

Das Ganze dankt dem Einzelnen – Ein Aufstellungsritual

Siegfried Essen

Das folgende Schreibgespräch entstand bei einem zweitägigen Retreat in einem südsteirischen Waldgebiet. Es setzt die Dialogpraxis der Ich-Selbst-Unterscheidung voraus. (siehe auch: S. Essen: Das Selbstliebebuch. Carl-Auer Systeme Frühjahr 2011). Der Wald steht hier für die Natur bzw. für das größere Ganze. Das Selbst steht für meine/unsere Verbundenheit mit allem und allen, das Ich für meine Getrenntheit, Einzigartigkeit und Entscheidungsfähigkeit.

Wald: „Ich bin der Wald, ich bin alles, was lebt.
Willkommen du, willkommen ich!

Ich danke dir, dass du mich blühen lässt. Ihr Menschen bringt mich zu Bewusstsein, ihr seid meine Spitzenkräfte. Ich werde dir etwas schenken. Wünsch dir was!“

Selbst: „Was kann ich mir noch wünschen, ich habe doch alles, bin doch Teil von dir, bin doch du und alles!“

Wald: „Wünsch dir trotzdem was!“

Ich: „Gut, also auf eigene Gefahr: Ich will an Körper und

Geist vollkommen gesund sein, bis ich sterbe.“

Wald: „Es sei dir gewährt. Dazu hast du den Geist. Ich danke dir sehr!“

An diesem Text gibt es für mich mindestens zwei Überraschungen (für Leser und Leserinnen, die solche Ich-Selbst-Gespräche nicht gewohnt sind, enthält er sicherlich noch eine Menge mehr Überraschungen):

1. Das große Ganze dankt dem Einzelnen statt wie gewöhnlich umgekehrt.
2. Das Wünschen braucht nicht den Mangel als Voraussetzung.

Wie das so meine Art ist, experimentiere und verkörpere ich solche Einsichten gleich in entsprechenden Seminaren. Also habe ich die folgende rituelle Aufstellung entworfen und inzwischen schon mehrfach angeleitet. Sie ist sehr berührend, kräftigend und unterstützend.

Wie in jeder autopoietischen Aufstellungsarbeit ist auch

hier die zentrale Unterstützung durch das Ganze die entscheidende Kraft.

Die Überraschung, die immer zur Begegnung mit dem größeren Ganzen gehört, zeigt sich wie so oft in einem Ebenenwechsel.

Erster vorbereitender Schritt

Jede/r GruppenteilnehmerIn wird zunächst gebeten, auf vier einzelnen Zettel vier Dankessätze des Ganzen an sich selbst zu formulieren, „in welchem es sich bei dir für einen spezifischen Beitrag/Dienst von dir am Ganzen bedankt, und zwar in der Form: „Wir danken dir, (dein Vorname), dass du ... oder: Wir danken dir für ...“

Zum Beispiel: „Wir bedanken uns bei dir, Wilfried, dass du drei Söhne großgezogen hast.“ Oder: „Wir bedanken uns bei dir, Lise, für deine Risikobereitschaft und für alle deine Fehler, die du dabei gemacht hast.“

Schreibe vier solche Sätze auf, kleine und große Geschehnisse oder Handlungen, die du als deinen Dienst am Ganzen betrachten könntest oder betrachtet haben willst.

Wir stellen das „Ganze“ als Ahnenreihe auf

Der Gruppenteilnehmer, der beginnt, sagen wir Wilfried, sucht eine RepräsentantIn für beide Eltern aus, also für die Elterngeneration, und stellt sie in den Raum. Diese RepräsentantIn wiederum bittet jemanden aus der Gruppe, sich als Großelterngeneration hinter sie zu stellen usw., bis alle Gruppenmitglieder aufgestellt sind. (Ganz am Ende stelle ich meist mit einigem Abstand einen Mann und eine Frau nebeneinander als Adam und Eva oder Gott und Göttin auf.)

Das Ritual

Wilfried gibt dem Ritualleiter (R) seine vier Zettel und stellt sich an die Spitze der Ahnenreihe auf seinen Platz. R geht an der Ahnenreihe entlang, fragt die Ahnen, wer von ihnen Wilfried einen Dank aussprechen möchte, und verteilt die vier Zettel an die, die sich melden. (Bei den ersten drei bis vier Akteuren lässt R die Eltern und Großeltern aus, da diese sich noch als personale Repräsentanten verstehen könnten, ein Segen aber aus der Bedingungslosigkeit transpersonaler Ahnenkräfte gegeben werden muss.)

Eine Trommel beginnt einen gleichmäßigen Rhythmus.

Wenn gesprochen wird, wird sie etwas leiser.

Dann stellt R sich Wilfried gegenüber, schaut ihn an und fragt: „Bist du bereit, Wilfried, den Dank des Ganzen an dich entgegenzunehmen?“ Wilfried antwortet: „Ja!“ R nimmt Wilfried an die Hand und sagt: „Dann komm und lass dich rufen.“ R führt Wilfried an der Ahnenreihe entlang etwa zu ihrer Mitte und bittet die Ahnen, die einen Dank an Wilfried haben, ihn zu rufen, den Dank laut und deutlich auszusprechen und am Ende hinzuzufügen: „Wir danken dir sehr!“

Dies geschieht viermal, dann fragt R die Ahnen, ob jemand noch einen weiteren Dank an Wilfried hinzufügen möchte. Danach führt er Wilfried wieder an seinen Platz, an die Spitze der Ahnenreihe, bittet ihn, sich umzuschauen, und sagt dazu: „Das sind deine Ahnen, und du bist die Spitze der Evolution.“ Ebenso geschieht es mit allen.

In anderen Gruppen wurde das Ganze als Kreis (statt als Ahnenreihe) repräsentiert: Die vier Danksätze werden von Vertretern des Kreises verlesen.

Bei Gruppen, die sich kennen, kann man auch auf die vorherige schriftliche Formulierung des Dankes verzichten. Einer nach dem anderen geht in die Mitte, wendet sich an einen Beliebigen im Kreis und sagt: „Bitte sprich den Dank des Ganzen an mich aus. Ich bin bereit zu hören!“ Es folgt spontan und intuitiv ein Satz des Dankes wie etwa: „Im Namen des Ganzen danke ich dir für ...“ Er oder sie wiederholt das noch mit zwei bis drei anderen TeilnehmerInnen des Kreises. Danach folgen noch ungefragte Meldungen. Bei dieser Form wird der Dank oft sehr intuitiv, treffend und berührend formuliert.

Der Kulturphilosoph Robert Pfaller (Das schmutzige Heilige und die reine Vernunft. Symptome der Gegenwartskultur, Fischer Verlag) weist im Rückgriff auf Pascal und Spinoza auf die Notwendigkeit hin, Stolz von Hochmut zu unterscheiden, um wieder stolz sein zu dürfen. Hochmut, die mittelalterliche Todsünde der Superbia, entsteht, wenn ich eine Handlung, Leistung oder Erfolg auf mich allein zurückführe. Sehen wir aber unsere Handlungen und Leistungen aus Verbundenheit entstehen, also als Kokreation, dann schmilzt der Narzismus des Hochmuts. Wir erkennen den eigenen Beitrag an, wie den aller anderen, es sei denn, wir sind zu stolz, um stolz zu sein. Diese Haltung zeigt sich unter anderem in der Schwierigkeit, Dank entgegenzunehmen. Erkennen und praktizieren wir aber die Zusammengehörigkeit von Ich und Selbst, von Individualität und Verbundenheit, so können wir Stolz und Dankbarkeit zugleich empfinden. Und wir entgehen sowohl der falschen Bescheidenheit als auch dem missionarischen Hochmut. Das Ritual „Das Ganze dankt dem Einzelnen“ belebt den Weg der Dankbarkeit, den Bruder David Steindl-Rast uns auf dem Kölner Aufstellungskongress nahegebracht hat, eine Dankbarkeit ohne Selbstverleugnung und in Wahrnehmung unseres vollkommenen Aufgehobenseins. „Du wirst deinen Nächsten lieben wie dich selbst“ (Mk. 12, 31), nicht mehr und nicht weniger!



Siegfried Essen, *1940, Dipl.- Psych., ev. Theologe und Psychotherapeut. Lehrtherapeut für integrative Gestalttherapie und systemische Familientherapie in Deutschland und Österreich. Leitet Aus- und Weiterbildungsseminare in spirituell-systemischer Aufstellungsarbeit. Coaching und Aufstellung politischer, sozialer und theoretischer Systeme.

www.siegfriedessen.com