

Philosophieren mit Leib und Seele – Aufstellungsarbeit als Lebenskunst¹

Siegfried Essen

Ich möchte, dass ihr begreift, wie groß und unbegreiflich die Welt ist. Dass nämlich die Welt eine einzige große Aufstellung ist, die man zunächst nicht verstehen, nur erleben kann, aber entziehen kann man sich ihr auch nicht, und erst im Erleben wird man sie verstehen.

Und dass alles, was sich in dieser Aufstellung zeigt, ein großes Rätsel ist, das man nur löst, wenn man das Lösen wollen aufgibt und es stattdessen mit aller Entschiedenheit lebt.

Nicht alles wird von der Zeit in Stücke gerissen. Wir Menschen sterben, unser Schicksal überdauert uns vielleicht ein paar Generationen. Aber die Verwunderung bleibt. Wir leben ja nicht nur unser eigenes Leben.

Eines meiner Lieblingszitate stammt von einem arabischen Weisen des 13. Jahrhunderts, Ibn al Arabi: „Es gibt nur zwei Dinge zu tun, das Notwendige und das Unmögliche.“ Und jetzt glaubt ihr wahrscheinlich, dass ich mich auf das Unmögliche stürze und euch eine Hintertür zeige, wie es vielleicht doch möglich gemacht werden könnte. Aber dieser arabische Meister sagte ja nicht, das Unmögliche soll möglich gemacht werden, sondern noch viel provokanter, es gibt nichts anderes zu tun als diese beiden Dinge, das Notwendige und das Unmögliche.

Ist es nicht meist so, die Hälfte der Menschheit sagt: „Tu das Notwendige, tu deine Pflicht, Sorge für dich und deine konkrete Existenz und verfolge keine Hirngespinnste.“ Die andere Hälfte sagt: „Sorge als Erstes für deine Seele und deine Lebensfreude, und alles andere wird dir zufallen.“ Und womöglich heiraten die AnhängerInnen der beiden Hälften einander, und dann haben wir den Salat.

Oder sie tun zusammengenommen beides, das Notwendige und das Unmögliche, wie der Arabersohn es gesagt hat. Wenn sie sich dann noch gegenseitig anerkennen und vielleicht sogar hin und wieder die Seiten wechseln, kann das ein wunderbares Team werden. Voraussetzung ist aber leider, dass wir auch innerlich beide Seiten realisieren.

Meist kommen unsere Klienten, ob wir nun Familien- oder OrganisationsausstellerInnen sind, mit einem gewissen Leidensdruck zu uns. Für Kunst, Philosophie, Spiel oder Spannung gibt man sein Geld eher bei Amazon oder Saturn aus, und sicher nicht weniger als bei uns. Zu uns kommt man eher mit irgendeinem Gefühl von Einengung. Es ist, als bräuchte man, um zu uns zu kommen, außer dem Honorar noch irgendeine tragbare Folterkammer oder ein Gefängnis, an dessen Gitterstäben schon wer weiß wie

viele Verwandte und KollegInnen gerüttelt haben. Auch von uns wünschen sie sich jedenfalls offiziell, dass wir sie von ihrem Gefängnis befreien. Andererseits: In ein solches Gitterwerk hat man meist jahre- bis jahrzehntelang investiert und muss es noch laufend weiter hochhalten, sonst fällt es von selbst in sich zusammen.

Was immer uns präsentiert wird als Problem, es ist ein schier unentwirrbares Netz von Abhängigkeiten, und wir tun gut daran, uns nicht zu sehr am Aufknoten und Entwirren zu beteiligen, sonst sind wir innerhalb von Minuten Mitgefangene oder zumindest Mitleidende. Das ist nichts Neues, davon haben die KlientInnen meist übergenug. Und es ist mühsam, anstrengend und ineffektiv. Es endet meist nicht mit einer Lösung, sondern mit einer Abfindung. Geld und Komplimente werden ausgetauscht, und beide Seiten versichern sich gegenseitig, dass sie ihr Bestes getan haben. Was ist passiert? Keiner hat den Knoten wirklich gelöst. Keiner hat die Wunderfrage gestellt. Alle waren sich einig, dass das Unmögliche eben unmöglich ist. Schade finde ich das, außer man begnügt sich tatsächlich mit Geld und Komplimenten und verzichtet auf Freude und Befriedigung bei der Arbeit.

Die Lösung von der Lösung

Was hat Alexander der Große gemacht, als man ihm den berühmt-vertrackten Gordischen Knoten präsentierte? Hat er exploriert, wo der Knoten seinen Ursprung hat und welche Verstrickungen der Ahnen dahinterstecken? Nein. Hat er die Struktur des Knotens untersucht oder eine Untersuchungskommission gebildet? Nein. Hat er versucht, den Konstruktionsprozess bewusst zu machen? Nein. Vielleicht hätte er den Knoten mit zig Repräsentanten aufstellen können, um sie dann autopoietisch einen noch viel schöneren Gordischen Knoten zweiter Ordnung erschaffen zu lassen. Nein, er hat sein Schwert genommen und ihn (den traditionsbeladenen) respektlos durchgehauen. Wie kann man so unsensibel sein? Wer weiß, wie viele Generationen mühevoller Strickarbeit dahinterstecken? So grausam kann nur ein Fremder sein.

Also, wenn da ein Einzelner oder eine ganze Firma kommt und beginnt, das eigene Gitter oder den eigenen Knoten – unter Kennern sagen wir Verstrickung – zu präsentieren und du schneidest ihm das Wort ab und zeigst dich uninteressiert an dem, was er oder sie als nicht machbar und

unmöglich darstellen, an dem, was dieses System tabuisiert hat, weil es es für unmöglich und nicht machbar gehalten hat. Das ist Mut, das ist Respektlosigkeit gegenüber den althergebrachten Verstrickungen und den modernen großen Entwürfen. Nebenbei gesagt bringt das wieder Freude in deine Arbeit, Lebenslust und Lachen.

Wenn man sich mit der Entschiedenheit des Schwertes von der Energie der Knoten befreit, können und dürfen die gordischen Knoten sogar ungelöst bleiben, und es reicht, sie nicht leugnen zu müssen, um ihnen die Macht zu nehmen und die Obsession der Beschäftigung mit ihnen zu brechen. Jede Aufstellung braucht einen solchen Joker, einen Repräsentanten für das nicht Machbare, für das Wunder. Ich nehme ihn gern von vornherein mit hinein, benenne ihn schon im Vorgespräch (meist als „Selbst“). Andere lassen ihn aus der Aufstellung entstehen und warten, bis er sich zeigt. Vielleicht etwas umständlich, aber auch gut.

Wer weniger will, gehe zum Mechaniker.

Wie wäre es mit der Einstellung, niemanden zu beraten, der weniger will? Wer nur Machbares will, soll zu den jeweiligen Experten gehen. „Bei mir bekommen Sie nur beides zusammen, das Notwendige zusammen mit dem Wunderbaren, überlegen Sie es sich gut! Ein Wunder kann sehr überraschend sein.“

Dieses Angebot könnte etwa so formuliert werden: „Sie wollen also ein besseres Arbeitsklima, eine rentablere Produktion, ein funktionierendes Team! Und nun stellen Sie sich vor, dieses Ziel, meinerwegen die Produktionssteigerung, gäbe es in zwei Ausgaben zum gleichen Preis, einmal pur und einmal verfeinert mit Arbeitsfreude. Für welche Ausgabe entscheiden Sie sich? Power oder Power and Pleasure. Für die zweite Ausgabe natürlich. Da haben Sie Glück gehabt, denn die erste Ausgabe habe ich gar nicht mehr vorrätig. Hab´ sie getestet, aber ehrlich gesagt, der Energieverbrauch war zu hoch.“

Die Wunderformulierung, in diesem Beispiel das Wort Arbeitsfreude, entnehme ich dem Vorgespräch. (Ich spreche von einer kleinen Firma mit persönlichem Vertrauenskontext. Bei der Beratung eines Managements einer großen Firma haben wir dem Rationalitätsdiskurs anderthalb von zwei Tagen gewidmet, bis wir so etwas wie eine Miniaufstellung durchführen konnten. Die aber mit starker Wirkung.)

Meistens kommen ja schon vorher Formulierungsangebote wie: Es müsste schon ein mittleres Wunder geschehen, wenn wir diese Karre aus dem Dreck ziehen können. Also stelle ich eine aus dem Dreck gezogene Karre dazu, oder einfach das Wunder. Oft weisen negative Formulierungen auf das eigentlich Erwünschte hin. „Ich weiß, dass das unmöglich ist, aber ...“ Oder konjunktivistische: „Wenn es nach mir ginge, würde ich einfach die Gehälter erhöhen.“ Wir bekommen immer Ideen und Intuitionen, die unmöglich erscheinen. Aber wir haben von de Shazer gelernt, sie trotzdem ernst zu nehmen. „Natürlich ist das unmöglich, aber nehmen wir einmal rein theoretisch an, die Gehälter würden zum nächsten Monatsende erhöht, was wäre dann

in den darauffolgenden Tagen und Wochen anders?“

Die Wunderfrage ist dann erfolgreich gestellt, wenn eine Vision von einer machbaren und doch auch befreienden, überraschenden Veränderung aufleuchtet. Oft ist diese Lösung zweiter Ordnung so überzeugend, dass wir geneigt sind, die Beratung als erfolgreich beendet zu betrachten.

Doch kann eine Verkörperung dieser Vision durch Aufstellungsarbeit noch Entscheidendes dazutun: Konkretisierung, Bewährung gegenüber ungeahnten Hindernissen, Auftauchen ungenutzter Ressourcen und last, but not least ein Evidenzerlebnis des Wunders selbst. Das Wunder erscheint nicht mehr nur als Vision, es geschieht hier und jetzt vor unseren Augen. Es geht ums Tun, ums Erfahren.²

Ich habe euch ein paar Ideen für die Organisationsberatung gesagt. Wahrscheinlich fallen den ExpertInnen unter euch noch viele andere und originellere ein.

Und nun ein paar Beispiele aus der psychotherapeutischen Aufstellungsarbeit und wie ich diese Spezialkombination des Arabersohnes von Notwendigem und Unmöglichem an den Mann oder die Frau zu bringen versuche.

Also gar nicht erst versuchen, den Knoten aufzudröseln, das hat sie oder er schon 1000-mal mit und ohne fremde Hilfe versucht, sondern ihn als Ganzes zu nehmen und aufzustellen. Die Not und das Wunder, beides. Dazu das Ich. Die klassische Dreiecksituation. So klar es von außen scheint, was zu tun ist, wofür sich das Ich entscheiden sollte, so unmöglich erscheint eine Entscheidung von innen. Denn die Not heißt Mutter oder Vater oder beide zusammen, und die kann man doch nicht einfach sich selbst überlassen, anders ausgedrückt „ihrem Selbst“, und sich dem Eigenen zuwenden. Schon gar nicht, wenn das eigene Selbst etwas Großes, etwas Wunderbares ist. Das eigentliche Wunder ist, wenn das Ich sich doch für sich selbst, für das eigene Wunder entscheidet, indem es begreift und ergreift, dass es wirklich frei und selbstmächtig ist.

Ich lasse mich also nicht auf eine noch so mitleiderregende Leidensgeschichte ein, sondern frage sehr schnell nach dem Herzenswunsch oder Wunder. Und darauf beharre ich im Zielgespräch, bis der Körper sich aufrichtet und das Gesicht aufleuchtet. Die Worte, die das Leuchten bewirkt haben, nehme ich als Formulierung eines Arbeitszieles, das sich lohnt, also des „Wunders“, und auch hier gehe ich davon nicht mehr runter. Das sind Qualitäten, wie wir sie aus den Religionen als Gottesnamen oder als transpersonale Qualitäten kennen: Lebensfreude, Zufriedenheit, Glück, Einssein, Stille, Kraft, Kreativität usw. Es gibt im Islam zum Beispiel 99 Gottesnamen und einen verborgenen, im Hinduismus 108 oder 1000 als Zahl für die Unendlichkeit. Im Christentum sind es die Gaben des Geistes. Überall sind es Qualitäten, die es sich lohnt, mit aller Kraft, mit Leib und Seele anzustreben, und die gleichzeitig nicht in unserer Macht liegen, sondern uns vom Größeren, von außen geschenkt werden.

⇒

Betreten wir also den Bereich des Unmöglichen.

Das braucht Mut und Vertrauen des Beraters/der Beraterin. Wieder zwei nicht machbare Dinge. Aber man kann so tun als ob. Das hat schon Blaise Pascal in Bezug auf Glaubensfragen geraten. Tun als ob, ein anderes Wort für verkörpern oder aufstellen. Wenn ein solches Ziel genannt ist und aufleuchtet, kann man fragen, was noch dazugehört, und ein Wunderpaket schnüren oder mit de Shazer die Folgen dieses Geschenks deutlich machen. Auf jeden Fall sollte aber eine Aufstellung, also eine ganzkörperliche Erfahrung, folgen. Ich stelle dann, wie gesagt, meist nur zwei oder drei RepräsentantInnen auf. Das Ich, das Selbst oder ein anderes Symbol für die Dimension des Wunders und eine Repräsentation für alle aus der Herkunftsfamilie, die sich dem Wunder verweigert haben oder es sich einfach nicht erlaubt haben. Wie immer geht es darum, sich dem großen Segen voll zuzuwenden und die Verstrickung aus Mitleid oder Rache loszulassen.

Wir haben es lange Zeit als zwingende Reihenfolge gesehen, die Bindung erst lösen zu müssen, die Last zurückzugeben, und erst dann darf man sich dem Segen zuwenden und die Kraft nehmen. Aber vielleicht geht es viel einfacher andersrum: Indem man sich einem lohnenden Ziel zuwendet, wird die alte Verstrickung uninteressant. Die Lösung eines Problems erkennt man an seinem Verschwinden, wie Wittgenstein sagt.³ Das Loslassen geschieht sichtbar und körperlich als Richtungsänderung. Richtungsänderungen sind wohl immer mit Loslassen verbunden.

Wenn wir Philosophie als Weisheit, nicht als Wissen, sondern als Weitergehen im Wissenwollen verstehen, als das Ausweiten unseres Fragens oder als handelndes über Wissen Hinausgehen, wie etwa bei Sokrates, als Offenheit für das Neue, als das Überschreiten der Grenzen des Bewusstseins durch verkörpertes Erfahren, wie etwa bei Varela⁴ als das Einstimmen der Seele in die Ausdehnung des Universums, dann können wir hier von philosophischer Aufstellungsarbeit sprechen, oder von Philosophieren mit dem Körper, oder mit Wilhelm Schmid von Philosophie als Lebenskunst.⁵

Es ist auch keineswegs so, dass für solche Fragen kein Interesse besteht, im Gegenteil, dafür wird eine Menge Geld investiert, oft völlig umsonst. Die Herausforderung dieser Fragestellungen und ihre Frucht entstehen, wie schon Sokrates wusste, erst, wenn man sie ins Tun bringt oder in die Verkörperung. Deshalb ist es auch bei der philosophischen Aufstellungsarbeit so wichtig und erst recht bei der spirituellen, zwischen dem sprachlichen und dem leiblichen Formulieren zu unterscheiden und das Aufstellen nicht etwa fallen zu lassen, weil im Sprachlichen schon alles gesagt zu sein scheint. Die eigentlichen Überraschungen und Geschenke geschehen, wie gesagt, erst in der Praxis der Verkörperung, wenn sie sich bis zu einem Kunstwerk entwickeln lässt. Das kann man sprachlich-denkend gar nicht vorhersehen, was geschehen kann, wenn Systemteile verkörpert und freigelassen in Beziehung zueinander treten.

Aus diesem Grund ist es auch wichtig, dass ein/e LeiterIn nicht mit irgendeinem Heilungs- oder Erlösungskonzept hineinpfuscht. Dies ist die Chance der autopoietischen Aufstellungsarbeit

Sie ermutigt zu Risikoverhalten, das heißt zum Machen von Erfahrungen, zu noch mehr Spüren- und Wissenwollen. Aufstellen als Einübung von Spürbewusstsein, als Bewusstseinerweiterung. Das ist der Sinn der Intervention „du bist frei“. Ich formuliere das auch manchmal so: „Du kannst hier stehen bleiben oder etwas Neues ausprobieren.“ Komisch, dass die meisten, wenn ihnen diese Möglichkeit bewusst wird, sich für das Neue entscheiden. Konservatismus und Sicherheitsdenken sind vielleicht doch nur Notlösungen.

Ich habe kürzlich die bayerische Kabarettistin Martina Schwarzmann gehört. Sie sagt: „Man muss das, was man im Leben macht, nicht können. Spaß muss es machen.“ Ich finde, das kann man so nicht sagen. Wenn das jeder täte? Spaß als Qualitätskriterium! Unmöglich!

Aufstellungen lehren uns, Schönheit zu sehen, ohne Schmerz zu leugnen.

Die philosophischen Aufstellungen können mit einer Spirale beginnen, einer dialogischen Gesprächsform ohne Leitung, in der jede Person, die drankommt, völlig frei sagen kann, was sie sagen will, ohne dass sie dabei unterbrochen wird, auch nicht durch Nachfragen. Bis ich selbst dran bin, kann ich ganz Ohr sein. Nach diesem spürenden Hören wird auch mein Beitrag spontan und offen sein, manchmal sogar für mich selbst überraschend.

Das geht so lange, bis sich eine Frage, ein Thema in den Vordergrund geschoben hat und seine sprachliche Formulierbarkeit erschöpft ist. So hatten wir neulich in unserer Grazer Experimentiergruppe das Thema des Umgangs mit fremdem Leid und Tod. Mitleid oder Mitgefühl? Die Auswahl der RepräsentantInnen geschieht durch einfaches Sich-melden: Die Frage entfaltet und vertieft sich weiter durch Verkörperung mittels autopoietischer Aufstellungsarbeit. Für mich geschah das Spannendste zwischen einer Frau, die sich gegen das Leiden wehren wollte, und dem Repräsentanten für den Schmerz. Sie wirkt wie vom Schmerz hypnotisiert. Es war eine intensive Begegnung von mehreren Minuten, bei der wir alle den Atem anhielten. Es ging um Nähe und Entfernung, um Aushalten von Augenkontakt, um Stehenbleiben und Stehenlassen des Schmerzes und Nichtbeantworten der Frage, warum. Implizit war das natürlich auch eine Auseinandersetzung mit dem Tod. In der Verkörperung sind solche Dinge viel deutlicher und vielschichtiger wahrnehmbar und darzustellen als in Sprache. Diese Begegnung war atemberaubend schön. Sie war einfach ästhetisch vollkommen, in sich geschlossen und ganz. Ich weiß nicht, wie ich das beschreiben soll. Aufstellungen lehren uns in unserer Rolle als Zuschauer, das Unbeschreibbare zu erkennen, Schönheit zu sehen, Kunst wahrzunehmen. Solche Erfahrungen kippen aus der Raum-Zeit-Dimension in das, was die Mystiker ewige Gegenwart nennen,

nunc stans. Jedenfalls war die Ursprungsfrage nach der Aushaltbarkeit und Sinnhaftigkeit von eigenem und fremdem Schmerz durch eine Art Ebenenwechsel beantwortet. Manche PhilosophInnen sprechen von einem Wechsel von Ethik zu Ästhetik, das staunende Sicheinlassen auf ein Escher-Bild, das Hören eines Gongs mit dem ganzen Körper ..., manche sprechen von transpersonaler Erfahrung, andere von Gottesbegegnung.

Vieles davon, längst nicht alles, kommt in der darauf folgenden sprachlichen Auswertungsphase zum Ausdruck und zum Begriff. Gewöhnlich gestalten wir diese Phase wieder als Spirale, damit nicht ein oder zwei Themen zu schnell durch eine Diskussion in den Vordergrund und ins diskursive Denkschema geraten und fremdartige Erfahrungen unter den Tisch fallen. In diesen Phasen wird deutlich, dass Sprache zwar das Gesehene und atmosphärisch Wahrgenommene nur unvollständig und verkürzend beschreiben kann. Sprechen kann aber als neuer kreativer Akt gesehen werden, der uns nach den Verkörperungen notwendig erscheint, um diese zu würdigen, zu erinnern und im Alltag zu verankern.

Das Individuelle ist das Allgemeine, und das Allgemeine ist das Individuelle.

So stellt sich in jedem authentischen Aufstellungsprozess das Persönliche als von allgemeinem Interesse heraus. Können wir also daraus schließen, dass das ein Prinzip ist? Das Individuelle hat immer auch allgemeinen Wert, oder das Allgemeine vollzieht sich im Einzelnen. Das wäre nicht nur so mit unserer äußeren Arbeit. Sondern auch unsere innere Arbeit wäre dann ein Beitrag zum Ganzen. Dass wir mit positiven und negativen Erfahrungen, ja auch mit Leiden und Trauer und Angst wie mit Erfolg und Rationalität dem Ganzen dienen, mit allem, mit unserer gesamten so eigenen Existenz. Und wir bräuchten uns für nichts zu schämen oder schuldig zu fühlen oder zu verteidigen. Schuld und Scham wären dann Konstruktionen unseres Geistes. Ob wir nun Ängste oder Stolz entwickeln, Abwehr oder Genuss, es gibt nichts, was vom Ganzen abgelehnt oder ausgeschlossen wird. Alles wird gebraucht, hat seinen Platz und seine Würde. Und wenn etwas Neues, Unerhörtes geschieht, weitet sich damit der Erfahrungsschatz und das Bewusstsein des Universums zu neuen Wirklichkeiten. Und wir nehmen daran teil, wir sind es.

Das Urchristentum nannte das das Himmelreich, wo keine Sünde existiert, keine Trennung von Gott. Der Buddhismus spricht vom Nirwana. Der Hinduismus erzählt und malt diese Wirklichkeit in 100 Göttergeschichten, in denen alles vorkommt, Genuss und Tanz, Gewalt und Zerstörung. Und all diese Weltdeutungen behaupten, dass das schon jetzt erfahrbar und unsere wesentliche Wirklichkeit ist. Ich wage es kaum zu glauben. Aber es muss wohl so sein. Aufstellungen wären dann Rituale oder Orakel, die diese Wirklichkeit zelebrieren, nachvollziehen und feiern.

Ich und Selbst, Getrenntheit und Verbundenheit

Ich stelle diese Wirklichkeit der Verbundenheit, die jedem von uns eigen ist, mit verschiedenen Namen immer mit auf. Es ist erschwerend, nur den Fokus, das heißt nur die Wirklichkeit der Getrenntheit und der Unterscheidung aufzustellen. Beides, die Getrenntheit und die Verbundenheit, gehört zusammen, darf nicht getrennt, aber auch nicht vermengt werden. Stelle ich nur einen Repräsentanten für beide Teile der zentralen Persönlichkeit auf, so besteht die Gefahr, dass beide Kräfte vermischt werden und eine von beiden gar nicht in Anspruch genommen wird, während die andere überschätzt und überfordert wird. Genauer gesagt reproduzieren wir damit vielleicht den Grundirrtum, dem wir Menschen immer wieder unterliegen. Dass wir nur eine unserer beiden zentralen Fähigkeiten einsetzen und die andere ausblenden oder abwerten. Sie gehören zusammen, und doch sind sie unterschieden wie Tag und Nacht oder wie Wachen und Schlafen oder wie Yin und Yang. Wenn ich Verbundenheit als Geschehen oder Handlung definiere, welche Handlung ist damit gemeint? Es ist ganz einfach der Akt des Unterscheidens, durch den unsere Verbundenheit bewusst wird. Und hier folgt nun mein zweites Lieblingszitat: Spencer-Brown sagt in seinem Buch „Gesetze der Form“: „Distinction is perfect continence.“⁶ Unterscheidung ist vollkommene Verbundenheit. Anders übersetzt: Unterscheidung ist Vollzug der Verbundenheit. Der Akt der Aufstellung eines Ganzen zum Beispiel ist Unterscheidung und Verbindung zugleich. Und Heilung oder Lösung geschieht dann, wenn man die Unterscheidung als Handlung in vollem Bewusstsein der Verbundenheit durchhält und nicht besänftigt, erklärt, verharmlost oder rationalisiert. Diese Form habe ich als autopoietische Aufstellungsarbeit zu beschreiben versucht.⁷ Sie erlaubt allen RepräsentantInnen, in der Unterscheidung Verbundenheit und in der Verbundenheit Unterscheidung zu realisieren. Ich nenne das Ergebnis nicht Lösung, sondern Lebendigkeit, und alles, was diese Lebendigkeit abtöten, konservieren oder verewigen will, muss wieder überschritten werden. Es geht bei dieser Art von Philosophieren niemals um Ergebnisse, immer nur um Erleben und Weitergehen, also um Lösungen zweiter Ordnung.

Ich komme zurück auf die Grunderkenntnis des systemischen Denkens. In einem System ist alles mit allem verbunden. Die systemische Therapie fand also zu der Erkenntnis, dass die Verbundenheit das Grundprinzip von Heilung und Ganzheit ist. Nicht die Verbundenheit als solche, daran ist sowieso nicht zu rütteln, sondern Bewusstsein und Wahrnehmen der Verbundenheit oder, wie die buddhistische Erkenntnistheorie sagt, das Gewahrsein der Entstehung aller Dinge in wechselseitiger Abhängigkeit⁸. Ich rede von der Umstellung unserer Wirklichkeitserfassung, von „metanoia“ (Neues Testament). Therapie ist einer der Vollzüge davon, ein anderer ist Religion oder sollte es wenigstens sein, wieder ein anderer Vollzug ist künstlerischer Ausdruck, Meditation usw. Systemische Therapie beruht darauf, dass die Verbundenheit in der Familie und in allen möglichen größeren Systemen bewusst wird, dass also

Ausschluss, Verdrängung, Linearität und so weiter als Illusionen erkannt werden.

Darum ist Aufstellungsarbeit nicht nur Arbeit an Erkranktem oder Dysfunktionalem, sondern sie ist auch und vor allem Bewusstseinsbildung und Erkenntnistheorie und kann als solche zu exzellentem Können, zu Kunst vorange-
trieben werden, eine philosophische Sprache⁹, die klarstellt, dass Verbundenheit eine Erfahrung und ein Geschehen ist. Aber auch, dass diese Erfahrung nur leibhaftig gemacht werden kann, und drittens, dass sie nur am Begrenzten und Getrennten sich vollzieht.

Erfahrung von Verbundenheit ist immer ein Spiel von Teilen mit und in einem Ganzen, wobei beides lebendig ist. Unser Teilsein und unser Ganzsein sind dynamische, miteinander verquickte Wirklichkeiten. Keines kann ohne das andere, und doch müssen sie unterschieden werden. Nach Matthias Varga von Kibéd sind für heilsame Veränderungen immer zwei Vorgänge nötig: die Verbindung des Getrennten und die Unterscheidung des Vermischten. Die Entfaltung von Verbundenheit durch Unterscheidung ist vielleicht das philosophische Grundprinzip der Aufstellungsarbeit.

„Unterscheidung ist der Vollzug der Verbundenheit.“
Will ich mir dieses Geschehen in meinem gegenwärtigen, persönlichen Leben bewusst machen, so geschieht das am prägnantesten mithilfe einer Ich-Selbst-Aufstellung. Dabei ist es egal, wie wir die beiden nennen. Ich habe sie schon X. und Y. genannt. Wenn ich nur zwei Repräsentanten aufstelle und sie zusammen als ganz und vollständig definiere, zeigt sich meine persönliche und gleichzeitig eine allgemeingültige Gestaltung der beiden existenziellen Dynamiken von Verbundenheit und Getrenntheit. Ich muss allerdings als Begleiter diese Definition eine Zeit lang durchhalten.
„Ihr seid zusammen ganz. Ihr braucht nichts von außen.“
Dies ist nicht so einfach, denn wir sind in unserer westlichen Tradition – nicht nur in der therapeutischen, auch in der ökonomischen – an das Mangel- und Konsumdenken gewöhnt. Daran, dass wir durch eine ganze Reihe von hilfreichen Interventionen und Investitionen von außen eingreifen und uns als Experten gebärden¹⁰. Hier ist also das gefragt, was Laotse Handeln durch Nichthandeln genannt hat. Und er hat das als wichtigste Tugend für Politiker und Leute in leitenden Funktionen hingestellt. Ich zitiere aus dem *Tao te king*.¹¹

Denkst du wohl, du kannst das Universum in die Hand nehmen und es vollkommener machen? Ich glaube nicht, dass sich dies tun lässt.

Das Universum ist heilig. Vollkommener machen kannst du es nicht.

Wenn du es zu verändern suchst, wirst du es zugrunde richten.

Darum sagt der Weise: Ich bin ohne Tun, und das Volk wird von selbst sich entfalten.

Ich bin ohne Begehren, und das Volk wird von selber schlicht.

Eine schönere Beschreibung von Selbstorganisation gibt es wohl kaum, auf jeden Fall keine ältere. Mir wird klar, dass wir mit unserer Aufstellungsarbeit noch ungeahnte Felder aus Kunst, Philosophie, Politik, Ökologie, Unterhaltung und Religion erforschen können.



Siegfried Essen, Jahrgang 1940, Diplom-Psychologe, evangelischer Theologe und Psychotherapeut. Langjähriger Lehrtherapeut für integrative Gestalttherapie und systemische Familientherapie in Deutschland und Österreich.

Lebt seit 1980 in Graz und leitet vor allem Aus- und Weiterbildungsseminare in spirituell-systemischer Aufstellungsarbeit. Coaching und Aufstellung politischer, sozialer und theoretischer Systeme.

www.siegfriedessen.com

Anmerkungen

¹ Vortrag, gehalten bei der 2. Tagung des Österreichischen Forums für Systemaufstellungen am 9.3.07 in Krumbach

² Vgl. Sparrer, Insa (2001): *Wunder, Lösung und System*. Heidelberg (Carl-Auer Verlag)

³ Wittgenstein, Ludwig (1990): *Tractatus logico-philosophicus*. Werkausgabe Bd. 1, Frankfurt (Suhrkamp)

⁴ Varela, Francisco J.; Thompson, Evan; Rosch, Eleanor (1991): *Wissenschaft und die verkörperte Erfahrung*, in: *Der mittlere Weg der Erkenntnis*, Bern, München, Wien (Scherz)

⁵ Schmid, Wilhelm (2007): *Mit sich selbst befreundet sein. Von der Lebenskunst im Umgang mit sich selbst*. Frankfurt (Suhrkamp)

⁶ Spencer-Brown, George (1997): *Laws of Form / Gesetze der Form*. Lübeck (Bohmeier), S. 1

⁷ Näheres zur autopoietischen Aufstellungsarbeit siehe meinen Artikel in dieser Zeitschrift: *Autopoietische Aufstellungsarbeit. Praxis der Systemaufstellung 2/2003*, S. 34–39, auch nachzulesen auf meiner Homepage: www.siegfriedessen.com

⁸ Vgl. Varela u. a. A.a.O.

⁹ In diesem Sinne nennt Matthias Varga von Kibéd Aufstellungsarbeit eine Sprache.

¹⁰ Vgl. Gronemeyer, Marianne (2002): *Die Macht der Bedürfnisse, Überfluss und Knappheit*. Darmstadt (Wissenschaftliche Buchgesellschaft)

¹¹ Lao tse (1972) *Tao te king* (übersetzt von S. Luetjohann), München (Hugendubel)