

Als Teil jeder Sitzung sende ich zur Nachbearbeitung eine Mail, in der ich zusammenfasse, was wir gemacht haben. Das geschieht zum einen für meine Dokumentation, zum anderen auch als Erinnerung für den Klienten. Ich lade den Klienten auch ein, mit mir in Kontakt zu bleiben und mich über die Entwicklungen der Hausaufgaben auf dem Laufenden zu halten. Zusammen können wir untersuchen, was am besten wirkt, und die Bilder mit der Zeit weiterentwickeln.

Für eine Einzelpraxis sind Aufstellungen per Skype vorteilhaft. Man braucht keinen Raum als Praxis oder einen großen Raum für eine Aufstellung mit Repräsentanten. Wir brauchen nicht einmal auf demselben Kontinent zu sein! Man kann von überall auf der Welt aus arbeiten, sofern man eine Internetverbindung hat.



Thomas Bryson lebt mit seiner Frau und Kollegin, Ursula Franke-Bryson, in München und arbeitet als Aufsteller und Berater in der Praxis oder per Telefon/Skype. Seine Arbeit beruht auf seiner Erfahrung als Krankenpfleger im Hospiz und wurzelt in Zen, Aikido und systemischer Therapie. www.thomas-bryson.de, tb@thomas-bryson.de

Literatur

Franke, Ursula: Wenn ich die Augen schließe, kann ich dich sehen. Carl-Auer-Systeme Verlag, Heidelberg.

Phänomenologische Körperpsychotherapie mit dem Pferd als Spiegel

Christine Huß-Doliana

Phänomenologisch heißt nach Bert Hellinger: „... aus einer Fülle von Phänomenen wird das Wesentliche erfasst, ohne Absicht, ohne Furcht.“

Pferde sind Fluchttiere, freiheitsliebend, sensibel, kraftvoll. Sie begleiten uns Menschen seit Jahrtausenden als Arbeitstiere, Helfer, Freunde, Gefährten im Kampf, in Mythen und Träumen. Sie sind uns ein Inbild für Schönheit und Würde und vereinen Kraft und Impulsivität, Stille und Freiheit, Geborgenheit und Wildheit, Kampf und Sanftheit, Gelassenheit und Hingabe.

Pferde sind groß und schwer. Auf ihren relativ dünnen Beinen bewegen sie graziös eine Masse bis über eine Tonne Gewicht. Es braucht Mut, ihnen frei, nur mit einem Stück Seil in der Hand, zu begegnen, und es braucht Mut, dem ins Auge zu blicken, was sie uns über uns zu sagen haben.

Selbst sprachlos und doch durch und durch verkörperte Sprache, berühren sie uns tief in unserer Seele. Indem sie zum Beispiel vor uns fliehen, steigen, die Zähne fletschen, sich vor uns auf den Boden legen, sich uns zu- oder von uns abwenden, zeigen sie uns auf ihre Art Verhaltensweisen

und Dynamiken, die uns vorher unbewusst und von uns abgespalten waren, und fördern so in dieser Begegnung in uns verborgene Wahrheiten zutage. So können wir direkt mit dem Pferd als Gegenüber, unterstützt durch die Therapeutin, alte traumatische und systemische Konditionierungen, die uns am Lebendigkeit hinderten, auflösen. Mit Pferden arbeiten heißt, sich dem Leben zu stellen und sich ihm zu öffnen.

Das Pferd – Herden- und Fluchttier

Das Pferd begleitet uns Menschen seit circa 5000 Jahren. Zuerst war es für uns Nahrung, dann Haustier, dann Begleiter im Kampf, der Arbeit, Helfer, Freund, spiritueller oder mystischer Führer. Dennoch ist das Verhältnis sehr zwiespältig. Das Pferd ist das einzige Haustier, das sich nie ganz domestizieren ließ. Pferde sind Fluchttiere, sie müssen ihren angeborenen Fluchtinstinkt ständig trainieren, um reaktionsschnell, wach, und nervlich ihrer Umwelt gewachsen zu sein. Pferde sind Herdentiere. Ihre Charakterzüge wurzeln tiefer in der kollektiven Herdenpsyche als in der individuellen

Pferdepsyche ihrer Eltern oder ihrer selbst. Der Leithengst übernimmt der Herde in feinsten Abstufungen die Anwesenheit von Gefahr, lässt in Sekundenbruchteilen die Herde erschrecken. Die Leitstute geht unerschütterlich ihren Weg voran. Sie führt die Herde, geschützt vom Leithengst, der die Grenzen der Herde absichert. Sie sucht die besten Plätze zum Rasten, sucht Nahrung und Wasser.

Das Pferd als Übertragungsobjekt, Spiegel, Repräsentant

Das Pferd ist für den Menschen Übertragungsobjekt – es ist Empfänger und Träger zahlreicher Projektionen. So findet, noch bevor wir mit dem Pferd in Berührung kommen, ein unbewusster innerer Prozess zwischen Pferd und Mensch statt. Das Pferd steht als lebendiges Wesen zur Verfügung und rührt an das oft verletzte Grundbedürfnis nach Beziehung, Nähe, Bezogenheit, an die taktilen Bedürfnisse von Berührung und Wärme. Als Projektionsträger vermittelt es uns Eigenschaften, die tief in unserer Seele wirken: Freiheit, Schönheit, Vitalität, Sexualität und Erotik, Kraft, Stille oder Sehnsüchte nach Nähe, Bezogenheit, Freundschaft.

Das Pferd ermöglicht uns körperlich-seelische Erfahrungen: Berührung, Berührtsein, Fühlen, die sinnliche Ebene zwischen Mutter oder Vater und Kind, das Wiedererleben des Getragenseins im Mutterleib oder im ersten Lebensjahr, das Erleben des Kleinseins. Es erinnert uns an die erste Lebensphase von körperlicher Nähe und Geborgenheit, der Bindung und der Hinbewegung zu unseren Bezugspersonen. Und lässt uns dadurch Mangelerscheinungen, erlittene Traumata, die unterbrochene Hinbewegung zu unseren Bezugspersonen und Sehnsüchte bewusst werden und überwinden.

Das Pferd erinnert uns auf der systemischen Ebene an unser kollektives Eingebundensein als Familien- und Sippenmitglied, an die Geborgenheit innerhalb der Sippe, an unsere Zugehörigkeit, an unsere Aufgabe als Leitstute, Leithengst, Fohlen (Mutter, Vater, Kind), an die Übernahme von Verantwortung, an Nehmen und Geben. Es erinnert an unseren Rang bzw. Platz innerhalb unseres Herkunfts- und Gegenwartssystems. In der Herde sind die Rangordnungen ganz klar ersichtlich. Ein Fohlen hat schon mit sechs Monaten gelernt, in welchem Abstand es sich der Leitstute gegenüber zu bewegen hat. Das Pferd zeigt auf unsere Treue zu unserem Familiensystem, das Opfern bzw. Geopfertwerden, an die, die vorher waren, oder die, die nach uns kommen. Die Herde gruppiert sich immer so, dass die Leittiere in der Mitte schlafen. Die Rangniedrigsten sind ganz außen, um als Erste von wilden Tieren gefressen zu werden, nicht jedoch die Fohlen oder Jungtiere. Die Rangniedrigen opfern sich für die Ranghöheren zum Fortbestehen der Herde.

Das Pferd erinnert uns energetisch und individuell an das Verbinden von Gegensätzen, wie Vitalität und Feinstofflich-

keit, an Kontrolle und Loslassen, Zentrierung, in der Mitte zu sein, an Eingebundenheit in die Natur und eins zu sein mit der Schöpfung. Das Pferd führt uns zu Transzendenz, zu Gipfelerlebnissen: Die Zeit steht still, wir fühlen unbegrenzte Zugehörigkeit oder äußerstes Glücksgefühl. Das Pferd nimmt unsere feinsten Impulse wahr. Oft im Gegensatz zu unserer willentlichen vorgefassten Meinung oder Gemütslage greift das Pferd das Authentische und Wesentliche in uns sofort auf und spiegelt es in den ersten Sekunden oder Minuten der Begegnung. Manchmal ist dies für den Menschen im Gegenüber mit dem Pferd schockierend, manchmal befreiend, immer aber bringt es ihn einen großen Entwicklungsschritt nach vorne. Dies beobachte ich immer wieder in meiner nunmehr 15-jährigen Erfahrung mit eigenen Pferden und in der 8-jährigen aktiven Erforschung und Erfahrung in meiner phänomenologisch-körperpsychotherapeutischen Arbeit mit Mensch und Pferd.

Praktische Arbeit und Fallbeispiel

Zu mir kommen Menschen mit den unterschiedlichsten Anliegen aus allen Teilen Deutschlands, der Schweiz, Österreichs und Italiens.

Ist das Anliegen im Gruppenraum durch die Hinführung in den eigenen Körper formuliert und hat sich der Mensch sein Pferd gewählt, oder oft das Pferd seinen Menschen, findet die erste Begegnung zur therapeutischen Arbeit auf einem Areal von 15 x 30 Metern statt.

Mensch und Pferd sind frei, durch mich begleitet und unterstützt durch Fragen wie: „Was passiert? Was fühlst du? An wen erinnert es dich?“, ähnlich der Aufstellungsarbeit. Und zum Schutz, um den Klienten bei eventuellen aggressiven Spiegelungen zu schützen. Die gemachten Erfahrungen werden am darauffolgenden Vormittag in der Gruppe, bei Einzelarbeit in der Einzelstunde reflektiert und gegebenenfalls durch Körperpsychotherapie oder systemische Arbeit bearbeitet oder, wenn möglich, direkt schon während der Sitzung am Platz mit Unterstützung des Pferdes.

Das Pferd ist ganz frei, in der Regel nicht angebunden, auch frei, aus dem Areal zu fliehen, alle Impulse und Bewegungen der Seele zu zeigen. Hier ist es immer wieder faszinierend zu sehen, wie sehr das Feld das Pferd erfasst und es als Fluchttier Dynamiken zeigt, die ihm so unter diesen Umständen wesensfremd wären: sich über einen längeren Zeitraum mit Augenkontakt zum Klienten in Hundeposition hinzulegen, trotz umliegender Jagdgeräusche – Schüsse durch Jäger und Hetzen der Jagdhunde; Ablecken des Klienten am ganzen Körper oder bestimmter Körperteile, zum Beispiel den Bauch einer Klientin, die sich so sehr ein Kind wünschte; Küssen und Wange an Wange stehen; mich als fehlenden Elternteil oder ausgeklammerte Person mit einzubeziehen; gnadenloses Weggehen, wenn die Ordnung zwischen Eltern und Kind nicht stimmt und das Kind nur fordert; gnadenloses Desinteresse oder Ignorieren bei

Vorwürfen oder Anmaßung; Flucht bei Verstrickung, sich nicht stellen zu wollen oder zu können; aggressive Impulse wie Treten, Steigen, Zähnefletschen, Ohrenanlegen und Beißenwollen bei Gewalt, die auch einige Generationen zurückliegen kann; große Erregung, sexuelle Erregung über einen längeren Zeitraum hinweg, Imponiergehabe, Grenzen einzufordern oder auszutesten; Müdigkeit und Energielosigkeit.

Fallbeispiel aus der Praxis

Frau E. kam zusammen mit ihrem Mann und wollte in der Gruppe die Trennung von ihm bearbeiten. Ich hatte E. in Einzeltherapie über einige Jahre hinweg ohne Arbeit mit dem Pferd begleitet.

E. wählt sich die Leitstute Balahè aus. Eine weitere Teilnehmerin der Gruppe interessiert sich ebenfalls für die Stute. Hier zeigte die Stute schon ein Verhalten, das sich noch einmal im Kontakt von E. und ihrem späteren Pferd offenbarte. E. ist sehr enttäuscht, dass sich die Stute der anderen Teilnehmerin zuwendet. Diesen Kontakt hätte sie sich so auch ersehnt! (Bild 1 und 2)

So entscheidet sie sich für Prinz, den Vollblutaraberhengst (Bild 3) Nachdem E. ihr Anliegen geschildert hat, schüttelt sich der Hengst, rast auf dem Platz hin und her und ... stürmt durch die Bänder hinaus ins Freie. E. ringt mit sich. Auf meine Frage: „Für wen steht er?“, sagt sie: „Für meinen Mann. Ich möchte nichts mehr für unsere Beziehung tun.“ Ich bin bereit, das so zu lassen, verweise sie jedoch auch auf ihre Verantwortung dem Tier gegenüber. Sie hat Angst, kämpft mit ihrer Angst, und fragt mich schließlich, ob ich sie unterstütze. Als ich das bejahe, kann sie alleine gehen. Prinz folgt ihr ganz willig, als ob er auf sie gewartet hätte. (Bild 4–6)

E. hatte in der Nacht einen Traum. Im direkten Kontakt mit Prinz bricht es aus ihr hervor. Prinz wühlt ein tiefes Loch in den Boden; er ist sehr unruhig. E. zittert und erzählt ihren Traum: „Sie steht an einem großen Abgrund, große Mäuler sperren sich aus dem Abgrund nach ihr, sie langen nach ihr und wollen ihr Gedärme herausreißen. Ihre Eltern halten sie, damit sie nicht in den Abgrund rutscht und aufgefressen wird.“ Während sie erzählt, hört Prinz auf zu scharren, wird zusehends ruhiger, reißt immer wieder groß sein Maul auf. Ich ermutige E., immer wieder hinzuschauen: „Schau in deinen Spiegel.“ E. wird ruhiger, und während dieses zehnmütigen Prozesses wendet sich Prinz ihr zu. Sie kann ihn ruhig und ohne Angst anschauen. (Bild 7–9)

Ich erinnere mich, dass E. als Säugling längere Zeit von ihrer Mutter getrennt war. Ich frage sie nach dieser Geschichte, und sie erzählt: „Als ich frisch geboren war, hatten alle Säuglinge im Krankenhaus eine Darminfektion, ich auch. Ich wurde sofort von meiner Mutter getrennt und in ein

Krankenhaus, circa 70 Kilometer entfernt, gebracht. Dort war ich drei Monate lang. Mein Vater brachte am Anfang jeden Tag die Muttermilch dorthin.“ Dann kam etwas, das E. noch nie erzählt hatte: „Ich war der einzige dieser zwanzig Säuglinge, der überlebt hat, die anderen sind alle gestorben.“ Als ich dann systemisch mit ihr arbeitete und sie auf all diese verstorbenen Kinder schauen ließ und sie voller Liebe sagen konnte: „Bitte, schaut liebevoll auf mich und mein Leben, ihr seid gegangen, ich bleibe noch hier“, war Prinz ganz ruhig. Wir beließen es dabei für diesen Tag.

In E. ging eine tiefe Verwandlung vor. Sie kam mit dem Satz: „Ich möchte nicht mehr kämpfen, ich möchte klein sein.“ So saß sie voller Vertrauen, ganz im Kontakt mit ihrem Pferd, das kein Bedürfnis hatte, davonzulaufen. Im Gegenteil, es suchte immer wieder ihren Kontakt. Wie sie nachher sagte, war sie sich so sicher, dass er nicht mehr davonlaufen würde. Die Beziehung zu ihrem Mann wurde besser. (Bild 10–12)

Prinz zeigte immer wieder mal sein Maul. E. konnte ihm liebevoll und mit viel Zärtlichkeit begegnen, hatte sie doch mit viel Liebe auf all diese Kinder geschaut und mit all der Dankbarkeit, dass sie überleben durfte. E. bewegte sich zusehends dem Leben entgegen. Sie fühlte sich wieder als Frau. Die Beziehung zu ihrem Mann wurde von Tag zu Tag entspannter und friedvoller. Sie war glücklich und wollte mit ihm einen gemeinsamen Weg finden. (Bild 13–20)

Das Pferd wird nicht aufgestellt, es „stellt sich selbst auf“. Es ist ständig in Verbindung mit der Bewegung der Seele. Der Klient kann den Prozess durch innere Einsichten direkt beeinflussen und verändern. Der Körper ist stark mit einbezogen. Der Klient kann seine gemachten inneren Schritte im Außen durch die Spiegelung des Pferdes sofort und direkt überprüfen und Tag für Tag damit arbeiten. Traumata werden durch Körperarbeit aufgefangen. Die Arbeit mit dem Pferd als Spiegel ist eine sehr tief gehende und heilsame Arbeit. Wie meine Klienten berichten, wirkt das lösende Bild mit dem Pferd oft jahrelang kraftvoll in ihrer Seele und in ihrem Körper, und sie können es immer wieder in ihren Alltag zurückholen. In Schwierigkeiten taucht es oft wie von selbst auf. Der Wunsch, diesem Wesen Pferd zu begegnen, gab und gibt ihnen so starke Motivation, die sie all ihre Zweifel und Ängste vergessen ließ. Dadurch war es möglich, sich den schmerzhaften und traumatischen Verletzungen zu stellen und sie zu überwinden, da das Pferd an ihrer Seite war.

Somit können tiefe Wahrheiten angeschaut und genommen werden. Die direkte und unvermittelte Kommunikation mit diesen kraftvollen und großen Wesen verhilft den Klienten zu neuen Lösungen, so als ob sie „ihr Pferd“ auf ihrem Weg weiterführte. Es scheint, als wäre es zum Krafttier und Seelenführer geworden.



Bild 1



Bild 2



Bild 3



Bild 4



Bild 5



Bild 6



Bild 7



Bild 8



Bild 9



Bild 10



Bild 11



Bild 12



Bild 13



Bild 14



Bild 15



Bild 16



Bild 17



Bild 18



Bild 19

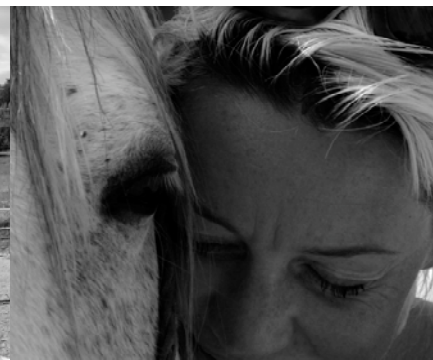


Bild 20



Christine Huß-Doliana, Diplom Sozialpädagogin, geboren 1950, verheiratet, zwei Söhne. Therapeutin seit 1986. Ausbildung in biodynamischer Körpertherapie, psychoorganischer Analyse und Deep Draining nach Gerda Boyesen, Tanztherapie HKIT und in systemischer Therapie nach Bert Hellinger. Begründerin der Methode Begegnung mit dem Pferd und der eigenen Mitte und Führen zum Wesentlichen. Gründerin und Leiterin des Istituto Costellazioni Familiari e Biodinamica Maremma Toscana und Lebensschule

Pferd. Seit 1998 lebt und arbeitet sie auf dem Landgut Podere Carbone in Scansano, Toskana, Italien, und in Deutschland.

www.christine-huss-doliana.com

Alle Fotos: Copyright Dirk Hourticolon, Hamburg