

Zufall, Chaos und Regelbruch als Regel

Sneh Victoria Schnabel

Beim Kauf eines Krimis für eine Ferienreise fiel mir vor vielen Jahren ein Buch aus dem Regal buchstäblich vor die Füße. Es hatte den Titel „Zweierlei Glück“. Damit begann meine Reise in die Welt der Aufstellungen, und bis zum heutigen Tag ist der „Zu-Fall“ einer meiner treuesten Begleiter und Wegweiser geblieben.

Zwei weitere Verbündete sind im Laufe der Jahre dazu gekommen, das Chaos und der Regelbruch. Während der Zufall ein eher freundlicher und witziger Begleiter ist, sind Chaos und Regelbruch von eher unbequemer Natur; sie bringen mich leicht ins Schwitzen. Doch wäre ich ihren Lehren nie begegnet, wären mir manche Lösungen verborgen geblieben.

Anhand der folgenden Aufstellungsberichte möchte ich darstellen, wie sie meine Arbeit geprägt und vorangetrieben haben, und mich lehrten, dem „Feld“ zu vertrauen.

Gegen die Regel

Der erste Zufall und Regelbruch geschah vor Jahren, als gegen Ende einer Aufstellung eine Teilnehmerin aus dem Stuhlkreis mitten durch die Aufstellung auf die andere Seite zu ihrer Wasserflasche lief, die durch eine Umräumaktion während der Pause dort zufällig gelandet war. Die Aufstellung steckte zu dem Zeitpunkt fest. In dem Moment, als sie den „heiligen“ Aufstellungsraum durchlief, gab es mit einem Mal Bewegung. Ich wurde hellwach und bat sie, diesen Gang nochmals ganz langsam zu wiederholen. Und dann gab es Reaktionen wie: „Sie hat gefehlt, jetzt sind wir vollständig.“ Mit diesen Aussagen konnte dann die fehlende Person gefunden und die Aufstellung zu einem guten Ende gebracht werden.

Was ich daraus gelernt habe:

- Der Zufall hilft der Lösung.
- Regeln können der Lösung im Weg stehen.
- Statt die Aufstellung abzubrechen („hier geht es nicht weiter“), ist es besser, die Regel „abzubrechen“.

Überraschende Rollen

Ein andermal bekam ich am Abend vor einer Gruppe die Anfrage eines teilnehmenden Paares, ob sie ihren Hund mitbringen könnten; die Hundehüterin war überraschend ausgefallen. Ich stimmte zu. In der Gruppe hatte niemand etwas dagegen, der Hund schlief die meiste Zeit unter dem Stuhl des Mannes. Als dessen Aufstellung begann, stand der Hund auf. Zum Thema Beziehungslosigkeit zum Vater stellte ich nur eine Person für den Vater auf. Mit schmerz-

haft langsamen Bewegungen schleppte sich dieser vorwärts, bis er zu Boden sank. Eine Teilnehmerin machte auf sich aufmerksam, um besorgt mitzuteilen, ihr Gesicht sei gerade dabei, sich zu verformen, als ob sie eine Schnauze bekäme. Es ziehe sie zu dem am Boden liegenden Mann. Ich bat sie, dem langsam nachzugehen, und sie kroch auf allen vieren zu ihm und legte sich vorsichtig quer über ihn drüber. Auf meine Frage, ob dieses Bild irgendwo hinpasse, antwortete der Klient, dass sein Vater im Krieg zu Fuß aus Sibirien geflohen sei. Er berichtete weiter, dass es in seiner frühen Kindheit einen Schäferhund im Haushalt gab, über dessen Tod sein Vater lange untröstlich war.

Zu diesem Zeitpunkt legte sich der Hund wieder unter den Stuhl und rollte sich ein.

Was ich daraus gelernt habe:

- wesentlich mehr /Ausnahmen die Regel bestätigen lassen;
- davon ausgehen, dass nicht gesehene Rollen im Stuhlkreis auftauchen können.

Neue Wege

In einer großen Gruppe in Mailand wollte eine Frau wissen, warum sie Angst habe, ihren Traum vom eigenem Geschäft in die Tat umzusetzen. Immer wenn sie sich zu neuen Ufern aufmache, bekomme sie Panikattacken. Mehrmals wiederholte sie den Satz: „Ich schaffe das nie!“

Ich schlug eine Aufstellung zu ihrem Glaubenssatz vor (von Kibéd und Sparrer).

In dieser Struktur bekommt jedes Wort einen Stellvertreter, auch die Satzzeichen. Seit Langem war ich dazu übergegangen – nach Absprache – die Stellvertreter sich selbst aussuchen zu lassen: Wer sich berufen fühlt für eine Rolle, steht auf. Gibt es mehrere Meldungen, wählen die Aufstellenden jemanden davon aus. Doch dieses Mal fand ich es richtig, alle zu nehmen. (Ich erinnere nicht, wie das „richtig“ zustande kam; vielleicht, um in dieser großen Gruppe möglichst vielen die Erfahrung einer Rolle zu ermöglichen ...) Wiederholungen sind sicher nicht meine starke Seite, und ich hatte den langsamen Bewegungen der Seele schon zu lange zugesehen. So entschied ich diesmal, die Stellvertreter sich alle gleichzeitig und mit Tempo bewegen zu lassen. Das wurde erst einmal zum reinen Chaos. Viele stießen aneinander, wurden wütend oder flüchteten erschreckt an den Rand. Langsam wurde die Atmosphäre merklich bedrückt und auch beängstigend. Hilflos wirkende Gestalten hockten am Boden. Hochgehaltene Arme streckten sich einander zu, ohne sich zu erreichen. Das Ganze entsprach einer Szene von Angst, Verzweiflung und heillosem Durcheinander, wie wir es in Filmen und Dokumentationen über

Katastrophen und Krieg schon viele Male gesehen haben. In all dem gab es einen Fokus: Fünf Frauen, die Stellvertreterinnen des „Ich“, standen eng umschlungen beieinander, in einer heftig wiegenden Bewegung. Sie zitterten und alle hielten sich die Bäuche. Auf meine Frage berichteten sie von großer Angst und dass ihnen speiübel sei. Auf meine Frage an die Klientin, ob sie das irgendwoher kennen, erzählte sie von einer Geschichte ihrer Mutter als kleines Mädchen, die sie einmal von ihr gehört hatte. Während des Zweiten Weltkrieges wurde diese mit ihren Eltern und vielen anderen auf Booten in einer gefährlichen Nacht- und Nebelaktion evakuiert.

Die ersten Boote wurden mit Kindern gefüllt, die Eltern sollten in den nachkommenden Booten folgen. Ihre Mutter wurde in ein Boot mit vier(!) weiteren Kindern gesetzt, es war stürmisch mit hohen Wellen, und alle Kinder klammerten sich in Panik aneinander und wurden zudem fürchterlich seekrank. Während diese Geschichte mit sichtlicher Bewegung erzählt wurde, fand auf der Bühne ein Wiedersehen statt zwischen einem der „Ichs“ und zweien, die für das Wort „nie“ gestanden hatten. Sie wirkten wie ein Elternpaar, das sein Kind in die Arme schloss. Die Klientin entspannte sich sichtbar, „es ist ja gut gegangen“, waren ihre Worte, und hierbei beließen wir es.

Monate später hörte ich, dass sie ein eigenes Geschäft aufgemacht habe und darüber sehr glücklich sei.

Was ich daraus gelernt habe:

- mit dem Fluss gehen (zum Beispiel mehrere Stellvertreter für eine Person zulassen);
- Chaos nutzen lernen;
- lieber das Gegenteil vom Gewohnten machen.

Hand in Hand mit dem Chaos

Ein Jahr später habe ich noch Stimmen hinzugefügt; die Stellvertreter sagen beim wilden Herumlaufen laut und wiederholen wer sie sind oder welcher Glaubenssatz verkörpert wird, zum Beispiel: „Ich bin nur gut, wenn ich Erfolg habe!“

Auch diese Idee war durch ein zufälliges Geschehen geboren worden: In den USA, während einer Aufstellung zu einem Glaubenssatz, in der die Stellvertreter sich mit Tempo im Raum bewegten, fingen einige an zu sprechen. Das gab mir die Idee, sie mit lauter, deutlicher Stimme den Glaubenssatz der Klientin vor sich her sagen zu lassen. Ziemlich schnell entstand ein Sprechgesang: „Ich bin nur gut, wenn ich Erfolg habe!“ Ziemlich bald mischte sich ein neues Wort wie ein Kontrapunkt in die Geräuschkulisse. Um es besser hören zu können, nahm ich die Klientin an der Hand und ging mit ihr in die Mitte. Dort konnten wir das neue Wort deutlich hören, es war „Spaß“. Und dann begann die Klientin Arm in Arm mit den anderen, immer lauter und mit sichtlichem Vergnügen mitzusingen: Spaß! – und endlich: „Ich bin nur gut, wenn ich Spaß habe!“

Was ich daraus gelernt habe:

- Bewegung mit Stimme setzt kreative Energie frei, die neue Ideen ermöglicht, und
- mit dem Regelbruch gehen.

Realität und Wahrheit

In den folgenden Jahren habe ich etliche Experimente zu Chaos und Zufall in Aufstellungen gemacht. Das wohl allumfassendste Ergebnis entstand wieder einmal in Italien. In einer Weiterbildungsgruppe gab es am Ende noch viele „offene Baustellen“, aber nur noch wenig Zeit. Bei der Suche nach einer Lösung kam mir folgende Idee: Alle, die noch ein Anliegen haben, gehen in den Kreis. Meine Aufforderung war: Suche, was dir noch fehlt, tue, was du noch tun musst, finde die Stellvertreter in den anderen, alles ohne Worte.

Und ganz langsam entstanden Begegnungen, Menschen schauten sich an, verneigten sich, gingen weiter. Jemand kniete vor einer Stellvertreterin, Tränen flossen, Umarmungen geschahen, Stille breitete sich aus. Fast alle waren in den Kreis getreten; manche hatten viel zu tun, andere setzten sich bald wieder, und ehe eine Stunde um war, saß die Gruppe wieder im Kreis beieinander, in großem Frieden. Beim Austausch am Ende gab es viele Überraschungen, wie: „Ich sah in dir meinen Mann, und es war gut zu spüren, ich liebe ihn einfach, die Probleme sind nicht wichtig“, und die Antwort: „Und ich sah in dir meine Mutter und hatte das Gefühl, endlich wahrgenommen worden zu sein.“ Hatten die meist „falschen“ Deutungen der Rollen irgend einen Einfluss auf das Ergebnis? Oder die Realität Einfluss auf die Wahrheit des Augenblicks? Mit Sicherheit nicht. Die sichtbare Entspannung in den Gesichtern der Teilnehmenden war durch nichts zu beeindrucken, eher verstärkte sie sich noch während der Berichte, wer wen in wem gesehen hatte und welche Handlung zu einem Neuanfang oder guten Abschluss gefunden hatte. Und alle verabschiedeten sich tief berührt und beglückt.

Was ich daraus gelernt habe, außer dass Italien ein wunderbares Land für Chaos-Aufstellungen ist:

- Wenn ich den Wunsch habe, etwas in mir zu heilen, ist mir jede Situation und jede Person dazu passend. Dann sehe ich in jedem diejenigen, die ich gerade sehen möchte, dann erkenne ich in jeder Handlung das, auf was ich schon immer gewartet habe. Jeden Moment kreierte ich meine Welt neu – so, wie sie jetzt zu mir passt.

Diese Aufstellungen, in denen Zufälle, Regelbrüche und Chaos zur Regel wurden, um Lösungen auf unbegangenen Wegen zu finden, wurden von Teilnehmern einer Gruppe in Boulder, USA, auf den Namen, Chaos-Aufstellungen getauft. Er hat sich bis jetzt sämtlicher Umtaufversuche meinerseits erfolgreich widersetzt.

Von Indianern wurde mir erklärt, so zu arbeiten sei Kojoten-Medizin, und Malidoma Somé, der Schamane aus Burkina

Faso (seit Jahren von österreichischen KollegInnen zu Aufstellungs- und Ritual-Retreats gemeinsam mit AufstellerInnen eingeladen), sagte mir während meines Workshops dort, ich würde arbeiten, wie es die Hexen im Natur-Klan tun. Also: Regeln auf den Kopf stellen, Pferde von hinten aufzäumen und Zufällen den Vorrang geben hat schon eine lange Tradition. Könnte sein, dass es an der Zeit ist, auch hier wieder das Gegenteil zu wagen. Aber wahrscheinlich kommt dem irgendein Zufall zuvor!



Sneh Victoria Schnabel, *1947, Kunststudium, sieben Jahre Lehramt, Weiterbildungen: Gestalt, Psychodrama, TZI, Meditation, Atem, NLP/Hypnose, Familienstellen, Tiefenpsychologie, Somatic Experiencing. Leiterin der Schule für Unbegangene Wege, Trainerin/Referentin im In- und Ausland, Initiatorin Internationaler Tagungen.

www.victoria-schnabel.com