

Die Kraft der Vorfahren und die Destruktivität ihrer Introjektionen

Radim Ress

Bert Hellinger hat in seiner Aufstellungsarbeit gezeigt, welche Folgen es für den Menschen haben kann, wenn er sich von seinen Wurzeln abschneidet. Sich von seinen Wurzeln abzuschneiden und keinen Zugang zur Kraft seiner Vorfahren zu haben, bedeutet, sein Leben in den Begrenzungen seines kleinen Ich zu fristen. Der Zugang zu dieser Kraft kann nur im Respekt gegenüber dem Schicksal der Vorfahren gefunden werden, wie auch immer sie waren. Durch Anerkennung dessen, was war und nicht anders sein konnte, hören wir auf zu kämpfen mit dem, was ist. Wir können entspannen und uns, gespeist von der Kraft des breiten Stroms unserer Vorfahren, vom Leben tragen lassen. Das Familiensystem wird so zur Kraft- und Unterstützungsquelle. Das Erwachsenenbewusstsein – und alles weist darauf hin, dass es erst dieses ist, was dazu in der Lage ist – macht diese Einsicht möglich.

Aber es gibt hier noch mindestens eine weitere Ebene: Es stimmt zwar zweifelsohne, dass Eltern, die uns emotional vernachlässigt und manchmal auch physische Gewalt angetan haben, nicht anders handeln konnten, weil sie selbst vernachlässigt und ebenso der Gewalt ausgesetzt worden waren. Aus diesem Grunde ist es gut, diese Einwirkung in einem weiteren Kontext zu sehen, der vieles verständlicher, annehmbarer, versöhnlicher macht. Allerdings ist diese Einsicht für das kleine Kind, das der Gewalt, der Missachtung oder der Leere ausgesetzt gewesen ist und das noch immer mit seinen Verletzungen in uns lebt, vollkommen irrelevant. An seinen noch immer aktuellen Verletzungen ändert das sehr wenig. Die vitale Kraft der Instinktebene, die durch das Einwirken von Leere, Gewalt oder Nichtannahme in der Kindheit lahmgelegt worden ist, blieb hier auch stehen und ist nicht imstande, sich selbst aus der Erstarrung zu befreien – obgleich das Erwachsenenbewusstsein inzwischen bereits in die breiteren Zusammenhänge Einblick nehmen und sich mit seinen Eltern versöhnen konnte.

In der Methode *Voice Dialogue* geht es unter anderem darum, dass diese Erstarrung wieder in den Fluss kommt, wobei sich die vitalen Kräfte der im Stammhirn angesiedelten Instinkte (die wie in einem Kreislauf mit den Emotionen und dem kognitiven Bewusstsein verbunden sind) in Bewegung setzen und jene Teile in uns, die auf der Ebene der kindlichen Psyche stehen geblieben oder gar erstarrt sind, sich in das Erwachsenenbewusstsein neu integrieren.

In einem Menschen, der als Kind zum Beispiel der Gewalt oder destruktiver Kritik der Eltern oder einer politisch-sozial bedrückenden Atmosphäre ausgesetzt war, befinden sich häufig sogenannte *innere Stimmen*, die den Menschen mit ihrem negativen Programm noch immer beherrschen: „Aus dir wird nie etwas“, „Du wirst niemals gut genug sein“, „Besser im Verborgenen bleiben und nicht zu sehr hervorragen.“ und Ähnliches. *Zu dieser verinnerlichten Stimme ja zu sagen bedeutet eher lebenslange Selbstzerstörung und -beschränkung, und nicht, sich mit den Kräften der Vorfahren zu verbinden.*

Die Kraft der Vorfahren berührt in uns andere Ebenen als diejenige, auf der die inneren Stimmen wirksam sind. Unsere verletzten kindlichen Teile bleiben immer noch destruktiver Kritik dieser inneren Stimmen ausgesetzt, die man zum Teil auch als Elternintrojekte – verinnerlichte Stimmen der Eltern – auffassen kann. Dies geschieht ungeachtet dessen, ob nach zwanzig oder auch fünfzig Jahre unsere realen Beziehungen zu den Eltern relativ ausgeglichen sein mögen.

Diese beiden Ebenen gehören zu unserer Realität, die differenziert betrachtet werden muss. Ebenso differenziert sollten natürlich auch relevante Methoden betrachtet und angewandt werden. Eine Methode, die auf einer Ebene wirksam ist, wirkt auf der anderen nicht oder ist nicht ganz effektiv.

Aufstellungen zum Beispiel, die auf einzigartige Weise die ganze Komplexität der Erscheinungen im Familiensystem zu spiegeln, zu erfassen und zu bewegen imstande sind, berühren kaum den bereits verinnerlichten Einfluss des Familiensystems im Menschen. Dieser Einfluss wurde mittlerweile zu einer inneren Stimme, die völlig autonom jenen „wohlvertrauten“ inneren Dialog in uns führt. Die Methode, die direkt mit diesen Stimmen arbeitet, nennt sich nicht von ungefähr „*Voice Dialogue*“.

Das Problem scheint ein Modell der Psyche zu sein, das von der sonderbaren Prämisse ausgeht, dass wir einheitliche Persönlichkeiten sind. Dieses Modell vermittelt eine undifferenzierte Denkweise, die mit einer nicht differenzierten Wahrnehmung der Wirklichkeit Hand in Hand geht. Es zeigt sich jedoch immer mehr, dass die menschliche Psyche vielfältig ist und dass ihre einzelnen Teile ihre eigene autonome Existenz in uns führen.

Die Methode Voice Dialogue begreift diese Vielfältigkeit als innere Personen und deren Stimmen, deren Wirken komplexer Natur ist: *Sie wirken auf der Ebene des Denkens, des Fühlens, der Energie und des Körpers wie auf der Ebene archetypisch-symbolischer Bilder aus den Tiefen des kollektiven Unbewussten.* Deshalb werden sie in ihrer Gesamtheit innere Personen genannt.

Der Begriff innere Person (oder manchmal auch ihnen zugehörige innere Stimme) hat im Rahmen der Methode Voice Dialogue nichts mit einem ähnlichen Terminus aus der Psychiatrie zu tun, der eher auf Schizophrenie hindeutet. Eine gewisse Annäherung kann dagegen der jungsche Begriff „*autonomer Machtkomplex*“ vermitteln, zumal Hal Stone, der Begründer der Methode Voice Dialogue, ursprünglich selbst ein jungianischer Psychoanalytiker gewesen ist.

Die inneren Personen bestimmen uns umso mehr, je weniger wir uns ihrer bewusst sind. Sie treten aus dem Hintergrund des Nichtbewussten auf die Bühne unseres Lebens, auf der sie dessen Handlung bestimmen. Ihre „Rolle“ haben sie zumeist bereits in der Kindheit einstudiert und spielen sie seitdem unverändert. Solange sie im Verborgenen bleiben, ändern sich die Szenarien unseres Lebens nicht sonderlich.

Hier könnte man eine Verbindung schaffen zu dem bekannten Ausspruch des Heraklit von Ephesos: *„Unser Charakter ist unser Schicksal.“* Von der Vielfältigkeit der Psyche ausgehend könnte man sagen, „der Charakter unserer inneren Personen wird zu unserem Schicksal“.

Praktisch können wir uns das Wirken der inneren Personen anhand unserer lange bestehenden Lebenstendenzen bewusst machen, deren Träger ebenjene inneren Personen sind. Oft trifft man bei Menschen auf folgende Reflexionen: „Ja, das weiß ich schon lange über mich, und ich arbeite daran.“ Eine solche Arbeit kann allerdings länger als zehn oder auch zwanzig Jahre andauern und tut dies in der Praxis auch häufig, ohne dass sich etwas Wesentliches im Leben ändern würde. Das Erwachsenenbewusstsein erwirbt mit der Zeit die Fähigkeit, sehr gut und auch höchst intelligent diese oder jene fatale Tendenz oder die sich ständig wiederholenden Phänomene und Verhaltensmuster in unserem Leben zu reflektieren. Allerdings ist das zumeist bereits auch die Endstation dieser Bemühung. Die inneren Personen haben nämlich nicht an der Reflexion des Erwachsenenbewusstseins teilgenommen – die Reflexionen des Bewusstseins berühren sie überhaupt nicht. Sie ändern sich in ihrem Wesen nicht, auch wenn sich unsere Umgebung und Lebensbedingungen ändern.

Zu ihrer Bewusstwerdung und Wandlung benötigen sie einen *Beziehungsrahmen und ein reflektierendes Gegenüber*, das mit ihnen in Beziehung tritt. Das spielt sich im Rahmen der Voice-Dialogue-Sitzung ab. *Im dialogischen Zusammensein* geschieht ein aktives Spiegeln ihres Wesens auf all

Voice Dialogue

Voice Dialogue ist auf die Arbeit von Hal und Sidra Stone zurückzuführen, welche ihre Methode immer als ein offenes System vermittelt haben. „Wir sind von Anfang an bemüht gewesen, Voice Dialogue nicht zu einer Institution werden oder erstarren zu lassen“ Hal Stone.

In diesem Sinne wird ihre Methode auch angewandt und inzwischen von vielen Therapeuten bzw. Begleitern immer weiterentwickelt. Zu dem Voice-Dialogue-Prozess werden also auch andere Ansätze wie Traumdeutung, Somatic Experiencing, Eye Movement Integration, neoreichianische Körperarbeit etc. herangezogen.

Im Wesentlichen handelt es sich darum, dass beim Voice Dialogue innere Anteile eines Menschen wie eigenständige innere Personen behandelt werden. Durch diesen Ansatz kann ihrer Autonomie angemessen Rechnung getragen werden. Die Kunst, die man als Begleiter darin entwickelt, entscheidet darüber, ob und inwieweit er den inneren Personen des Klienten begegnen kann und wie sich diese in einer Voice Dialogue-Sitzung zeigen und entfalten können. Auf diesem Wege erfolgt gleichzeitig ihre Integration in das Bewusstsein des Klienten.

Im besten Fall gewinnen die inneren Personen durch die Reflexion des Begleiters an Eigenbewusstsein und fangen an, sich zu wandeln. Die Haltungen der inneren Personen bleiben nämlich sonst unverändert – ihrer natürlichen Tendenz folgend, werden sie in ihrer festgefahrenen, zumal noch unbewussten -Haltung eher verharren. Erst durch die katalytische Wirkung des wach spiegelnden Bewusstseins des Begleiters nimmt die alchemistische Wandlung innerhalb der inneren Personen des Klienten ihren Lauf.

ihren Ebenen – verbal, emotional, energetisch, körperlich und symbolhaft-bildlich. Durch diese Spiegelung geraten sie auch spontan in Eigenbewegung und Entwicklung.

Gegen jede Art von Beeinflussung von außen sind sie bestens gewappnet. Spiegelung bietet den inneren Personen die Möglichkeit der Reflexion, die ihnen ihr eigentlicher „Inhaber“ nicht bieten kann, da er unbewusst mit ihnen identifiziert ist. Identifiziert sogar in einem Maße, dass er sich kaum ihres autonomen Wirkens bewusst ist.

Die Aufstellungsarbeit kann zwar Tendenzen der inneren Personen in uns erfassen und auch spiegeln, aber sie kann ihnen nicht den individuellen Beziehungsrahmen bieten, den sie für ihre eigene Entwicklung brauchen. Das ist der eine Unterschied der beiden Methoden.

Es scheint so zu sein, dass die Mittel, mit denen man sich im „äußeren System“ der Familie und seinem Informationsfeld einzigartig bewegen und wirken kann, nämlich die Aufstellungsarbeit, genau dort mit ihrer Wirkung aufhören, wo man das „innere System“ der Psyche betritt. Hier hat man es bereits mit dem verinnerlichten – inzwischen autonom gewordenen – Einfluss aus dem äußeren System zu tun, der auch eine spezifische Gestalt angenommen hat. Gestalt der inneren Personen, die über Spiegelung in der Aufstellung kaum zu erreichen sind.

Innere Personen haben also weder von sich aus die Tendenz, ihr eingefahrenes Programm zu ändern, noch sind sie dazu von außen zu bewegen. Den Impuls für eigene Wandlung und Wiederentfaltung können sie, wie schon erwähnt, von einem reflektierenden Gegenüber in einem Beziehungsrahmen erhalten.



Radim Ress

Seit 1999 Systemisches Arbeiten. Aktuelle Arbeit mit der Methode Voice Dialogue, die in den 70er-Jahren von Doktor Hal Stone in den USA entwickelt wurde. Voice Dialogue ist dank seiner differenzierten Ausrichtung auf verschiedene, oft gegensätzliche Teile der menschlichen Persönlichkeit und auf deren optimale Integration eine sehr effektive Form individueller Arbeit. Radim Ress arbeitet in Prag und Konstanz.

www.ress.cz