

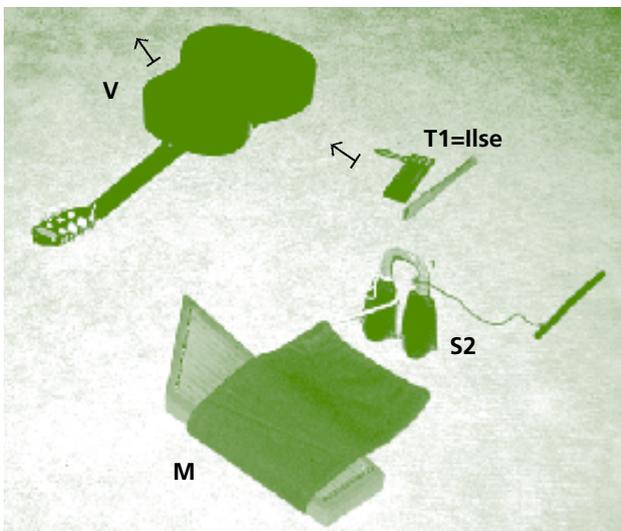
# Musikinstrumente, Improvisation und die Bewegungen der Seele – Aufstellungserfahrungen eines Musiktherapeuten

## „Ilse“ – ein erster Versuch

Seit 20 Jahren arbeite ich als Musiktherapeut in verschiedenen Kliniken, in der Forschung und Lehre, in freier Praxis. Dabei konnte ich einige Erfahrungen sammeln mit spontanem nonverbalem Ausdrucksverhalten, insbesondere mit der Semiotik der akustischen Phänomene beziehungsweise Musik im weitesten Sinne des Wortes und der akustisch-visuellen Symbolik der Musikinstrumente. Dies ist mein therapeutischer Hintergrund, vor dem sich seit fünf Jahren die systemische Aufstellungsarbeit und neuerdings auch die „Bewegungen der Seele“ als wesentliche Elemente entfalten.

Das Familien-Stellen habe ich zunächst aus persönlichen Gründen konsultiert, war dann aber sehr fasziniert und begann schon bald, damit in meiner Praxis zu experimentieren. Zu der Zeit, als ich erstmals die systemische Aufstellungsarbeit in der Praxis erfuhr, arbeitete ich mit einer Patientin, die ich hier „Ilse“ nennen möchte. Bei ihr versuchte ich erstmals, diese Neuerfahrung in meine therapeutische Arbeit zu integrieren. Es handelte sich um eine 33-jährige Malerin, die unter einer schweren Borderline-Symptomatik litt. Auf der Basis gravierender Kindheitstraumen inszenierten sich in der Wirklichkeit immer wieder schlimme Situationen wie Bedroht- und Eingesperrtwerden und mehrere Vergewaltigungen. Sie reagierte darauf mit Flucht in verzerrte und fragmentierte Realitätswahrnehmung und Depersonalisation.

Bild „Ilse 1“



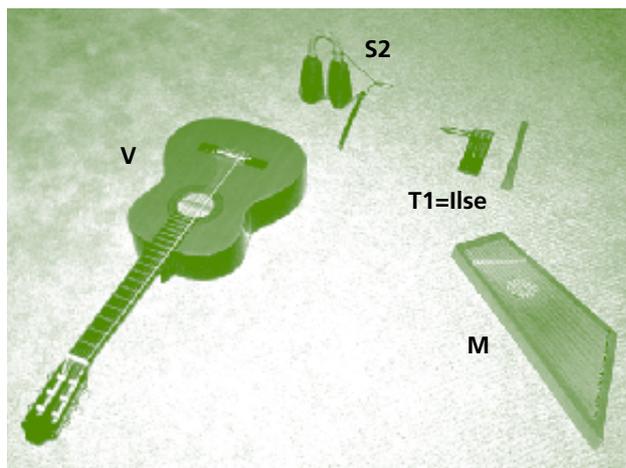
Das Aufstellen ihrer Familie mit Instrumenten ist von eindrücklicher Symbolik. Die Patientin stellt sich selbst mit zwei Instrumenten dar, Blockflöte und Ratsche, was sich als Ausdruck ihrer gespaltenen Persönlichkeit deuten lässt. In der ersten Stunde hatte sie von sich berichtet, sie fühle sich „fragmentiert, in mehrere Teile zerspalten, die ich nicht zusammenkriege“. Ihre starken irritierenden Wahrnehmungen drohten immer wieder, sie zu überwältigen, wenn sie sie nicht an Kunstwerke binde.

Erst im Kindergarten wird bei dem ein Jahr jüngeren Bruder eine so starke Sehbehinderung festgestellt, dass er Blindenstatus erhält. Nun aber wird er als Behinderter zum Zentrum der mütterlichen Aufmerksamkeit. Ansonsten hat Ilse das Gefühl, dass sie es nicht schafft, von der Mutter Resonanz zu bekommen.

Ilse hat für ihre Mutter eine Kantele gewählt, die sie mit deren Stoffhülle umwickelt, sodass sie schwingungsunfähig, quasi stumm gemacht ist: keinerlei Resonanz. Die Kordel dieser Hülle ist um die afrikanischen Glocken gebunden, die ihren Bruder symbolisieren. Die Mutter bindet sich an den Sohn mit dem, was sie stumm macht und verhüllt. Was darf da nicht gesehen und gesagt sein? Der Schlägel der afrikanischen Glocken, der an diesen festgebunden ist, zeigt nach draußen, als wolle der Bruder sich einen Ausweg ertasten aus dieser heillosen Verstrickung.

Auch vom Vater kommt keine Resonanz. Die Gitarre, die sie für ihn gewählt hat, liegt umgekehrt auf den Saiten. Er ist für sie, in ihren Worten, „nicht greifbar“. So fühlt sie sich wie elternlos, und damit wiederholt sich das Schicksal ihrer Mutter: Deren Mutter starb, als diese vier Jahre alt war. Der Vater blieb im Krieg verschollen. Den Hintergrund des Vaters habe ich nicht näher eruiert. Sein Blick geht wohl zu jemandem in seinem Herkunftssystem. Jedenfalls kann er in dieser Position Iles Mutter nicht als Mann zur Seite stehen. Vielleicht klammert sie sich auch deswegen an den Sohn. Der wiederum kann dadurch nicht Mann werden. Er lebt heute in einem Blindenheim, verrichtet kleine Handarbeiten, ist ansonsten aggressiv und anspruchsvoll, hat nichts aus seinen Anlagen und Möglichkeiten gemacht.

**Bild „Ilse 2“**



Ich überlege dann in der Stunde, wie ich hier mit Lösungen experimentieren könnte. Schließlich entscheide ich mich dafür, mit dem Vater zu beginnen. Ohne etwas zu sagen, drehe ich die Gitarre um und schiebe sie neben die Mutter. Da lächelt Ilse und nimmt, ebenfalls wortlos, die Hülle von der Kantele, bindet sie von den afrikanischen Glocken los, schiebt den Bruder in Richtung Vater – und der Platz bei der Mutter ist frei für sie. Sie atmet sichtbar auf und strahlt mich an. Dieses Bild zeigt also spürbar eine Lösung, die sich nach Wohlbehagen und Gesundheit anfühlt.

Dies war mein erster Versuch, aber in jener Situation spürte ich deutlich, dass sich unausgesprochen auf der Ebene von Symbolen etwas wiederholte, was ich gerade in der Arbeit mit Stellvertretern in der Gruppe kennen gelernt hatte: dass eine scheinbar geringfügige Veränderung des äußeren Bildes weitere Impulse in Richtung Lösung bewirken kann. Dadurch wird eine deutliche Erleichterung und ein gutes Lebensgefühl ermöglicht. Selbst wenn dies nur für einen kurzen Moment anhält, wird ein gesunder innerer Raum als Kraftquelle, als Ressource direkt erfahrbar und kann dazu motivieren, an dieser Entwicklungsmöglichkeit zu arbeiten – bewusst oder unbewusst.

### **Improvisation**

Die zentrale Vorgehensweise in der modernen Musiktherapie ist die freie oder themenzentrierte Improvisation. Allein, zu zweit, zu dritt, in kleineren oder größeren Gruppen wird mit leicht spielbaren Instrumenten, Stimme und Bewegung agiert und interagiert. Wenn der Therapeut den entsprechenden Spielraum lässt, können sich dabei alle möglichen Inszenierungen ergeben. Die Teilnehmer/Patienten werden angeregt, den Impulsen zu folgen, die aus dem Unbewussten nach außen drängen und sich dort gestalten. In Musik, Gestik, Mimik und Bewegung drückt sich die biopsychosoziale Dynamik der Einzelnen in der Gruppe aus. Dieses

Setting wird in der Arbeit mit dem Feld als Ort der „Bewegungen der Seele“ ergänzt.

Für alle Beteiligten – so sie es zulassen – bedeutet das lateinische „improvisus“ dann auch in der Praxis: „unerwartet, unvorhersehbar“. Insofern lässt sich als therapeutische Grundhaltung leicht eine phänomenologische einnehmen, wenn ich das Geschehen unvoreingenommen auf mich wirken lasse und das verdeutliche, was sich zeigt. Die Entscheidung, ob beziehungsweise inwieweit das Erleben dann tiefenpsychologisch/entwicklungspsychologisch oder systemisch aufgearbeitet werden soll, fällt spontan aufgrund des Geschehens. Ich kann Improvisation aber auch als Element in eine Aufstellung integrieren.

### **Gruppenszene 1: „Melanie“**

„Melanie“, eine etwa 40-jährige Frau, wollte über ihr nächtliches destruktives Zähneknirschen arbeiten. Ich lud sie ein, ihre Familie zu stellen und die Stellvertreter mit Instrumenten auszurüsten. Diese sollten dann so spielen, wie sie sich am jeweiligen Platz fühlen, wobei sich alle gleichzeitig äußern und ein entsprechendes Klangbild erzeugen. In diesem Fall ging meine Aufmerksamkeit sofort zu der Stellvertreterin der Mutter, die zwei halbe Kokosnussschalen bekommen hatte: als ein im Klang an Pferdehufe erinnerndes Rhythmusinstrument. Nach einer Weile begann sie, mit einer gequält wirkenden Gestik und Mimik die beiden Schalen aufeinander zu pressen und zu drehen, sodass ein schabendes, knirschendes Geräusch entstand. Erst als ich darauf zeigte, wurde der Aufstellenden, der Stellvertreterin und den anderen Teilnehmern staunend offenbar, dass dies der dem Symptom des Zähneknirschens in optimaler Weise entsprechende instrumentale und körperliche Ausdruck war. Das Symptom hatte also seinen Ursprung in der Verfassung der Mutter. In der Tat ergab sich aus der weiteren Arbeit, dass es darum ging, das Schicksal der Mutter bei ihr zu lassen.

### **Gruppenszene 2: „Bettina“**

Musiktherapeutische Improvisationen sind ein gutes Mittel, um die seelischen Haltungen, die Bert Hellinger in den „Sätzen der Kraft“ formuliert hat, im Ausdruck zu vertiefen. Manchmal reicht es schon, als Thema „Für meine Mutter“, „Abschied vom kleinen Bruder“ usw. zu formulieren, damit sich im Prozess dieses Spiels beziehungsweise weiterer Versuche Wesentliches ereignen kann.

Eine Teilnehmerin hatte ihre Familie in der oben beschriebenen Weise mit Stellvertretern und Instrumenten gestellt, um die schwierige Beziehung zu ihrem Vater zu klären. Dabei kam schließlich eine tiefe Verunsicherung darüber

ans Licht, dass der Vater des Vaters im Krieg als vermisst galt und nie wirklich für tot erklärt worden war; alle warteten und beteten noch viele Jahre. Ich lud sie ein, für ihre Stellvertreterin in die Aufstellung zu kommen und sich einen Platz zu suchen. Offensichtlich fühlte sie sich stark zu ihrem Vater hingezogen und setzte sich dicht neben ihn. Daraufhin bat ich ein anderes Gruppenmitglied, sich als Vater des Vaters vor die beiden am Boden hinzulegen, und lud diese ein, gemeinsam eine „Abschiedsmusik“ für ihn zu spielen. Sehr bewegt und alle bewegend spielten die beiden dann eine improvisierte Musik für ihn – ein Ritual, in dem sein Tod als endgültige Wirklichkeit anerkannt, die Trauer zugelassen und ausgedrückt und dadurch eine tiefe Zustimmung dazu möglich wurde.

### Gruppenszene 3: „Paolo“

„Paolo“ ist als Sohn einer sizilianischen Gastarbeiterfamilie in der Schweiz geboren und aufgewachsen, wo er auch seine Berufsausbildung gemacht hat und arbeitet. Mit drei Jahren war er für ein Jahr bei Verwandten in Sizilien. Er spürt eine „Riesenwut“ auf seinen Vater, kann in Beziehungen „nicht bleiben“ und fühlt sich „abgeschnitten“.

Ich lade ihn ein, Stellvertreter für sich, Italien und die Schweiz zu wählen, sie mit Instrumenten auszustatten und aufzustellen. Er setzt seinen Stellvertreter an eine Tschembe (große afrikanische Trommel), rechts von ihm steht eine Frau für Italien mit einer großen umgehängten Felldrumme, links von ihm eine Frau für die Schweiz mit Akkordeon. Von der Instrumentalsymbolik her offenbart sich die tiefe Verbundenheit mit seiner italienischen Herkunft.

Während einer ersten Improvisation zieht es seinen Stellvertreter wie von unsichtbaren Fäden gezogen mal Richtung Italien, mal Richtung Schweiz: ein scheinbar unlösbarer, quälerischer Konflikt.

In einer zweiten Improvisation lade ich die Stellvertreter dazu ein, sich gleichzeitig im Raum so zu bewegen, wie es ihnen von innen her kommt. Italien und die Schweiz stehen am Ende zusammen, „Paolo“ ist mit intensiven Suchbewegungen beschäftigt. Italien im Rücken ist ihm noch unerträglich, und es wird deutlich, dass er sich noch einmal davor stellen, sich konfrontieren muss. Er fühlt, dass er noch einmal mit mehr Zeit und „nicht als Tourist“ nach Sizilien reisen will, um das Land seiner Vorfahren auf sich wirken zu lassen. In der Schweiz – oder wo auch immer – kann er wohl nur aufblühen, wenn er im guten Kontakt mit seinen Wurzeln ist.

Diese Szene dürfte seelische Bewegungen sehr vieler Kinder ausländischer Arbeitnehmer, auch in Deutschland und anderen mitteleuropäischen Ländern, widerspiegeln und daher von hoher therapeutischer Relevanz sein. Fragen nach der Bedeutung kultureller Identität und dem Begriff „Heimat“ tauchen in solchen Schicksalen verstärkt auf (vgl. von Friesen 2000).

### Musik als semiotisches System und die Symbolik der Instrumente

Sowohl bei Systemaufstellungen als auch bei den „Bewegungen der Seele“ kann man mit Instrumenten aufstellen beziehungsweise diese in Aufstellungen als Ausdrucksmittel integrieren. Dabei verbindet sich ihr visuell-akustischer Ausdruckskarakter mit der Wirksamkeit des entstehenden Feldes.

In der Einzelarbeit können sie vom Klienten gespielt werden, indem er sich am jeweiligen Platz einfühlt und die Gefühle spontan musikalisch ausdrückt. In der Gruppe können dies die Stellvertreter tun. Das jeweilige Klangbild ist Ergebnis der Gleichzeitigkeit aller musikalischen Einzeläußerungen. Es ändert sich gravierend, wenn die Stellvertreter, ihren inneren Impulsen folgend, sich woanders hinbewegen, wo sie sich anders fühlen. Weil das Klangbild in der stimmigeren Ordnung sofort harmonischer und die Interaktion resonanter wird, bin ich für das „Ordnen des Systems“ auf die Analogie zum „Stimmen eines Instrumentes“ gekommen. Bei Musikinstrumenten kommt eine vielschichtige Symbolik ins Spiel, welche die visuelle und akustische Ebene umfasst. Dies hat menschengeschichtlich eine lange Tradition, die in der Musiktherapie weiterverfolgt wurde (vgl. Timmermann 1989: 75 ff.). Oft ist die visuelle Symbolik von Bedeutung. Wie groß ist das Instrument, wie ästhetisch in Form und Farbe, wie neu beziehungsweise abgenutzt, komplex, mobil usw. ist es? Solche Fragen müssen nicht immer, aber können manchmal von erheblicher Bedeutung sein. Auf der akustischen Ebene kann zunächst einmal der Klang an sich aussagekräftig sein: Der Gong ist mächtig, eine kleine Flöte schrill, das Klavier bietet viele Möglichkeiten usw. Der Instrumentenklang weckt oft Assoziationen, die auch emotional gefärbt sein können: Beispielsweise weckt die Mundharmonika Erinnerungen an Unterwegssein, das Klavier an Mutter und Weihnachten, Flöte spielte die tödlich verunglückte Schwester usw.

Die gewählten Musikinstrumente werden im Raum so positioniert, dass auch deutlich wird, wer wohin schaut. Dies erfrage ich jedes Mal mit aller Deutlichkeit und mache mir eine entsprechende Skizze. Die Familie erscheint so wie eine musizierende Gruppe. Zu lange Symbolisierungsspekulationen (zum Beispiel: War jetzt Flöte oder Cello Vaters Lieblingsinstrument?) zeigen oft eher Abwehr an. Letztlich ist die Wahl des Instrumentes sekundär gegenüber der Position, die es im System erhält. Wenn spontan jemand aus dem System mit einem bestimmten Instrument identifiziert wird, ist es jedoch gut und wirksam, wie das folgende Beispiel zeigt.

### Fallbeispiel: „Helene“

„Helene“, eine gemeinsame Klientin von meiner Frau und mir aus der Schweiz, die in mehreren Intensivgruppen einen Prozess durchlaufen hatte, der sie mit schmerzhaften Defi-



den und Strukturieren des Selbst und anderer Personen, die dieselben Gefühle teilen oder unterschiedliche Gefühle ausdrücken (Stern 1992).

Auch eine Analogie zwischen musikalischer und biopsychosozialer Dynamik ist beschreibbar. Die Phänomene Resonanz, Synchronisation und Regulation sind in allen lebenden Systemen die Basisfaktoren dynamischer Prozesse und speziell die entscheidenden Bedingungen zwischenmenschlicher Beziehungen (Lenz 2000). *Resonanz* ist die Qualität des Mitschwingens, *Synchronisation* meint proportionales Sicheinschwingen, eine zeitliche, rhythmische Übereinstimmung, ein Zusammenschwingen mit dem anderen erreichen, *Regulation* die Steuerung der Anpassung an wechselnde Bedingungen, das Prinzip der permanenten Herstellung eines Fließgleichgewichtes. Das Leben schwingt zwischen den Polen Chaos (als Wandlungsdynamik) und Ordnung (als Dauer- und Zusammenhaltedynamik) und stimmt sich immer wieder zusammen-auseinander, konsonant-dissonant im lebendigen, atmenden Pulsieren. Sterns implizites Beziehungswissen meint diese Dynamik auf der Ebene des Menschseins. Die frühe Beziehungserfahrung ist Basis der Persönlichkeit, die durchtönt (lat. *personare*) wird, wenn Durchlässigkeit zugelassen werden kann.

Heideggers zentrale These, dass Dasein immer Mitsein ist, lässt sich so weiterdenken: Sein (auch als Mensch) heißt Teil eines schwingenden Netzwerkes von Systemen sein. Zustimmung bedeutet dann resonantes Mitschwingen, sich in Abstimmung auf das größere Ganze im größeren Ganzen bewegen. Störungen von Ordnungen in Systemen mit den entsprechenden Beziehungserfahrungen bewirken, dass diese Fähigkeit nicht oder nicht ausreichend entwickelt wird. Dann sollen Panzer, Erstarrung, Undurchlässigkeit vor der schmerzhaften Wiederholung traumatischen Erlebens schützen. Dies geht aber eben auf Kosten der Möglichkeit, adäquat mit einem Du mitzuschwingen und berührt werden zu können, der Fähigkeit des (situationsadäquat konsonanten oder dissonanten) Resonantseins. Wenn Novalis sagt: „Jede Krankheit ist ein musikalisches Problem“, meint er, so glaube ich, das: dieses Verstimmtheit ohne die Möglichkeit zu Resonanz, Synchronisation und Regulation, zum Sich-wieder-Einstimmen auf sich und die Welt. Das dynamische Wechselspiel von Sichsynchronisieren und Sichabgrenzen, von Anpassen an das Eigene und Anpassung an die Welt formt und erhält das Selbst, reguliert Beziehung zu sich und anderen immer wieder neu.

Musik macht Schwingungsverhältnisse hörbar, wahrnehmbar. Das Kraftfeld des Lebens schwingt zwischen den Polen Spannung – Entspannung, Dissonanz – Konsonanz, Erregung – Beruhigung, Einatmen – Ausatmen, Konflikt – Lösung. Der Evolutionsprozess, von dem wir ein Teil sind, wandelt sich ständig vor dem Hintergrund elementarer Gesetzmäßigkeit: Einstimmung – Zustimmung – Umstimmung – Verstimmung – Umstimmung – Einstimmung – Zustimmung ... Was bedeutet dies für das Thema „Lösung“? Das Aufstellen eines Systems gibt Aufschlüsse über dessen jeweiligen energetischen Schwingungszustand, macht wahrnehmbar, wo

störende bis schmerzende Dissonanzen zwischen seinen Teilen/Mitgliedern bestehen und wo konsonant die Liebe fließen kann. Die musikalische Symbolik von Lösung ist die Auflösung der Dissonanz in die Konsonanz, das resonante Mitschwingen und -tönen. Dies darf jedoch nicht verwechselt werden mit jenem fragwürdigen Begriff der „Harmonie“, welcher Spannung und Dissonanz ausklammert und verdrängt. Harmonia ist in der griechischen Mythologie die Tochter des Kriegsgottes Ares und der Liebesgöttin Aphrodite (Näheres in Timmermann 1989: 143 ff.). Wenn sie von Vater und Mutter nehmen will, muss sie diese beiden Kräfte, sowohl die aggressive (furchtbare-fruchtbare) Spannung als auch das zustimmende Einstimmen (Lösung) im Fließgleichgewicht halten (Regulation).

Das Gesetz des Maßes offenbart sich in der Musik natürlicherweise in der Obertonreihe. Diese enthält alle Intervalle in der Reihenfolge ihres Konsonanzgrades, das heißt: Je weiter entfernt von der Eins und je komplizierter die Zahlenproportionen, desto dissonanter ist das Intervall und umgekehrt: je einfacher, desto konsonanter. Und in der Eins (im einzelnen Ton) tönen, resonieren alle Intervalle mit. So wird die Eins (hier akustisches) Symbol für die große primäre Liebe, die das Sein hervorbringt, für das Zustimmung zur ursprünglichen Wirklichkeit als Sicheinstimmen und Mittönen im großen Gesang des Lebens.

- von Friesen, Astrid: *Der lange Abschied*. Psychosozial-Verlag, Gießen 2000
- Lenz, Gisela: *Programm der Tagung „... und die Welt hebt an zu singen, triffst du nur das Zauberwort. Resonanz – Synchronisation – Regulation als Basisfaktoren von Beziehungen“*. Freies Musikzentrum München, März 2000
- Stern, Daniel: *Die Lebenserfahrung des Säuglings*. Klett-Cotta, Stuttgart 1992
- Timmermann, Tonius: *Die Musen der Musik. Stimmig werden mit sich selbst (Reihe: Zauber der Mythen)*. Kreuz-Verlag, Zürich, Stuttgart 1989; Neuauflage *Musen und Menschen* 1998