



# Das Echo der Vergangenheit und der Ruf des Selbst

Mit Heike Gattnar, DE\*

**Teil II und III**



Seit einigen Jahren offeriert unsere Münchner Kollegin Heike Gattnar ihr Spezialseminar zum Thema des Transgenerationalen Traumas. Nun hat sie sich entschlossen, dort vermitteltes Wissen weiter zu vertiefen und zu einer Trilogie auszubauen. Wir freuen uns sehr darüber, dass sie die beiden Ausbauteile im Mai und November 2026 bei uns in Zürich unterrichtet. Für eine Teilnahme ist der erfolgte Besuch von Teil I Voraussetzung.

Der Titel der Trilogie beinhaltet Heike Gattnars zentrale Erkenntnis, dass wir Menschen mit den Traumata unserer Vorfahren direkt verbunden

Das weitergegebene Trauma wird für die Nachfahren häufig zu einer lebenslangen Belastung. Im ersten Teil der transgenerationalen

**Wie können wir das Trauma der Ahnen auflösen?  
Und wie jenes der Nachkommen?**

sind – ja, dass sie tief in uns schlummern und sich meist scheinbar unbemerkt Raum schaffen. **Unbemerkt sind sie für viele, weil sie sich in unbewusster Form abspielen und die transgenerationale Sichtweise lange auch nicht wirklich ernst genommen wurde.** Es ist das grosse Verdienst der Kursleiterin, dass sich das zu wandeln beginnt und sich plötzlich auch ein grosser deutscher Verlag für ihr kürzlich fertig gestelltes Buchmanuskript zum Thema interessiert.

Trilogie stellte Heike Gattnar den Teilnehmenden ihren Ansatz dar, wie die traumatischen Altlasten in der jetzigen Existenz abgebaut und ins Leben integriert werden können. Womit die betroffene Person für sich die Möglichkeit erhält, sich erst wirklich mit den eigenen Wurzeln zu verbinden. Diese ungemein spannende Wandlungsmöglichkeit will sie nun in den beiden neuen Teilen weiter verfeinern und spezifizieren. **Themen wie Verrat, Entwürdigung, Wut, Trauer, Scham**

## DATEN:

Teil II:

14.05.2026 – 17.05.2026

Teil III:

05.11.2026 – 08.11.2026

## UHRZEIT:

jeweils 10.00 – 13.00 Uhr  
und 14.30 – 17.30 Uhr

## KOSTEN:

CHF 2'120.00 oder CHF 1060 pro Modul – Die beiden Module können nur als Ganzes gebucht werden.

**SPRACHE:** Deutsch

## ORT:

Zentrum für Innere Ökologie  
Freischützgasse 1  
8004 Zürich

## BEDINGUNGEN:

Vorherige Teilnahme am „Echo der Vergangenheit“, Teil I

## KURSBEDINGUNGEN:

Die schriftliche Anmeldung mit hintenstehendem Talon ist verbindlich. Bei einem Rücktritt bis 21 Tage vor Kursbeginn werden Fr.100.- an Bearbeitungsgebühren fällig. Bei Abmeldung weniger als 21 Tage vor Kursbeginn müssen die ganzen Kurskosten bezahlt werden. Dies gilt auch im Krankheitsfall. Versicherung ist Sache der Teilnehmenden. Wir empfehlen eine Annullierungskosten-Versicherung.

oder Schuld stehen dabei im Zentrum. Einen ganz besonderen Stellenwert hat dabei die Überlebensschuld.

✂ Nachfahren laufen sonst weiter Gefahr, dass sie nicht nur die Symptomatik von früheren Generationen übernehmen und durch ähnliche Erlebnisse in Form von Krankheiten, suizidalen Themen oder destruktiven Beziehungsmustern gehen – und aus unbewusster Ebene heraus sogar Loyalität zeigen möchten, indem sie etwas in einer Form von Panik abschliessen, was die Vorfahren nicht tun konnten. Die Kursleiterin, seit über 20 Jahren als internationale SE-Lehrkraft tätig und von

---

*«Wenn wir nicht gesehen werden, werden wir nicht Wirklich und können nicht wirken.»* Samy Molcho

---

Peter A. Levine enorm geschätzt, wird viele pragmatische Beispiele und Hinweise geben, wie sich das in der Alltagsrealität zeigen kann. Mit direkt Betroffenen im Kurs wird sie auch gezielt in Demos aufzeigen, wie sich eine Person aus dieser transgenerationalen Falle herauslösen kann.

✂ Im dritten Teil widmet sich die Vertiefung der Begleitung transgenerationaler Themen gezielt dem Verlust, dem Verlassen- und dem Nicht-Gesehen-Werden, was eine existenziell bedeutsame, unterschwellige Wirkung hat. Selbstbild, Glaubenssätze und Wertvorstellungen sind davon stark geprägt. Frühere drakonische Erziehungsmodelle und dort gemach-

te zutiefst prägende Erfahrungen der Ahnen spielen da subtil mit hinein. Die Frage, wie wir erkennen können, ob eine transgenerationale Thematik oder schlicht eine wirklich persönliche Erfahrung des Menschen im Hier

---

*«Die Auflösung von transgenerationalen Themen ist essenziell für ein friedliches Zusammenleben.»* Heike Gattnar

---

und Jetzt vorliegt, steht in diesen Kurstagen ebenfalls im Mittelpunkt. Neben den theoretischen Inhalten offeriert Heike Gattnar auch illustrierende Videosequenzen, Übungen, Rituale und Live-Demos.

*\* Heike Gattnar, selbst 1943 in den Wirren des 2. Weltkriegs geboren, hat sich aus eigener Betroffenheit seit vielen Jahren mit dem Thema Trauma beschäftigt und auf vielen Gebieten nach Heilungsmöglichkeiten gesucht. Ihre lange persönliche Therapieerfahrung und die intensiven Aus- und Fortbildungen in verschiedenen Wahrnehmungsmethoden, Meditation, Kunsttherapie, Atem- und Stimmarbeit, sind der Erfahrungsschatz, aus dem sie schöpft. 8 Jahre hat sie in der neurophysiologischen Grundlagenforschung gearbeitet, ist Heilpraktikerin und Feldenkrais-Lehrerin. 2002 wurde sie von Dr. Peter Levine als erste europäische SE-Trainerin und Supervisorin autorisiert und unterrichtet seither SE-Einführungen, SE-Trainings, SE-Postadvanced Seminare und Seminare zur Überwindung von Transgenerationalen Trauma. In München hat sie seit 1983 eine Praxis für Körperpsychotherapie.*

---

**Anmeldetalon:** Ich melde mich gemäss den vorne genannten Bedingungen an für das Seminar **«DAS ECHO DER VERGANGENHEIT UND DER RUF DES SELBST – TEIL II + III»** mit Heike Gattnar, Beginn am 10. Mai 2026:

Name ..... Vorname.....

Strasse ..... PLZ/Ort.....

Beruf ..... Telefon.....

E-Mail .....

Ort/Datum ..... Unterschrift.....

Anmeldung senden an: Polarity Bildungszentrum Schweiz, Freischützgasse 1, 8004 Zürich  
Tel. 044 218 80 80 • info@polarity.se • www.polarity.ch

