem Mal fraglich, verletzlich und vielleicht sogar falsch. Wir brauchen neue Wege! Und auch hier sind die Knospen für einen neuen Frühling der Menschheit schon vorhanden. Es gibt zahlreiche Projekte und Initiativen, die neue Wege schon verwirklichen und weiter entwickeln. Nur lesen wir davon nichts in der Presse.

An den Bäumen sehen wir in diesem Herbst, wie viele das nächste Jahr nicht mehr erleben werden. Es ist erschreckend. Aber es ist auch eine Warnung an uns, sich für eine Erneuerung zu öffnen und die Verluste zu integrieren.

Jede Erneuerung ist das Ende von Altem, Überholtem, Nicht-mehr-Zeitgemäßem, Nicht-mehr-Lebenden. Dies Ende macht Platz für Neues und das ist wichtig. Wir können es täglich sehen, wie konservative Kräfte an Altem festhalten und damit Erneuerung verhindern. Doch damit kommen wir auch zu der Frage, was ist denn erhaltenswert, was müssen wir loslassen und wo brauchen wir neue Wege? Die Leitfrage, um dies beantworten zu können, im Kleinen wie im Großen, ist: „Was dient dem Leben?“





Und klar, wir wissen es nicht völlig. Es bleibt immer ein Rest Ungewissheit, der auch seinen Ursprung im Wandel des Lebens hat. Es gilt, diesem Unkalkulierbaren offenzubleiben und sich immer wieder die Frage zu stellen: Was dient dem Leben?

In der Aufstellungsarbeit geht es immer um diese Erneuerung. Wir müssen Altes loslassen, auch alte Vorstellungen und Gewohnheiten, um einem „neuen“ Leben Platz zu machen. Doch gerade unsere Verletzungen und Traumata stellen sich hier in den Weg und drohen mit dem Ungewissen, mit dem Schmerz des Loslassens. Es ist die Angst vor neuerlicher Verletzung. Es sind die „Dämonen der Wüste“, die uns mit ihren furchtbaren Fratzen erschrecken. Doch in der Aufstellung können wir, quasi im Übungsraum, Erneuerung probieren und das, was sich bewährt, was unseren Leben dient, neu ins Leben integrieren.

Das kann wieder live erlebt werden:

Die nächsten Termine:

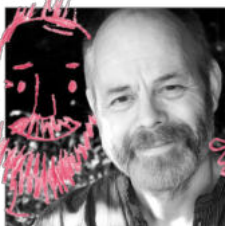
Mittwoch, 14. September 2022, 19:00 Uhr  
Offener Abend mit Systemischen Strukturaufstellungen in Zürich-Altstetten,  
Gemeinschaftspraxis SilentPower, Altstetter Str. 121, 8048 Zürich

Mittwoch, 5. Oktober 2022, 19:00 Uhr  
Offener Abend mit Systemischen Strukturaufstellungen in Zürich-Altstetten,  
Gemeinschaftspraxis SilentPower, Altstetter Str. 121, 8048 Zürich

Wer gerne für sich ein Anliegen lösen möchte, meldet sich umgehend an, da ich an einem Abend i.d.R. nur zwei Aufstellungen machen kann. Als RepräsentantIn (oder auch BeobachterIn) bist Du immer herzlich willkommen, Du erlebst eine Resonanz und kannst viel über Dich selbst erfahren. Daneben unterstützt Du andere für ihre Lebenssituation Lösungen zu finden. Ich freue mich über jede TeilnehmerIn und es hilft mir, wenn ich eine kurze Anmeldung per Mail oder SMS erhalte.

Ausgleich: Die Themenabende sind frei, Einführungsabende kosten 30,- CHF, ansonsten gilt 180 CHF für eine Aufstellung, 20 CHF für Teilnahme als Repräsentant oder Gast, Richtwert für Einzelcoachings sind 120 CHF pro Stunde.

Gerne gebt ihr diese Infos auch an Freunde, Familie und Bekannte weiter. Ich freue mich euch bei der einen oder anderen Veranstaltung zu begrüßen.



Mit herzlichen Grüßen,  
Johannes Trüstedt

Systemische Strukturaufstellungen®,  
Erlebnispädagogik und Lebensraumberatung  
johannes@truedtedt.com / Tel. +41 76 784 76 82  
www.leben-natur-raum.com