

Bewegungen – Eine Übung und jenseits davon

Jan Jacob Stam

Bewegungen in der Aufstellungswelt geschehen schnell. Wie bei Meisen, die gelernt haben, Löcher in Milchdeckel zu hacken, scheint eine neue Entwicklung in der Ausstellungsarbeit wie von selbst durch das Feld zu gehen. Vor nicht allzu langer Zeit waren Aufstellungen statisch, Repräsentanten standen auf ihrem Platz, und nur der Aufsteller, damals noch „Leiter“ genannt, bewegte sie wie Bauern auf dem Schachbrett. Dann kamen die Bewegungen: Erst bewegten sich die Repräsentanten selbst, dann stellten sie sich selbst auf, anstatt vom Klienten geführt zu werden. Undenkbar, aber es klappt! Am Anfang war ich als Aufsteller zutiefst in Sorge, und ich musste alle möglichen (un-)bewussten Denkmodelle loslassen, wie Aufstellungen auszusehen hätten. Und dann kamen die Repräsentanten, die sich selbst ernennen („Ich fühle mich wie die Mutter im System ...“), und dann natürlich die Bewegungen des Geistes. Ich bin schon neugierig, wo uns das noch hinführen wird.

Vier Bewegungen

Die Fragen der Lernenden zwingen mich als Lehrenden immer wieder erneut zu mehr Klarheit und Transparenz, selbst wenn es oft unmöglich ist, die Fragen zu beantworten. Aber dann gehen die Fragen in den Untergrund und finden ihren Weg. Ich liebe das. Es zwingt mich, beide Beine fest auf dem Boden zu behalten in dieser schon magischen Welt. In der Supervision beobachteten wir, dass unsere Studenten in vielerlei Art die Bewegungen der Repräsentanten erlauben, fordern oder ermuntern. Diese unterschiedlichen Arten der Einladung hatten unterschiedliche Wirkung auf die Aufstellung. Dann, vor ein paar Monaten, fanden wir eine Übung (oder besser gesagt, die Übung fand uns) zu vier unterschiedlichen Formen von Bewegung und vier unterschiedlichen Formen von Einladung. Ich beschreibe einfach die Übung. Und ich sage nicht, dass es „nur“ diese vier Formen gäbe. Es ist nur ein Beginn.

Die Übung

Macht Vierergruppen: ein Klient, ein Aufsteller und zwei Repräsentanten. Der Klient verbindet sich mit seinem Anliegen, es könnte sogar sein tiefstes Anliegen sein. Es ist nicht nötig, es laut zu benennen. Dann bestimmt sie oder er, wen oder was die beiden Repräsentanten darstellen, oder er nennt sie A und B und stellt sie auf. Dann lädt der Aufsteller die Repräsentanten zur Bewegung ein, auf vier unterschiedliche Weisen. Nach jeder Einladung gehen sie ihrer Bewegung nach, bis sie endet oder etwas klar wird.

Und vor jeder weiteren Bewegung gehen sie wieder in die Ausgangsstellung zurück, so wie sie vom Klienten ursprünglich bestimmt war.

Die Einladungen

Bewegung 1:

„Geh, wohin du willst.“ Dies richtet sich mehr an den bewussten Willen, das persönliche Gewissen.

Bewegung 2:

„Wenn von und durch das System eine Bewegung in dir auftaucht, geh mit dieser Bewegung.“ Dies richtet sich eher an die systemischen Bewegungen, die Verstrickungen und Dynamiken im System, das kollektive Gewissen.

Bewegung 3:

„Warte, bis du von einer größeren Kraft vereinnahmt wirst, und lass es so geschehen, wie es kommt.“ Dies richtet sich mehr an die Bewegungen des Geistes, auch jenseits des gegenwärtigen Systems.

Bewegung 4:

„Du bist frei, ganz frei, um einen guten Platz für dich in diesem System zu finden und für alle, die zu diesem System gehören.“ Dies richtet sich eher an die Verantwortung des Klienten und der Systemmitglieder. Diese Form der Bewegung erinnert mich an autopoietische Aufstellungen, die ich (und hier entschuldige ich mich beim Entwickler Siegfried Essen) vielleicht noch nicht ganz verstanden habe.

Wir waren über die Berichte unserer Teilnehmer/Studenten nach dieser Übung erstaunt. Ein Mann sagte: „Es war so wichtig für mich, *alle* vier Bewegungen zu sehen, nicht nur eine. Alle vier sind voller Sinn und zeigten und klärten das Anliegen, mit dem ich seit zwölf Jahren ringe.“

Hier möchte ich nicht über Theorien zur Natur der vier Bewegungen sprechen. Für Aufsteller ist es jedoch wichtig, dass sie nicht nur die vier Einladungen aussprechen, sondern sich mit dem inneren Zustand verbinden, der die vier Bewegungen auftauchen lässt. Der Ton ist unterschiedlich, ebenso wie der Rhythmus, die Stille und das ganze Feld, die ganze Atmosphäre. Man kann sie auch die vier Felder nennen.

Jenseits der Übung

Und es ging weiter, nicht nur als Übung, was ursprünglich dazu gedacht war, die Studenten zur Erforschung unter-

schiedlicher Wirkungen auf unterschiedliche Einladungen anzuregen.

Einer sagte: „Es sieht wie im täglichen Leben aus. Alle vier Typen von Bewegung sind anwesend, einer mehr im Vordergrund, ein anderer verdeckt. Die Wirkung einer Bewegung kann die gegenteilige Wirkung einer anderen Bewegung sein. Es ist ein Segen, dass ich jetzt besser wahrnehmen kann, wann ich in einer Bewegung gefangen bin. Alle Bewegungen sind natürlich, gegenwärtig und wahr. Keine von ihnen ist echt oder unwahr, falsch oder richtig oder wertvoller als eine andere.“

Dann beobachteten Bibi und ich, auch ohne Aufstellung, wie elegant diese vier Bewegungen und vier Fragen in unserem Leben sind. Ich nehme das folgende Beispiel, das sich kürzlich während unseres Sabbatjahres ereignete. Ich verbrachte ein paar Tage in den französischen Alpen mit meinem Gleitschirm und allem, was ich an Ausrüstung brauchte, um eine Woche zu wandern, zu fliegen, zu trampeln, um öffentliche Verkehrsmittel zu benutzen und alle nur mögliche Freiheit zu genießen. Wenn ich mich fragte: „Was will ich heute tun?“, tauchten sofort die besten Plätze zum Fliegen auf und der Wunsch, wirklich lange Strecken zu fliegen oder viele Stunden in der Luft zu sein. Mein Ego fühlt sich von dieser Frage geschmeichelt, und ich fühle mich zielorientiert.

Zweite Frage: „Wohin laden mich die Bewegungen des Systems ein?“ Sofort kommt eine Bewegung: zu meiner Schwester zu gehen, die auch in Frankreich lebt. Nach dem Tod unserer Mutter fühlen wir uns noch mehr zueinander hingezogen. Ich wollte sie fragen, ob ihr Singen so wichtig ist wie mir, wie ich vor Kurzem herausgefunden hatte, und ich vermute, für meine Eltern auch, obgleich es immer verdeckt war, nie lauter als ein Summen.

Dritte Bewegung: „Warte, bis eine größere Bewegung ...“ Im Alltag verwende ich eher den Satz: „... wo es mich hinzieht.“ Das ist für mich wirklich interessant. Ich kann die Frage nicht direkt beantworten. Normalerweise gehe ich am Morgen einfach von dort los, wo ich die Nacht verbracht habe. Und nach einer halben Stunde bemerke ich, dass mein Körper eine Richtung eingeschlagen hat. Hier nun hatte ich den Aufstieg zu einem Plateau begonnen, wo sich im Zweiten Weltkrieg die Glières, die französischen Widerstandskämpfer, gesammelt hatten. Ich verbrachte den Tag damit, ihre Orte und Verstecke zu besuchen und ein Gefühl dafür zu bekommen, was vor 65 Jahren an diesem Ort geschah. Es fühlt sich so an, als ob mein Geist und mein Körper (oder meine Seele?) hier in Einklang sind. Etwas hat mich hierher gebracht, ich bin berührt und zugleich glücklich.

Die vierte Bewegung erinnert mich sogleich daran, unsere Tochter anzurufen, die für eines ihrer Studienprojekte ein gutes Wort braucht. Ich hatte die letzten drei Wochen nicht mit ihr gesprochen. Da ich wusste, wie wichtig es für sie

ist, fühlte ich mich als ihr Vater in der Verantwortung, mich ausführlich mit ihr zu unterhalten.

Auch wenn ich mit Freunden spreche, selbst am Telefon, ist es so einfach und hilfreich, diese unterschiedlichen Typen von Bewegung zu erklären, und oft so enthüllend! Wenn ich meine Frau Bibi frage: „Was möchtest du?“ (und ich habe das so viele Jahre gemacht), so ist das einfach die ‚falsche Frage‘. Sie ruft keine Resonanz hervor, und so kann sie nicht darauf antworten. Aber auf die Frage: „Wohin bewegt dich das System?“, beginnt ihre Antwort sofort zu fließen und sich in vielen bekannten Mustern zu entfalten. Wenn ich frage: „Wohin zieht es dich jetzt?“, ist zuerst Stille, und danach kommen oft völlig neue, sinnvolle Ideen und öffnen neue Wege.

Zurzeit spielen wir viel damit, unsere Bewegungen herauszufinden, und wie sie sich begegnen.

Bewegungen in Aufstellungen

Zurück zu Aufstellungen. Immer mehr nehme ich wahr, dass wir diese unterschiedlichen Bewegungen auch im anfänglichen Interview verwenden. Wenn für den Klienten der Bereich „Was will ich“ bereits vertraut und klar ist, so könnte es ein Angebot an ihn sein, eine andere Bewegung anzuschauen, zum Beispiel zu sehen, wo sein oder ihr Familien-, Arbeits- oder kulturelles System ihn oder sie in den Dienst nimmt.

Während des Aufstellungsprozesses benutzen wir ebenfalls unterschiedliche Bewegungen.

Ich erinnere mich klar an eine Managerin einer psychiatrischen Einrichtung für „schwierige Kinder“. Wie öfter in Organisationsaufstellungen nehmen wir den Bereich und die Bewegung „Was willst du?“ als Ausgangspunkt, wenn ich merke, dass das der vertraute Bereich und die Sprache des Managers ist. Dann könnten wir zum Vorschlag wechseln: „Sollen wir einen Blick auf die Dynamiken und die Muster des Systems werfen?“ Hier wechseln wir von der ersten Bewegung des persönlichen Gewissens zur zweiten Bewegung des kollektiven Gewissens. Die Aufstellung, die sich in diesem Falle entfaltete, war für die Managerin und die Anwesenden berührend. Sie zeigte, wie die Einrichtung, und auch die gesamte holländische Gesellschaft an sich, im Dilemma der jungen Kriminellen gefangen ist, und diese jungen Gefangenen erwiesen sich als die einzigen freien Menschen in der Aufstellung. Gegen Ende holte ich die Managerin selbst mit den Worten in die Aufstellung: „Du bist ganz frei, alles Notwendige zu tun, als Mensch, als Managerin, um einen guten Platz für die Mitarbeiter, die Jugendlichen, für dich und alle anderen zu finden.“ Die Managerin stand auf und bewegte sich so sanft, mit so viel Liebe und entschiedener Fürsorge durch die Aufstellung, Brücken bauend zwischen den Mitarbeitern und Jugendlichen, und Ressourcen schaffend, sodass der Psychiater die Mitarbeiter wieder anschauen konnte und die Jugendlichen sich gesehen fühlten.

Ich muss gestehen, dass wir alle noch ein bisschen begeistert sind und jede Gelegenheit wahrnehmen, die Verwebungen und die Natur dieser anscheinend natürlichen Bewegungen zu erforschen. Ah, was für ein Segen zu wissen, dass wir noch am Anfang dessen stehen, wo dieser Ozean von natürlichem Wissen und Möglichkeiten sich enthüllen wird!

Übersetzung: Ursula Franke

Originaltitel: Movements



Jan Jacob Stam ist NLP master practitioner, Unternehmensberater, Coach und Partner in De Boer und Ritsema van Eck Management-Consultants, Gründer und Leiter des Hellinger-Instituts Niederlande. Familien- und Organisationsaufstellungen in Verbindung mit NLP-Konzepten (Robert Dilts).

www.hellingerinstituut.nl