

Über drei legendäre „Richtlinien für gute Aufstellungsarbeit“ und was aus ihnen in meiner Arbeit geworden ist

Heinz Stark

In der Mitte der 1990-Jahre kursierte in der Aufstellerszene die Ansicht, es gäbe so etwas wie die eine richtige, sozusagen im Zentrum treffende und entsprechend in ihrer Nachhaltigkeit unwiderstehliche Aufstellung, die daher weitere Aufstellungen mehr oder weniger überflüssig mache. Flankiert wurde diese Vorgabe sehr bald von zwei neuen ‚Regeln‘: Mehr als acht Repräsentanten in einer Aufstellung sind von Übel. Eine Aufstellung sollte nicht länger als 20 Minuten dauern.

2010: Einzelarbeit am Telefon mit einer Krebspatientin in den USA

Als ich den Hörer aufgelegt hatte und ihre Worte noch nachklangen: „Ach, ich habe mich zu Beginn der Arbeit so niedergeschmettert und sehr kraftlos gefühlt, und nun fühle ich mich aufgerichtet und ungemein energetisiert“, da dachte ich einmal mehr, wie privilegiert, ja beschenkt ich doch bin, diese Arbeit machen zu können. Ich schaute auf die Uhr, es sind tatsächlich seit Beginn der Sitzung zweieinhalb Stunden vergangen. Da stand ich zwischen meinen Bodenankern (Kissen), den Stationen, die ich eingenommen, zu denen ich in wechselnder Stellvertretung gelangt war: Es war da die Klientin, ihr Krebssymptom (Tumor im Bereich des Mastdarms), ihr gerade in der Aufstellung gefundener Zwilling – ihn hielt ich

(als Kissen) noch im Arm am Ende, mit warmen Gefühlen ans Herz gedrückt.

Da war auch noch ein neu gefundenes ältestes Geschwister, es stand zusammen in der Geschwisterreihe mit der Klientin und ihren drei lebenden Brüdern, gegenüber vom Vater mit seinem ebenfalls neu gefundenen Zwilling, Mutter war vertreten, ihr gefundenes verbotenes Kind (Dopplung des neuen Geschwisters) und ihre beiden lebenden Brüder, der mütterliche Großvater, die mütterliche Großmutter, sexueller Missbrauch, die anale Komponente des Missbrauchs und Schuld.

Das sind 18 Positionen!

Dies ist keineswegs eine herausragend hohe Zahl von Stellvertretungen in meiner Aufstellungspraxis.

Zwei Stunden navigierte ich durch das geheime Krebsgeschwür im Seelen-Organismus der Familie, drang durch kompliziertes inzestuöses Missbrauchsgewebe, bis der Tumor schwach und schwächer wurde und sich entfernte. Was mag die Klientin gestärkt und energetisiert haben? Es ging der Klientin schon während meines Arbeitsprozesses zunehmend besser, noch ehe sie genauere Informationen hatte über meine Findungsangebote. In Phasen des Austausches und verschiedener Vollzüge erschloss sich, dass mindestens zwölf Faktoren maßgebend gewesen sind, dass sie sich in positivem Fluss zu fühlen vermochte:

- Durch den innig am Herzen gehaltenen Zwilling (Kissen) und
- durch den initiierten Auflösungsprozess der „Identitätsverklebung/Identitätsverschmelzung“ mit dem Zwilling (dem Beginn des substanziellen Unterscheidens: „Ich bin ich und du bist du, ich bin am Leben und du bist gestorben, wir sind getrennt und wir sind und bleiben verbunden“).
- Sie fühlte sich erleichtert von der Entdeckung, dass ihre (fixe) Idee, sie müsse Zwillinge gebären, nun einen plausiblen Grund gefunden hatte.
- Es stieg in ihr ein Erlösungsempfinden auf, als sie sich aus der Stellvertretung (systemischen Identifikation) mit dem unerwünschten Geschwister (Bruder) entlassen fand.
- Gehoben und belebt fühlte sie sich durch das Hören und Spüren des Segens für ihr Leben, der von diesem Bruder kam, sie erfährt seine guten Worte tief berührt auch als eigenes Recht auf Leben. Hinzu trat die Erleichterung, als die „Schuld des Überlebenden“ (wie schon beim Zwilling) von ihr abfloss.
- Sie wird einer ganz neuen, stärkenden, liebevollen, ja vitalen Art des Verbundenseins gewärtig, nicht nur mit dem hinzugekommenen ersten Geschwister (Bruder), sondern jetzt auch mit den lebenden, bekannten Geschwistern.
- Stärkung ging aus von der plötzlichen Empfindung persönlicher Vollständigkeit (Integrität), hervorgerufen durch die Erfahrung der Vollständigkeit der Geschwisterreihe.
- Sie fühlte eine bislang ungeahnte Stabilität durch die Wahrnehmung einer inneren Ordnung, basierend auf der Erfahrung der jetzt hergestellten stimmigen Rangordnung in der Geschwisterreihe. (Sie ist von Platz vier, zusammen mit ihrem „Seelengefährten“ (Zwilling), auf den fünften gerückt).
- Ein Gefühl großer Entlastung stellte sich ein, als Großvater und Großmutter ihre Schuld nehmen, der Großvater Scham, ja Erschütterung zeigte über das, was er angerichtet hatte, und die Verantwortung an sich zog. Die Enkelin (Klientin) wurde sich zugleich ihrer liebenden Verbundenheit mit den Großeltern (besonders dem Großvater) bewusst, als sie die Last fremder Schuld an diese, als die Zuständigen, zurückübereignete.
- Aus dem Klang ihrer Stimme war zu erahnen, welch ein Berührtsein es auslöste, dass sich ihre Mutter ihrem „verbotenen“ Kind zuwandte, und es war zu ahnen, welch ein bedeutender Moment im Leben dieser Klientin das war, als die Mutter nach einer Weile aufblickte und vermochte, ihr, der ‚nicht gesehenen‘ Tochter, in die Augen zu schauen, und zu ihr sagte: „Jetzt sehe ich dich!“
- Es war wohl fast ein verzückender Augenblick als sie Abschied nahm vom Symptom, noch eingetaucht in dessen Sinnverwandlung vom „bösen Feind des Lebens“ in eigene Liebe und Treue, in die Verbundenheit auf Leben und Tod mit denen, deren Schicksal in ihr west.
- Ein Austausch am Ende über die gerade durchlebte Aufstellung zeigte einmal mehr, dass ein umfassendes Heilungsempfinden aufkommt, wenn ins Bewusstsein tritt, wie die als ganz desperat erlebten Elemente des

Lebens plötzlich größeren Sinn ergeben und zusammenspielen. Verbunden ist dies meist, wie auch in diesem Fall, mit dem Erstaunen, wie groß das ganze Ausmaß dessen ist, was da in Liebe getragen wurde.

Sukzessive Aufstellen

Die erwähnten inoffiziellen „Aufstellungsregeln“ bezogen sich auf die in den frühen Jahren übliche Aufstellungsform, in denen ganze Segmente von Familien aufgestellt wurden, Vater, Mutter und alle Geschwister und wer uns noch wichtig erschien. Das lieferte durchaus eindruckliche Bilder, die auf Verstrickungen hinwiesen.

Aufstellungen im therapeutischen Kontext gehen meistens von einem konkret erfahrenen Leiden, Problem, Heilungswunsch oder Lösungsanliegen aus.

In dieser Beziehung war es allerdings in der dergestalt ‚flächig‘ angelegten Aufstellung oft nicht klar, wie kongruent die entdeckten Verstrickungen und die daraus abgeleiteten Lösungsimpulse mit dem Heilungsanliegen waren.

Ausgangspunkt für die Auswahl der Stellvertretungen war oft eine Hypothese, gebildet aus systemrelevanten Informationen, dem Erscheinungsbild und seelischen Zustand der KlientenInnen. Dies spielt heute in meiner Arbeit natürlich ebenso eine Rolle, indes hat sich der Stellenwert verändert. Wenn der Aufstellungsablauf zunächst nicht meiner Hypothese folgt, sondern so angelegt ist, dass er diese im Prozess kontrollieren kann, bringt dies mehr Zielgenauigkeit und Sicherheit. Daher bevorzuge ich heute, in der Einzelarbeit wie in der Gruppenaufstellung, ein *sukzessives Aufstellungsverfahren*.

Solche sukzessiven Aufstellungen folgen strikt dem Problem oder Auftrag bzw. Lösungsanliegen der KlientenInnen, die, je nach Bedarf differenziert, selbst als indikative Repräsentationen mit aufgestellt werden und so das sich im Prozess verändernde Verhältnis von Klient zum Anliegen/Problem und die diesbezüglichen Beziehungen im System markieren. Oft beginne ich nur mit der Seelenzustandsbewegung der KlientenInnen, dann folgt das Problem (bzw. die Symptome ...), dann eventuell Vater und Mutter (hier auch als Anzeiger der Arbeitsrichtung, also an welche Seite der Familie sich das Problem anbindet).

So wird dann Zug um Zug ermittelt, gefolgt, probiert, es geschehen Bewegungen, Interventionen, neue Bewegungen, tastend, oft lange Zeit im Unklaren, abgelöst von Phasen gemeinsamer Vergegenwärtigung des Prozesses, bis sich die Verstrickungsbeziehungen herausdestillieren, immer geleitet vom Wandel des Zustandes der Stellvertretungen, der realen KlientenInnen und natürlich von den erreichten Veränderungen bei den aufgestellten Problem- bzw. Lösungsindikatoren. Manche Position führe ich in die Aufstellung ein, nur um aus einer neuen Perspektive zu kontrollieren, ob sich der eingeschlagene Weg aus dieser bestätigt oder differenziert.

Die intensive Erfahrung mit der wechselnden Übernahme aller Stellvertretungen in der Einzelaufstellung beeinflusste

mein Vorgehen in den Prozessen der Gruppenaufstellung. Oft probiere ich eine Position kurz selbst als Stellvertreter aus, bevor ich eine neue Repräsentation einführe (sich einführen lasse), und prüfe damit vorab, ob sich so eine tragbare Arbeitsrichtung ergäbe. Ist die neue Stellvertretung dann angeschlossen, kann ich mit deren Wahrnehmungen, Positionen und Bewegungen wiederum meine vorab gemachten- Wahrnehmungen vergleichend kontrollieren.

Auch komplexe Aufstellungen sind nicht die ganze ‚Verstrickungs-Zwiebel‘

Nach meinen Erfahrungen war die oben geschilderte, relativ komplexe Aufstellung sicher ein zentrales Geschehen auf dem therapeutischen Weg dieser Klientin, vielleicht durchaus die entscheidende, nicht aber die ultimative, alles erlösende Aufstellung.

Welche Aspekte des Trennungsprozesses von ihrem Zwilling, ihres im Mutterbauch erlebten Traumas werden jetzt „nach vorne“ kommen und nach Bearbeitung verlangen? Welche Arbeit an der Unterbrechung in der Hinbewegung zur Mutter (auf regressivem Niveau) wird hier notwendig werden? Welche Übernahmen und Folgen aus dem Missbrauch der Mutter lasten auf der Tochter ..., noch ganz abgesehen von anderen Verstrickungen im weiteren Familiensystem und in deren Gefolge im Gegenwartssystem der Klientin?

Einen erfolgreichen therapeutischen Prozess mit einer Klientin in Kalifornien mit komplexen Aufstellungen in einem Zeitraum von über zwei Jahren habe ich meinem Aufsatz „Aufstellungsarbeit mit Krebspatienten“ („Praxis der Systemaufstellung“ 2/2006) beschrieben.

Unlängst, viele Jahre später kam diese wieder zu mir für eine Einzelaufstellung wegen ihrer unübersehbaren Hautprobleme. Zu unserem Erstaunen führte der Prozess zurück in das Schicksal ihrer mehrfach vergewaltigten Großmutter, eine mehrschichtige Verstrickung, die wir damals ausführlich bearbeitet zu haben glaubten. In ihrem Gesicht stand die rote Hitze der hilflosen Wut und der tiefen Scham ihrer Großmutter. Keineswegs hatte sich, wie es sich hier zeigte, dieser Aspekt mit den „großen“ Lösungslinien, die wir damals verfolgten, gleichsam nebenbei mit aufgelöst.



Heinz Stark (Institut für Systemisch-integrative Therapie SYIN®). Seit 1990 steht die Aufstellungsarbeit nach Bert Hellinger im Zentrum seines therapeutischen Ansatzes. Sein heutiger Schwerpunkt sind Fortbildungen und Trainings in systemischer Aufstellungsarbeit und systemisch-integrativer Therapie in Deutschland, Europa und den USA.

www.starkinstitute.org