

Abschied von der Kindheit

Plädoyer für eine erwachsene Aufstellungsarbeit

Wilfried Nelles

Das Gewissen oder die Bedeutung der Zugehörigkeit zur Familie

Bert Hellinger hat oft gesagt, dass seine Einsichten in die Funktionsweise des Gewissens für ihn das Entscheidende für die Entwicklung des Familien-Stellens waren. Er beschreibt das Gewissen¹ als eine Art Sinn oder Instinkt oder Kompass, der uns signalisiert, wann wir die Grenzen dessen, was in einer bestimmten Gruppe – in erster Linie in der Familie – erlaubt ist, überschritten haben. Dann meldet sich unser schlechtes Gewissen. Wir haben, so Hellinger, dann nämlich Angst, unsere Zugehörigkeit zur Familie zu verlieren. Das gute Gewissen hingegen gibt uns ein Gefühl der Unschuld. Nach Hellinger beziehen sich Schuld und Unschuld nicht auf irgendwelche höheren Werte, sondern ausschließlich auf unsere Zugehörigkeit zur Familie (Gruppe) und die dort geltenden Werte. Wenn man also einer Familie von Dieben angehört, hat man beim Stehlen kein schlechtes Gewissen, wenn die Familie seit Generationen vom Beteln lebt, ist das in Ordnung, wenn in einer Familie oder einem Clan die Blutrache gilt, tötet man und fühlt sich dabei gut und unschuldig. Und im Krieg darf man im Namen der eigenen Gruppe die der anderen Gruppe töten und wird dafür unter Umständen sogar als Held gefeiert; desertiert man hingegen oder verweigert Befehle, wird man nicht nur bestraft, sondern hat unter Umständen auch noch ein schlechtes Gewissen.

Gewissenskonflikte entstehen vor allem dadurch, dass man verschiedenen Gruppen angehört, in denen verschiedene Werte gelten. Wer aus einer pazifistischen Familie kommt, hat ein schlechtes Gewissen, wenn er eine Waffe benutzt, wenn es aber tatsächlich zum Krieg kommt, könnte er sich gegenüber seinem Land ebenfalls schuldig fühlen, wenn er sich ganz heraushält. Das kann auch innerhalb einer Familie gelten, wo es in Bezug auf den Vater ein anderes Gewissen gibt als in Bezug auf die Mutter, was dann zum Tragen kommt, wenn beide deutlich unterschiedliche Werte vertreten oder ein Kind sich, zum Beispiel bei einer Trennung, eindeutig mit einer Seite identifiziert. Dies lässt, so Hellinger, das Gewissen nicht zu, und wenn es verdrängt wird, meldet es sich in Form von Krankheiten oder anderen massiven Störungen. Entscheidend ist für Hellinger, dass das Gewissen kein objektiver, ethischer, universaler, gruppenunabhängiger Maßstab für Gut und Böse oder für richtiges und falsches, mo-

1 Ich spreche hier und im Folgenden von dem, was Hellinger „persönliches Gewissen“ nennt. Sein Begriff des „kollektiven Gewissens“ ist in diesem Zusammenhang nicht wichtig und überdies sehr missverständlich (es handelt sich eher um ein unbewusstes kollektives Gedächtnis), worauf ich hier allerdings nicht näher eingehen kann.

ralisches oder unmoralisches Verhalten ist, sondern sich allein an der Zugehörigkeit zur Gruppe orientiert.

In der Gruppe sorgt dieser Mechanismus für Zusammenhalt und Abgrenzung nach außen, beim Einzelnen bewirkt er, dass man sich nicht straflos von der eigenen Gruppe lossagen kann. Die Strafe ist nicht nur ein schlechtes Gewissen, sondern als Folge dessen auch seelische Konflikte, die sich über Generationen auswirken und berufliches oder finanzielles Scheitern, Beziehungsstörungen und auch Krankheiten zur Folge haben können. Vor allem aber sieht Hellinger im Gewissen die Ursache dafür, dass sich die negativen Erfahrungen der Familienmitglieder über Generationen quasi weitervererben, weil es die Nachkommen in Loyalität an ihre Vorfahren bindet.

Die therapeutische Arbeit in einer Familienaufstellung besteht dann, nachdem eine solche Dynamik sich gezeigt hat, üblicherweise² darin, dass sich der Klient vor den Erfahrungen seiner Vorfahren respektvoll verneigt (oder diese auf andere Weise würdigt) und diese dann darum bittet, einen eigenen, anderen Weg gehen zu dürfen. Etwa dergestalt: „Liebe Oma, ich gebe dir hiermit die Angst, die du aufgrund deiner Vergewaltigung vor Männern hast, zurück. Sie gehört zu dir und nicht zu mir. Bitte schau freundlich, wenn ich (m)einen Mann liebe.“ Manche Aufsteller verbinden dies auch mit einem symbolischen Rückgaberitual, bei dem sie einen Gegenstand benutzen, der in die Hände der Vorfahren gegeben wird. Man könnte hier von einer Art Entbindungsritual sprechen – die Enkelin bittet ihre Großmutter, sie von der Treue und Nachfolge im Leid zu entbinden und ihr damit zuzusichern, dass sie ihre Zugehörigkeit zur Familie nicht verliert, wenn sie sich erlaubt, ihren Mann oder die Männer zu lieben, obwohl ihre Großmutter von einem Mann schweren Schmerz erlitten hat. Damit wäre das Gewissen der Klientin ruhiggestellt, das ihr bis dahin immer in die Quere gekommen ist, wenn sie sich einem Mann hingeben wollte, ohne dass sie wusste, was dahintersteckt.

„Bitte schau freundlich, wenn ich meinen eigenen Weg gehe“ – Müssen die Eltern ihr Kind freigeben?

Das ist zwar nur eine von vielen verschiedenen therapeutischen Interventionen, aber eine, die recht häufig vorkommt. Wo immer dies möglich ist, wird versucht, die Zugehörigkeit zu erhalten oder wiederherzustellen und das Gewissen damit zu beruhigen. Der längst erwachsene Klient wendet sich wie ein Kind an seine Eltern, als hätten sie noch immer die Macht über sein Leben und als gäbe es für ihn keine andere Möglichkeit, sein eigenes Leben zu führen. Die Arbeit bleibt auf der Kindebene, wobei ihm Sätze in den Mund gelegt werden, die das Kind nie sagen konnte, die aber gleichwohl kindlich sind.

2 Ich beziehe mich hier auf das Standardverfahren, wie es von Hellinger in den Neunzigerjahren in vielen Büchern und Lehrvideos demonstriert und danach in Ausbildungen seiner frühen Weggefährten gelehrt wurde. Hellinger selbst hat sich zunächst ab 2000 und dann noch einmal explizit ab 2006 zunehmend davon entfernt, indem er neue Vorgehensweisen praktizierte und postulierte, ohne aber – abgesehen von kurzen Bemerkungen – eine theoretische Begründung dafür geliefert zu haben. Im Großen und Ganzen dienen Hellingers Vorgehensweise aus den Neunzigern ebenso wie seine grundlegenden Veröffentlichungen aus dieser Zeit jedoch vielen Familienstellern immer noch als Grundlage ihrer Arbeit und auch der Aus- und Fortbildungen.

Nehmen wir den oben erwähnten Satz „Bitte schau freundlich ...“ – spricht so ein Erwachsener? Und wenn ja, zu wem und in welcher Haltung? Ein Kind muss seine Eltern um Erlaubnis bitten, wenn es gehen will, ein Erwachsener geht einfach. Dies kann und sollte durchaus respektvoll geschehen, aber dazu bedarf es nicht der Bitte, eine Schuld oder ein Leid nicht weitertragen zu müssen oder neue Wege gehen zu dürfen. Die therapeutische Verwendung eines solchen Satzes geht mit der Vorstellung oder dem Gefühl einher, *dass man auch als Erwachsener tatsächlich noch der Freigabe durch die Eltern/Ahnen und deren ausdrücklicher Erlaubnis bedürfe, um seinem eigenen Lebensweg zu folgen*. Das aber bedeutet, dass man die Eltern noch nicht verlassen hat und nie verlassen wird und dass überdies die Aufstellungsarbeit – unbewusst – einem Bild folgt, nach dem Kinder gegenüber ihren Eltern nie erwachsen werden. Das wäre dann in der Tat das, was Hellinger und dem Familienstellen immer vorgeworfen wird: ein Rückschritt in ein vormodernes Bewusstsein.

Es ist für mich eine bleibende Erkenntnis, dass wirkliche Lösung nur in Liebe vollzogen werden kann. Das gilt auch für das (innere) Verlassen der Eltern. Wir müssen aber sehen, dass Lösung und Trennung in der Tiefe nichts Gewolltes sind, das sich gegen jemanden richtet, sondern Bewegungen des Lebens selbst. Die Liebe und die Bindung kommen erst hinterher. Man kann sich dies klarmachen, wenn man auf die Geburt schaut. Dabei wird zunächst deutlich, dass unser eigenständiges Leben mit einer Trennung beginnt. So wichtig die Bindung ist, sie kommt erst danach ins Spiel. Binden kann sich nur das, was zuvor getrennt war. Dies wird aus meiner Sicht beim Familienstellen viel zu wenig gesehen, wenn überhaupt. Es ist das Leben selbst, das die Trennung erzwingt, bei Strafe des Todes. Da wird niemand um Freigabe gefragt. Eine sanfte Geburt ist schön, aber oft ist sie ein Kampf auf Leben und Tod. Um leben zu können, müssen wir den Mutterleib verlassen, ob die Mutter es will oder nicht. Das Kind fragt nicht um Erlaubnis!

Ähnlich verhält es sich mit der Familie: Die Familie ist ein emotionaler Mutterleib, der uns so lange trägt, bis wir emotional reif sind, allein zu leben – genau so, wie uns der physische Mutterleib so lange trägt, bis wir reif sind, physisch allein zu überleben (ich meine nicht ohne Hilfe, sondern zu atmen, zu essen etc. und nicht mehr mit zu sterben, wenn die Mutter stirbt). Wenn wir also emotional ausgewachsen sind, müssen wir auch diesen emotionalen Mutterleib, genannt Familie, verlassen – und zwar nicht nur mit den Füßen, sondern auch geistig-emotional. Erst dann sind wir in einem psychologischen Sinne erwachsen und wirklich geboren als ein Selbst, ein Individuum³. Und auch hier können wir nicht um Erlaubnis und Freigabe fragen, sondern müssen unser Leben – wie bei der Geburt – selbst ergreifen. Das ist kein Postulat meinerseits, sondern eines des Lebens selbst.

3 „Die faktische Geburt ist lediglich der Anfang der Geburt in einem weiteren Sinne. Vollständig geboren (...) ist man paradoxerweise erst, wenn man ganz erwachsen ist, ganz gereift: nicht abhängig von den Eltern, sondern ganz auf eigenen Füßen, nicht geschützt vor der Umwelt durch irgendein Dazwischen, sondern ihr nackt ausgesetzt. Erst wenn dieser Zustand erreicht ist, hat sich die Geburt vollendet.“ Wolfgang Giegerich: The End of Meaning and the Birth of Man, in: The Soul Always Thinks, New Orleans 2010, S. 211. Übersetzung W. N.

Der zeitliche Ort, wo diese psychologische Geburt geschieht, ist die Jugend. Wenn man auf die moderne Gesellschaft schaut, sieht man, dass sich die psychologische Geburt des Menschen endlos lang hinzieht. Die moderne Gesellschaft ist nämlich eine Jugendgesellschaft. Sie findet ihre Identität im Kampf und in der Ablösung von der Tradition. Wer um seine Autonomie kämpft, ist noch nicht erwachsen und noch kein Individuum, sondern wehrt sich nur gegen die (vermeintliche) Vereinnahmung durch andere. Erwachsen bin ich erst, wenn ich erkenne, dass es niemanden mehr gibt, der mir sagen kann, wie ich zu leben habe, und zugleich anerkenne, dass ich dies in meiner Kindheit sehr wohl gebraucht habe. Alles, was war, hat meinem Leben und meinem Dasein hier und jetzt gedient. Mit dieser Erkenntnis endet der Kampf. Dann vertraue und folge ich der Bewegung des Lebens, wie ein Stellvertreter in einer Aufstellung seinen inneren Bewegungen folgt – ohne zu wissen, wo ihn diese hinführen.⁴ Erst in dieser Haltung bin ich in der wirklichen Welt angekommen und erwachsen.

Psychologisch bedeutet das, dass ich zunächst der Trennung zustimmen muss. Ich kann meine Mutter erst erkennen und lieben, nachdem mich die Geburt von ihr getrennt hat. Vorher hat sie im Bewusstsein des Kindes noch gar nicht als Mutter existiert. Ich kann auch meine Eltern erst als Menschen (und nicht nur als Eltern, in dieser Rolle) sehen, nachdem ich mich innerlich von ihnen getrennt habe. Das ganze Leben ist eine Abfolge von Trennungen, genau so, wie Hermann Hesse es in seinem Gedicht „Stufen“ so wunderbar ausdrückt: *„Es muss das Herz bei jedem Lebensrufe / Bereit zum Abschied sein und Neubeginne / Um sich in Tapferkeit und ohne trauern / In andre, neue Bindungen zu geben.“*

Für das Familien-Stellen bedeutet das, dass man sich darüber klar sein muss, dass die Gewissensbewegungen, die sich zeigen, kindliche Bewegungen sind. Das gilt, ohne dass ich dies hier näher ausführen kann, für alles, was Hellinger „Ordnungen der Liebe“ genannt hat – das sind alles kindliche Ordnungen. Ich sage das nicht abwertend!⁵ In der Welt des Kindes haben sie einen unverzichtbaren Platz, deshalb zeigen sie sich auch sehr deutlich in Familienaufstellungen, in denen Kinder ihren Platz suchen und der Aufsteller ihnen dabei hilft. In der Welt der Erwachsenen haben sie aber ausge-

4 Das ist etwas ganz anderes als „Autonomie“! Autonomie heißt, sich sein eigenes Gesetz geben, es ist der Versuch, das Leben nach eigenen Vorstellungen zu formen und zu leben. Das kann schon deswegen nicht funktionieren, weil es keine eigenen Vorstellungen gibt – alles, was wir denken, wünschen etc. kommt von außen. Autonomie gehört zur Jugend. Das Streben danach ist ein notwendiger Übergangsprozess, aber am Ende haben wir uns dem Leben selbst zu beugen.

5 Was ich über kindliches, jugendliches und erwachsenes Bewusstsein schreibe, beruht auf einer Theorie der Evolution des Bewusstseins, die ganz allgemein ist. Die Begriffe „kindlich“ etc. sind Analogien zu unseren biografischen Lebensstufen, theoretisch formuliert spreche ich (unter anderem) vom Gruppenbewusstsein (= kindlich), Ich-Bewusstsein (auch: modernes Bewusstsein = jugendlich) und Selbst-Bewusstsein (= erwachsen). Wenn ich also bestimmte Vorgehensweisen bei der Aufstellungsarbeit dem „kindlichen“ Gruppenbewusstsein zuordne, ist das eine theoretisch begründete, analytische Zuordnung, die nichts mit Wertungen wie „richtig – falsch“ etc. zu tun hat. Es geht vielmehr darum, was der jeweiligen Lebensstufe angemessen ist und so zu einem seelischen Wachstum beiträgt, das der Bewegung des Lebens folgt. Mein Anliegen ist es, die therapeutische Arbeit an der inneren Bewegung des Lebens auszurichten, und meine Theorie des Bewusstseins ist ein Versuch, diese Bewegung zu verstehen, so gut uns dies möglich ist.

dient. Wenn man also darauf eingeht, sollte man sich darüber im Klaren sein, dass man mit dem inneren Kind des Klienten arbeitet. Das kann in gewissen Fällen notwendig und heilsam sein, aber wenn man sich generell davon leiten lässt, perpetuiert man eine kindliche Haltung und ein kindliches Bewusstsein. Deshalb hat Hellinger auch oft betont, dass man das Gewissen überwinden und bereit sein müsse, dafür den Preis der Zugehörigkeit zu zahlen. Er hat aber nur vage von einem „anderen Gewissen“ (in den letzten Jahren auch vom „universellen“ Gewissen) gesprochen, das sich anders orientiere und zu einer höheren Ebene gehöre, ohne dies näher auszuführen und ohne anzugeben, wie diese Überwindung vonstattengehen soll und was dies genau bedeutet – mit anderen Worten: Er hat keinen klaren Begriff davon, was an die Stelle des Gewissens treten könnte, und ohne Begriff gibt es kein wirkliche Begreifen.

Die Antwort ist recht einfach: Es gilt zu *erkennen*, dass man erwachsen ist. In dieser Erkenntnis weiß man plötzlich ganz klar, dass man allein ist, dass es keine Zugehörigkeit mehr gibt. Zugehörigkeit gehörte zum Kind, teilweise auch noch zum Jugendlichen (bei diesem als Problem, beim Kind als Selbstverständlichkeit) und zu den entsprechenden kollektiven Bewusstseinsstufen. Mit dem vollen, das heißt auch seelischen Eintritt ins Erwachsensein gibt es sie zwar noch im Äußeren (ich bleibe ein Deutscher), aber innerlich hat sie ausgedient. Sie leitet vielleicht noch meine Sympathie für diese oder jene Fußballmannschaft, meine Empathie, mein Mitgefühl und andere emotionale Reaktionen, aber zwischen diesen und meinem Handeln ist eine Lücke oder eine Distanz, ein offener Raum, in dem ich allein bin und meiner Wahrnehmung folge. *In diesem Erkennen* ist das Gewissen mitsamt dem Gruppenbewusstsein überwunden, und zwar ganz von allein und ohne jede Anstrengung. Die Orientierung für mein Handeln übernimmt dann die unmittelbare Wahrnehmung im Hier und Jetzt – sie ist das, was dem Gewissen folgt und dessen Funktion übernimmt. Alles, was es dazu braucht, ist dieses Erkennen.⁶

Für Erwachsene gibt es keine Familienaufträge

In eine ähnliche Richtung geht die unter Aufstellern und ihren Klienten verbreitete Vorstellung, dass die Ahnen uns ihre Erfahrungen, ihre Schuld und ihre ungelösten Probleme aufgebürdet hätten.⁷ Dann müsste man sie tatsächlich um Freigabe bitten. Wenn es so wäre, wären wir jedoch nichts anderes als die Opfer ihres Handelns und unserer Familiengeschichte. Es läge nicht an uns, dies zu ändern, sondern an ihnen und ihrer Gnade. Das ist eine kindliche Vorstellung. Das – für das Kind zutreffende

6 Eine andere, weitergehende Orientierung des Gewissens zeigt sich in meiner neuen Arbeit mit dem „Lebens-Integrations-Prozess“. Wenn der Klient in diesem Prozess sieht, welche „innere Vision“ ihm schon vor der Geburt mitgegeben wurde und dass sich diese innere Vision durch ihn manifestieren will, wird er sich innerlich verpflichtet fühlen, diese Vision zu verwirklichen. Damit wendet sich das Gewissen von der Familie und der Vergangenheit in die Zukunft, in die Erfüllung des je eigenen individuellen Potenzials, ohne dass es dazu einer Anstrengung (eines „Überwindens“) bedarf.

7 Ich weiß natürlich nicht, wie viele Aufsteller dieser Meinung sind. Ich kann nur indirekt darauf schließen aufgrund dessen, was ich von meinen eigenen Klienten höre, die bei anderen Aufstellern waren oder die Literatur so verstanden haben.

– Gefühl „Ich muss“, „Ich kann nicht“ oder „Ich darf nicht“ wird dabei vom Erwachsenen voll übernommen und so quasi objektiviert. Es ist aber ein Kindergefühl, denn ein Erwachsener kann und darf durchaus, wenn er denn tatsächlich will, und müssen tut er gar nichts – außer sich den Notwendigkeiten des Lebens fügen. Das bedeutet nicht, dass dieses Gefühl nicht mächtig sein kann. Wenn man es jedoch ernst nimmt, bleibt man Kind, und der Therapeut, der es ernst nimmt, hilft einem nicht aus den Kinderschuhen heraus. Noch in einem meiner letzten Kurse meinte eine aufstellungserfahrene Teilnehmerin, sie habe wohl einige heimliche Familienaufträge zu erfüllen, das möchte sie sich anschauen. Die meisten Familiensteller würden wohl darauf eingehen, in einer Aufstellung versuchen herauszufinden, welche Aufträge das sind, um sie dann zurückzugeben oder um Rücknahme zu bitten. Ich habe ihr geantwortet: „Es gibt keine Familienaufträge, jedenfalls nicht für Erwachsene. Familienaufträge gibt es nur für Kinder. Sieh und verstehe das, verstehe, dass du erwachsen bist, dann wirst du augenblicklich erkennen, dass du frei bist.“

Die geheilte Familie als „Schlussbild“ einer Aufstellung

Zu einer „guten Lösung“ (auch das ist ein Begriff, der nicht frei ist von kindlichen Anklängen)⁸ gehörte in den Neunzigerjahren das harmonische Schlussbild der komplett versammelten Familie, einschließlich der Verstorbenen und heimlich oder unbewusst Ausgeschlossenen. Auch wenn sich Hellinger selbst schon längst davon verabschiedet hat, ist dies noch immer Standard bei vielen Familienstellern. Da steht dann die vollständige Familie mitsamt denen, die gestorben sind, in einer idealen Ordnung aufgereiht. Um dorthin zu gelangen, wird an allen Konflikten, die sich in einer Aufstellung zeigen, so lange gearbeitet, bis alle miteinander versöhnt sind. Konkret: Wenn jemand ein Problem damit hat, dass er seinen Vater als abwesend empfunden hat und sich dies auch in einer Aufstellung zeigt (etwa dadurch, dass der Stellvertreter des Vaters in die Ferne schaut und sagt, er spüre keinen wirklichen Kontakt zu seiner Familie), dann wird danach gesucht, wo diese Abwesenheit ihren Ursprung hat. Dazu stellt man dann vielleicht den Vater oder die Mutter des Vaters auf, manchmal auch deren Eltern oder Geschwister, oder man stellt eine unbekannte, nicht näher benannte Person in die Blickrichtung des Vaters ... – so lange, bis man etwas findet, was die Aufmerksamkeit des Vaters gefangen hält. Dann wird das, unter Umständen durch mehrere Generationen, Schritt für Schritt abgearbeitet, bis der Vater sein Abwesenheitsproblem gelöst hat und sich seinem Kind endlich ganz zuwenden kann. Dann sind am Ende alle glücklich und wir haben eine harmonische Familie, zu der unser Klient endlich Ja sagen kann.

Ich bestreite nicht, dass dies eine befriedende Wirkung haben kann. Da die Kinderseele im Klienten damit zur Ruhe kommt, ist dies immer wohltuend, oft so sehr, dass

8 Manche stellen auch noch einen Stellvertreter für die „gute Lösung“ (auf Amerikanisch heißt das wohl „happy end“) auf. Kinder brauchen das, deshalb enden auch die Märchen und Kinderbücher so, und in Filmen für Erwachsene fördert es den Umsatz, wenn nach sehr viel Drama am Ende das Gute siegt, weil es die kindliche Seele der Zuschauer zufriedenstellt.

es sogar zur Heilung von Krankheiten führen kann. Das Bedürfnis nach einer harmonischen Familie ist jedoch ein Kinderbedürfnis, das alte Schlussbild oder Lösungsbild ist ein Kinderbild. Klar: Wenn alle da sind und alle einander mögen, geht es dem Kind gut, denn dann weiß es sich in Sicherheit und geborgen. Aber was bedeutet das für den erwachsenen Klienten? Er kann jetzt in sich das Bild einer geheilten (heilen!) Familie tragen und innerlich kultivieren. Es mag durchaus sein, dass er damit freundlicher auf seine Eltern zugeht und ihm dann auch mehr Freundlichkeit entgegenkommt. Ich habe von Anfang an beobachtet, dass sich die Beziehungen zu den Eltern dadurch meist deutlich verbesserten. Allerdings hatten die Protagonisten mit ihren Eltern auch nur selten Kontakt und teilten nicht den Alltag mit ihnen. Bei Aufstellungen der Gegenwartsfamilie war jedoch die Wirkung weit weniger positiv, zumindest brauchte es meist viel mehr als nur eine Aufstellung. Hier wurde man nämlich am nächsten Tag mit einer Wirklichkeit konfrontiert, die nicht dem Schlussbild der Aufstellung entsprach, und viele Beziehungen zerbrachen, auch wenn die Aufstellung etwas anderes gezeigt hatte. Hatte man (der Klient) dann etwa versagt? Ich denke zwar, dass die meisten Aufstellungen auch hier hilfreich waren und sind, weil sie den Betroffenen Hintergründe von Konflikten zeigen und sie sehen können, wie sie auch selbst zu Problemen beitragen, sodass sie hinterher offener und sensibler sind im Umgang mit Partnern und Kindern, aber das liegt wohl weniger an den Lösungsbildern als an diesen Bewusstseinsprozessen.

Das Bewusstsein des Therapeuten formt auch die Aufstellung

Wie ist es dann aber einzuordnen, dass alle Stellvertreter sagen: „So fühlt es sich richtig an“? Ist das nicht das Kriterium für eine Lösung, die aus dem Feld selbst kommt und nicht aus den Vorstellungen des Therapeuten (oder des Klienten)? Ist das nicht eine zentrale methodische Grundlage der Aufstellungsarbeit, dass man sich auf diese Rückmeldung der aufgestellten Stellvertreter verlässt? Das ist eine verbreitete, aber naive Vorstellung. Denn die Stellvertreter agieren ja in einem Bewusstseinsraum oder Feld, das durch die gesamte Gruppe, durch den jeweiligen Klienten und vor allem durch den Therapeuten getragen wird. Wenn also ein Stellvertreter sagt: „Das kann ich meiner Mutter nicht zumuten, dass ich sie mit den Problemen, die sie mit meinem Vater hat, alleinlasse, dass ich einfach mein eigenes Leben lebe“, dann spricht er damit aus, was der von ihm vertretene Klient fühlt – in diesem Fall wäre das ein Kindergefühl, von dem sich der Klient noch nicht gelöst hat. Wenn der Therapeut dem dann folgt und als Lösung vorschlägt, er möge seine Mutter wie oben beschrieben um ihre Freigabe bitten, dann folgt er dem kindlichen Bewusstsein des Klienten, wie es durch den Stellvertreter ausgedrückt wurde. Der Therapeut steht dann aber selbst nicht in einem erwachsenen Bewusstsein, was sich dann auch auf den gesamten Prozess überträgt. Krass gesagt: Wenn ein Therapeut im kindlichen oder jugendlichen Bewusstsein ist, bleibt seine gesamte Arbeit auf diesen Ebenen, egal welche Methode er anwendet.

Das Geschehen in einer Aufstellung (wie das Geschehen in jeder Therapie) ist nie unabhängig vom Bewusstsein des Aufstellers. Ohne dies im Detail hier behandeln zu können, möchte ich darauf hinweisen, dass sogar in quantenphysikalischen Ex-

perimenten das Bewusstsein des Experimentators das Verhalten der Quantenteilchen beeinflusst. Um wie viel mehr dürfte das der Fall sein, wenn man nicht mit Maschinen arbeitet, durch die Elektronen und Neutronen gejagt werden, sondern mit Menschen und deren Gefühlen, die immer auch die eigenen Gefühle tangieren! Gerade deshalb ist es so wichtig, dass ein Therapeut sich so weit wie möglich seiner eigenen Gefühle bewusst ist und sich selbst kennt, aber das wird immer ein „So-weit-wie-möglich“ bleiben. Je weiter und offener das Bewusstsein des Therapeuten ist, umso weiter und offener ist auch der Bewusstseinsraum, in dem sich die Gruppe und die Stellvertreter bewegen, und umso weiter und offener sind demzufolge auch die Lösungen. Umgekehrt gilt: Dort, wo das Bewusstsein des Therapeuten noch im Gruppenbewusstsein oder im Ich-Bewusstsein weilt, wird auch die Gruppe und werden auch die Stellvertreter nicht darüber hinausgehen. Das Bewusstsein des Therapeuten markiert den Möglichkeitsraum und die Grenzen dessen, was sich in einer Aufstellung zeigen kann. Ich möchte dies am therapeutischen Umgang mit verstorbenen Familienangehörigen oder generell mit den Toten illustrieren.

Gehören die Toten dazu oder nicht?

Die Familie besteht nicht nur aus ihren lebenden Mitgliedern, sondern die Toten gehören auch dazu. Das gilt auch für Kinder, die bei oder bald nach der Geburt gestorben sind. Diese sind sogar besonders wichtig, weil sie oft vergessen oder nur halb erinnert werden – etwa in der Weise, dass jemand sagt: „Ich bin der Älteste und habe noch zwei jüngere Geschwister, und dann gab es da noch einen Bruder vor mir, der kurz nach der Geburt gestorben ist.“ Er ist also nicht der Älteste, sondern nur der älteste Überlebende, das tote Kind ist mehr oder weniger ausgeklammert aus seinem Bewusstsein. In einer Aufstellung wird dieses Kind mit aufgestellt, um deutlich zu machen, dass es mit dazugehört. Es wird so wieder erinnert, was für alle übrigen Familienmitglieder sehr wichtig ist.

So weit, so gut. Wenn er nun aber, wie es in den Neunzigerjahren die Regel war und auch heute noch oft geschieht, mit den übrigen Kindern in einer Reihe mit aufgestellt wird und manchmal noch alle sagen, „Du gehörst mit dazu“, dann stimmt das zwar insofern, als er auch als Toter Teil der Familie bleibt, aber damit wird qua Bild (und qua Wort) etwas anderes ausgeblendet: dass er nicht mehr da ist, dass er tot ist und damit *zu den Lebenden nicht mehr* dazugehört. Das Aufstellungsbild wie auch mancher Lösungssatz suggerieren in gewisser Weise, dass er noch da sei, als ob er lebe. Damit wird auf subtile Weise sein Tod aus dem Bewusstsein ausgeblendet. Das entspricht durchaus dem herrschenden Bewusstsein und dem üblichen Umgang mit dem Tod. In der Umgangssprache entsprechen dem Floskeln wie „Er ist gegangen“ (als sei er mal eben ein Bier trinken und bald wieder zurück), in der spirituell-esoterischen Szene hat er „seinen Körper verlassen“ (als ob man diesen mal eben in die Ecke stellen und sich nun als freier Geist überallhin bewegen könne, ansonsten aber alles beim Alten bleibe, der oder die Betreffende also in jedem Fall irgendwie noch „da“ sei). Auch hier ist das kindliche Gruppenbewusstsein am Werk, das sich die Vollständigkeit wünscht und die Wirklichkeit diesem Wunsch anpasst. Dass sich in diesem Gruppenbild alle gut

fühlen, bedeutet nichts anderes, als dass die Aufstellung im kindlichen Bewusstsein durchgeführt wird und der Therapeut dies nicht durchschaut, weil er seinen eigenen kindlichen Bedürfnissen (etwa nach Vollständigkeit, Zugehörigkeit und Harmonie) erliegt. Sobald der Therapeut jedoch selbst innerlich dem Leben zustimmt, wie es ist, also auch dem Tod und dem unwiderruflichen Abschied, spiegelt sich dies auch in der Haltung der Stellvertreter in einer Aufstellung wider. In diesen Fällen werden sie sich auch dann „gut“ fühlen, wenn sich der Verstorbene auf den Boden legt oder sich in eine Ecke des Raumes zurückzieht, sich dort hinsetzt oder aus dem Fenster schaut. Das Ende von Aufstellungen scheint mir eine gewisse Ähnlichkeit mit dem von Filmen zu haben – mit oder ohne Happy End. Bei ersteren ist man gerührt, bei letzteren geht man eher betroffen und nachdenklich nach Hause.

Des Weiteren ist unter Aufstellern die Auffassung weit verbreitet, die Lebenden könnten oder müssten noch etwas für die Toten tun. Vor allem dann, wenn es ungesühnte Verbrechen gibt oder Ähnliches. Am deutlichsten und sicherlich auch am eindrücklichsten ist dies in Deutschland und unseren Nachbarländern, wenn es um Verbrechen im Krieg beziehungsweise im Dritten Reich geht. Da werden dann Täter und Opfer aus früheren Generationen aufgestellt, ohne dass der Klient damit direkt etwas zu tun hat, und es wird mit diesen Vorfahren gearbeitet. Die Annahme ist, dass es einer Versöhnung unter den Toten bedarf, damit auch die späteren Generationen innerlich in Frieden kommen können. In der Aufstellung stehen sich dann beispielsweise der deutsche Großvater eines Klienten und dessen jüdische Opfer gegenüber, die vergasteten Verwandten einer Jüdin und deren Mörder oder die Großmutter und deren russische Vergewaltiger. Dann wird daran gearbeitet, dass diese aufeinander zugehen und sich versöhnen. Das ist außerordentlich eindrücklich und bewegend für alle Beteiligten wie auch die Zuschauer und liefert über den Einzelfall hinaus fundierte und wertvolle Hinweise darauf, wie man solche Konflikte lösen und Frieden *schaffen könnte oder hätte können*. Ich halte es aber dennoch für eine zweifelhafte Praxis, die ich ebenfalls dem kindlichen Bewusstsein zuordne. Denn tatsächlich hat es diese Friedensbewegungen ja nie gegeben, und *das* ist die Wirklichkeit in der Familie dieser Klienten. Und ob sie in der jeweiligen Situation überhaupt auch nur denkbar gewesen wären (von einer realistischen Handlungsmöglichkeit ganz zu schweigen), darf man wohl sehr bezweifeln. Die Aufstellungslösung, bei der sich der Täter vor seinem Opfer verneigt (oder wie auch immer die konkrete „Lösung“ aussieht), ist eine geschönte, eine nachträglich künstlich erzeugte Wirklichkeit. Dass es schön und befreiend wäre, wenn es denn so gewesen wäre, steht außer Frage, und ich vermute, dass genau deshalb alle Beteiligten so bewegt und erleichtert sind. Aber man vermeidet damit den Schmerz der wirklichen Wirklichkeit – die nicht nur in dem besteht, wie es war, sondern auch darin, dass es nicht mehr zu ändern ist – und folgt damit eher kindlichem Wunschdenken als einem erwachsenen Anerkennen dessen, was ist und was war. Eine erwachsene Arbeit hingegen mutet dem Klienten dessen Familie und deren Geschichte (und auch einer Nation ihre Geschichte) so zu, wie sie war und ist. Versöhnung heißt hier, sich mit der Wirklichkeit zu versöhnen, und das erfordert deren vorbehaltlose Anerkennung. Das wäre eine *Initiation in die wirkliche Welt*, die auch ein entsprechendes inneres Wachstum, ein Ankommen in unserer Seele (denn die wirkliche Welt *ist* unsere Seele⁹⁾ zur Folge hätte.

Recht verbreitet ist unter Familienstellern auch die Auffassung, nicht nur die Nachfahren, sondern auch die Toten selbst brauchten manchmal noch etwas von den Lebenden, zum Beispiel eine solche Aussöhnung mit ihren Mördern oder Opfern oder auch eine Art Freigabe, damit sie wirklich ganz gehen können. Das wird damit begründet, dass sich in Aufstellungen zeige, dass manche Toten an den Lebenden anhaften und aus irgendwelchen Gründen nicht zur Ruhe kommen. Nachdem sie sich dann entweder untereinander versöhnt haben oder ein lebendes Familienmitglied ihnen gesagt hat, dass sie gehen können, tritt Ruhe ein. Manchmal scheint es sogar, dass die Toten nicht wissen, dass sie tot sind, und man es ihnen klar sagen muss, sonst geben sie in einer Aufstellung keine Ruhe. Ich habe das selbst bei einer Aufstellung erlebt, bei der es um Familienangehörige ging, die in Asien beim Tsunami 2004 ums Leben gekommen sind. Nun kenne ich mich im Totenreich nicht aus und möchte keineswegs behaupten, ich wüsste, wie es dort zugeht. Ich gebe jedoch zu bedenken, dass wir auch hier davon ausgehen müssen, dass unser eigenes Bewusstsein als Therapeuten – und dieses Bewusstsein kann durchaus eines sein, das uns selbst nicht bewusst ist – in die Aufstellung und die Empfindungen der Stellvertreter mit hineinwirkt. Zumindest bei der Freigabe der Toten scheint es mir eher so, als ob nicht die Toten an den Lebenden, sondern die Lebenden an den Toten haften. Man kann dies auf jedem Friedhof beobachten, wo die Pflege der Gräber nicht nur eine Referenz an die Verstorbenen ist, sondern oft auch ein Festhalten an ihnen.

Was heißt denn tot sein? Entweder bedeutet es, dass das Bewusstsein endgültig erloschen ist (das wäre die materialistische Sicht) oder dass es sich im Ganzen aufgelöst hat, das heißt zu sich selbst zurückgekehrt ist (spirituelle Sicht). Ersteres halte ich für unsinnig, denn dann wäre das Bewusstsein nur eine vorübergehende Erscheinung, eine subtile Form von Materie. Für die hier anstehende Frage ist es aber sekundär, welcher der beiden Sichtweisen man sich anschließt, denn so oder so bedeutet der Tod, dass es nichts Persönliches oder Individuelles mehr gibt. Wenn etwas bleibt nach dem Tod, ist es reines Bewusstsein, das zugleich ein Nichtsein ist. Wie soll man für dieses Nichtsein noch etwas tun können oder sogar müssen? Die Toten sind weg, unwiderruflich, aufgelöst ins Nichts.¹⁰ Was es zu tun gibt, ist, sich dessen bewusst zu werden und es zu nehmen, wie es ist.

Auch hier scheint mir bei der Arbeit mit den oder für die Toten eine Vorstellung am Werk, die noch am kindlichen Bewusstsein haftet, das alle zusammenhalten will, sogar

9 *Es würde zu weit vom Thema wegführen, das hier auszuführen, daher verweise ich auf die Arbeiten von Giegerich (siehe Literaturverzeichnis).*

10 *Eine andere Frage ist es, ob nicht deren Gedanken, ihre nicht gelebten Wünsche und damit auch ihre ungelösten Probleme noch irgendwie und irgendwo herumschwirren und sich dann vielleicht auch wieder in einem persönlichen Bewusstsein festsetzen. So erklärt zum Beispiel der moderne indische Mystiker Osho die Tatsache, dass nicht nur viele Religionen die Wiedergeburt lehren, sondern es auch wissenschaftlich ernst zu nehmende Hinweise darauf gibt, dass Menschen sich an Ereignisse aus früheren Jahrhunderten recht exakt erinnern können, als hätten sie dies selbst erlebt. Da diese Erinnerungen mit sehr starken Gefühlen und sinnlichen Wahrnehmungen einhergehen, sind sie für die Betroffenen ganz überzeugend.*

über den Tod hinaus. Alle Ahnenkulte gehören zum kindlichen Bewusstsein, das sich dem Erhalt der Gruppe verpflichtet fühlt. Daraus folgt auch, dass die heute – auch und gerade unter Aufstellern – wieder populäre „schamanische“ Arbeit den Versuch einer Rückkehr zum kindlichen Bewusstsein darstellt. Das bedeutet nichts anderes, als dass der Erwachsene sein Ausgesetztsein in der „Wildnis“ (Giegerich), in der Nichtheit des Seins, nicht aushält und wieder an den Herd der Eltern oder das Feuer seiner Ahnen zurückkehren möchte.¹¹

Die transgenerationale Arbeit als Kinderwunsch

Auch unabhängig von der Frage der Toten folgt die transgenerationale Arbeit beim Familien-Stellen nicht nur einem kindlichen Bedürfnis, sondern ist darüber hinaus in sich selbst ein Widerspruch zu einer zentralen Einsicht Hellingers. Mit „transgenerationaler Arbeit“ meine ich nicht das bloße Aufstellen der Eltern oder Großeltern. Das ist durchaus notwendig, wenn es darum geht, die Beziehung des Klienten zu diesen Verwandten zu sehen und zu bearbeiten. Ich meine die Arbeit an den Themen/Problemen, die als originäre Themen der Eltern/Großeltern aufscheinen. Also zum Beispiel, wenn eine Mutter sich abwendet und ihre Kinder nicht beachtet oder ihre Stellvertreterin sagt, sie sei unglücklich, fühle sich wie tot oder von etwas Schrecklichem bedroht. Fast alle Aufsteller arbeiten dann an diesem Thema, das heißt, sie versuchen herauszufinden, was genau die Mutter belastet, und dann bearbeiten sie dieses Thema *für die Mutter* (übrigens ohne deren Auftrag und Zustimmung!). Und nicht nur für die Mutter, sondern auch für alle anderen Personen, die aufgrund der Äußerungen der Stellvertreter als wichtig erscheinen, über mehrere Generationen hinweg, und manchmal auch noch für Personen, die nichts mit der Familie zu tun haben.¹² Hierzu gehört auch fast die gesamte Arbeit mit Kriegsthemen und der deutschen Schuld. Ich halte diese Arbeit zu weiten Teilen für anmaßend und übergriffig. Wir blasen uns damit in ähnlicher Weise (wenn auch in anderer Form) auf, wie es diejenigen tun, die ihre Vorfahren anklagen.

Die Schuld der Vorfahren geht die Nachkommen nur insoweit etwas an, als sie die Folgen mittragen müssen. Was unsere Eltern oder Großeltern jedoch getan und erlitten und wie sie dies verarbeitet haben, geht uns nichts an. Das ist natürlich eine weitreichende

11 Ich rede hier nicht von Schamanen, die aus einer Kultur kommen und in ihr wirken, die noch auf der entsprechenden Bewusstseinsstufe ist, sondern von Westlern, die – sei es als Klienten oder als Therapeuten – versuchen, wieder dorthin zurückzukehren. Eine unserer Kultur entsprechende schamanische Arbeit würde nicht in die Welt der Geister, der Ahnen, von „Mutter Erde“ etc. führen, sondern in unsere Welt, in unsere Wildnis, das heißt die Welt der metaphysischen Sinnleere, der sich selbst überlassenen Technik, der Atombomben und -kraftwerke, der Banken, des Internets, der Überwachungskameras, der ferngesteuert tötenden Drohnen, der Autobahnen, der Schlachthöfe, der künstlichen Befruchtung usw., wobei dies nicht dämonisiert, sondern als unsere Wirklichkeit, in der und von der wir genauso leben wie die Alten einst in und von der Natur, genommen würde.

12 Ich möchte nicht wissen, wie oft Adolf Hitler schon aufgestellt wurde (einige Male habe ich es selbst erlebt) und wie oft darüber hinaus versucht wurde, seine Persönlichkeit zu ergünden oder vielleicht sogar zu heilen.

These, die ich hier nicht annähernd begründen kann. Begründen möchte ich jedoch, wieso es kindlich ist, für unsere Vorfahren (und alle anderen) stellvertretend und im Nachhinein etwas lösen oder gutmachen zu wollen.

Kinder können es schwer aushalten, ihre Eltern unglücklich zu sehen. Sie wollen ihre Eltern „retten“, zumindest wollen sie sie glücklich und zufrieden sehen. Das ist aus kindlicher Sicht ganz vernünftig, denn nur wenn es den Eltern gut geht, können die Kinder sich selbst wirklich sicher und geborgen fühlen. Wenn hingegen die Ehe gefährdet ist oder gar das Leben eines Elternteils, ist auch das Leben des Kindes gefährdet. Daher tut es alles, um sich die Eltern zu erhalten. Darin liegt nach Hellinger jedoch ein zentrales Element unserer „Verstrickung“ – wir mischen uns innerlich in das Leben unserer Eltern ein, tragen etwas für diese (übernehmen zum Beispiel eine Krankheit in der irrigen Hoffnung, dass dann die Mutter gesund würde) oder wollen stellvertretend für die Eltern etwas lösen (und werden damit in deren Geschichte „verstrickt“). Genau dies aber übernimmt der Familiensteller für seine Klienten, wenn er seinen Auftrag so auffasst, dass er herauszufinden versucht, warum die Mutter das Problem hat, aufgrund dessen sie ständig Streit mit dem Vater hat. Anstatt sich herauszuhalten und dem Klienten zu verdeutlichen, dass die Lösung darin besteht, dass er die Eltern lässt, wie sie sind (das wäre erwachsen!), folgt er *qua Methode* dem kindlichen Wunsch des Klienten, den Konflikt zwischen seinen Eltern (oder seinem Vater und dessen Vater etc. etc.) zu lösen oder Täter und Opfer aus früheren Generationen zu versöhnen. Auch wenn er damit die Aufstellung zu einem guten Ergebnis führt, bleibt sein Klient auf der kindlichen Ebene. Mehr noch: Methodisch hat ihn der Aufsteller tiefer in die Geschichte seiner Vorfahren hineinverstrickt, auch wenn sich im Seminar eine Lösung für sein kindliches Bewusstsein zeigt. Anstatt die Geschichte hinter sich zu lassen, weiß er jetzt besser darüber Bescheid und trägt sie weiter mit sich herum.

Alle Aufstellungen, in denen über die Lebensgeschichte des Klienten selbst in der Weise hinausgeschaut wird, dass man versucht, die Ursachen für die Probleme von Vorfahren oder anderen Angehörigen zu suchen und zu lösen, machen sich die kindlichen Wünsche der Klienten zu eigen und sind eine Einmischung in Dinge, die ihn nichts angehen. Damit stärken sie dessen Kindbewusstsein, anstatt ihm sein Erwachsensein zu Bewusstsein zu bringen. Das kann man mit der Aufstellungsmethode durchaus, aber dazu muss man den Lösungswünschen der Klienten widerstehen oder diese anders auflösen, indem man die Familie so lässt, wie sie ist. Konkret: Wenn der Vater nichts mit der Mutter zu tun haben will, unterlässt man jegliche Anstrengung herauszufinden, was die Gründe dafür sind und wie die Beziehung der Eltern zu verbessern wäre oder hätte besser sein können, und mutet dem Klienten genau diese Eltern zu. Man zeigt mit einer Aufstellung, was ist – das ist alles, soweit es andere Personen als den Klienten betrifft. Anstatt die Familie zu harmonisieren, lässt man ihn sie sehen und fühlen und arbeitet dann vielleicht noch daran, ihm Wege aufzuzeigen, wie er das Gesehene ganz aufnehmen und ihm innerlich ganz zustimmen kann.

Wirklicher Respekt bedeutet: Ich lasse meinen Eltern ihr Leben und ihre Beziehungen, wie sie sind oder waren, ohne jedes Urteil. Das schließt nicht aus, dass ich mich über ihr Glück und ihre Zuwendung freuen und über ihr Unglück und die Schmerzen, die

sie sich gegenseitig und mir als Kind vielleicht zugefügt haben, traurig sein darf. Das sind Gefühle, die zu mir gehören und wie alle anderen Gefühle vollkommen in Ordnung sind. Wenn ich sie ganz nehme, kann ich die Eltern lassen und muss sie weder ändern noch etwas für sie nachträglich und ohne Auftrag erledigen. Hier sollte auch eine Grenze für Therapeuten sein: Ich halte es nicht für legitim, in einer Aufstellung (oder auch mit anderen Verfahren) etwas herausfinden und/oder lösen zu wollen, was nicht unmittelbar den Klienten betrifft, sondern dessen Vorfahren, Angehörige (außer Kindern, für die sie verantwortlich sind), Freunde oder sonstige Beziehungspersonen. Man kann sie aufstellen, um die Beziehung zu verdeutlichen, aber was hinter ihrer jeweiligen Haltung steckt, geht niemanden etwas an, auch nicht die Partner, Kinder oder Enkel.

Sehen, was ist – oder: Was heilt, ist die Wirklichkeit, nicht der Therapeut

Für eine erwachsene Aufstellungsarbeit bedeutet das, dass sie sich mit der Darstellung dessen begnügt, was ist, und dem Klienten zumutet, dies anzuschauen und sich dem zu stellen. Wenn die Eltern zerstritten sind, sind sie zerstritten. Wenn das Kind darüber verzweifelt ist, ist es so, und der Klient sollte dies aushalten können. Er musste es ja ohnehin aushalten! Genauer: Das Kind, das er war, musste es aushalten. Wieso sollte er das als Erwachsener nicht können? Wenn der Großvater ein Mörder war, ist das so, und wenn er nicht zu seiner Tat oder seinen Taten steht, ebenso. Das ist die Familiengeschichte des Enkels. Sie gehört zu ihm. Vor allem aber gehört das, was der Großvater getan oder erlitten hat, zum Großvater. Wie immer er damit umgegangen ist, ist allein seine Sache und nicht die des Enkels oder seiner Therapeuten. Dass Täter und Opfer (oder gar ganze Völker) sich in einer Aufstellung versöhnen, ist ein Kinderwunsch – nicht selten nicht nur der Kinderwunsch des Klienten, sondern auch der des Therapeuten. Ein Erwachsener stellt sich der Welt, wie sie ist.



Dr. Wilfried Nelles
www.wilfried-nelles.de