



## RUHUN KİLİDİNİ AÇIYORUZ

Dilek Kaykılar/İstanbul

Yaşanan bütün olumsuzlukların ailede kuşaklar öncesindeki olaylara dayandığı tezini savunan 'Bert Hellinger Yöntemi' şimdi Türkiye'de. Şu anda sadece Mehmet Zararsızoğlu'nun uyguladığı yönetime göre ailede 50 yıl önce yaşanan ölümler, kürtajlar bile bugünü etkiliyor.

Ruhumuzu özgür bırakmak için, bazen yüzyıllar öncesine uzanmak gerekiyor. Mesela bir depresyonun nedeni 50 yıl önce yapılmış bir kürtaj bile olabilir. Bu cümleler Mehmet Zararsızoğlu'na ait.

Zararsızoğlu, Bert Hellinger terapi yöntemini Türkiye'de ilk uygulayan doktor. Bu yönetime göre kuşaklar öncesinde aile içinde ve aile üyelerinin yaşadığı 'ağır travmalar', bir anlamda kader olarak bize miras kalıyor. Zararsızoğlu bunları 'ağır kader' diye adlandırıyor.

Ağır kaderleri ise şöyle tanımlıyor: Öncelikle anne, baba, kardeş, büyükanne, büyükbaba, hala, amca, dayı, teyze, ve yine büyük büyük anne veya babanın başına gelen kürtaj, intihar, aile dışına itilme, evlatlık verilme, cinayet, sevdiğine kavuşamama, sevdiği kişiye yapılan büyük bir haksızlık....

Bu olaylar geçmişinde yer alan bir kişi, bunların ağır bedellerini belki 50, belki de 100 yıl sonra ödeyebiliyor. Yani kısacası birkaç nesil sonrasında bile bilet onlara kesilebiliyor.

### Aileler dizilsin

Zararsızoğlu, 'Ne kadar şansızım', 'Ne kadar kısmetsizim' ya da 'Amma da aptalım' yakınmalarının ardında kilitli ruhların yattığını belirterek, "Ben diyorum ki, ömrünüzü heba etmek istemiyorsanız, ruhunuzu özgür bırakın" diye konuşuyor. Ruhunu özgür bırakmanın ise aile dizimi yöntemiyle gerçekleşebileceğini belirtiyor. "Fenomenolojik Sistemik Yaklaşım dediğimiz bu yöntemle kişinin içinde yaşadığı öfkeyi, nefreti arındırması sağlanıyor. Kendisiyle barışık olması gerçekleşiyor." Aile dizimi yöntemini yaygınlaştırabilmek için misyon üstlenen Zararsızoğlu, yıllarca Almanya'da yaşadıkdan sonra Türkiye'ye gelerek yöntemin mucidi Bert Hellinger'in adını taşıyan enstitüyü kurdu. Şu anda hem meslektaşlarına eğitim veren hem de danışanlarına 'aile dizim' uygulayan Zararsızoğlu, yöntemin nasıl işlediğini şöyle anlatıyor: "21 yıl Almanya'da yaşadım. 1999'da Türkiye'ye döndüm. Aile dizimi yöntemi, sorunu ele alan bireyin, ailesinin temsiline dayalı bir terapi yaklaşımı. Bize şikayetiyle gelen kişiyi grup terapiye alıyoruz. Seans sırasında danışanımız, ailesinin tüm bireylerini ve kendisini temsil etmek üzere grup içinden bireyler seçiyor. Onları kendi düşüncesine göre yerleştiriyor. Eğer annesiyle arasında sorun varsa arkası dönük yerleştiriyor veya babasıyla arasında mesafe koyuyor. Bunu bireysel terapide birtakım sembollerle temsil ediyoruz. Minyatür oyuncakları kullanıyoruz. Bu şekilde ailenin, kişinin gözündeki resmi ortaya çıkıyor. Terapiler en fazla 6-8 seans sürüyor. Çözümleme ise son seansta gerçekleşiyor. Ben bu resmi, en son aşamada çözümlüyorum. Karın bölgesindeki yumru yavaş yavaş küçülüyor. Aile dizimi yöntemiyle, yaşam enerjisi yeniden özgürlüğüne kavuşuyor."

### Hayatım değişti

Aile dizimi yöntemi Türkiye'de çok yeni olmasına rağmen, bu yönetime başvuranlar daha şimdiden hayatlarının değiştiğini söylüyor. Annesiyle yıllardır konuşmayan ve ailevi konularda annesini suçlu gören 45 yaşındaki K, onlardan biri. Aile dizimi tedavisinin ardından kuş gibi hafiflediğini söylüyor. K. önce başka şehirde yaşayan annesinin yanına giderek onunla diyalogunu güçlendirdiğini ardından da hayatındaki akışın tamamen pozitif bir çizgide gittiğini söylüyor.

Boşanma aşamasına gelen ve sürekli kavga eden bir çift de aynı görüşte. 10 yıllık evlilikleri olan ve "Tamamen ayrı dünyaların insanı olmuştuk. Ortak konu bulamıyor ve sürekli birbirimizi kırıyorduk" diyen çift, şimdi ise "Beraber eğleniyoruz, arkadaş olabildik. Şaşkınız" diyor.