

Christl Lieben – eine ungewöhnliche (Aufstellungs)-Frau

Christa Renoldner im Gespräch mit Christl Lieben zum 80. Geburtstag

Liebe Christl, kaum zu glauben, dass du heuer 80 Jahre alt wirst! Du bist eine der lebendigsten, innovativsten und ungewöhnlichsten Personen in diesem Aufstellungsdunstkreis. Du gehörst keiner „Schule“ und keinem Institut an. Obwohl du viele Lehrer und Lehrerinnen hattest, bist du immer eigene Wege gegangen.

Was hält dich so jung, beweglich und unabhängig?

Da hab ich eine ganz einfache Antwort: meine unstillbare Neugierde und meine Liebe zum Leben und zu den Menschen!

Du warst zuerst Theaterwissenschaftlerin, Konzertmanagerin, dann Goldschmiedin und danach erst Psychotherapeutin. Wie kamst du aber zur Aufstellungsarbeit?

Ich war schon lange Psychotherapeutin mit verschiedenen Ausbildungen. Unter anderem auch die initiatische Therapie nach Karlfried Graf Dürckheim vor dem Hintergrund der Tiefenpsychologie von C. G. Jung. Ich hatte ein gutes Rüstzeug.

Da hatte ich einmal eine Klientin, die am Rande einer Psychose dahinmarschierte. Die erzählte mir, sie wollte bei einem Wiener Kollegen eine Aufstellung machen. Damit ich sie anschließend begleiten konnte und sie sich sicher fühlte, bin ich mit ihr in dieses Seminar gegangen. Das war 1986. Die Arbeit des Kollegen hat mir gefallen, also bin ich noch einmal in sein Seminar gegangen. Er war einer der wenigen, die das in Wien damals gemacht haben. Dann habe ich selbst probiert, Aufstellungen zu machen – aber nicht Familienaufstellungen. Ich habe damals viel mit Träumen gearbeitet, also habe ich Träume aufgestellt, und dann hab ich mit der Zeit auch andere Themen dazu genommen. Ich war nicht am theoretischen Hintergrund interessiert, sondern an der Praxis. Ich hatte ja meinen psychotherapeutischen Hintergrund. Ich hab die Arbeit dann selbst sechs Jahre lang für mich weiterentwickelt. Erst 1992 habe ich Matthias Varga von Kibéd und Insa Sparrer kennengelernt und bei ihnen die Ausbildung gemacht. Da habe ich dann das theoretische Hintergrundwissen dazubekommen. Ich habe nur in Maßen genommen, obwohl ich im Übermaß bekommen hätte. Ab dann habe ich auch begonnen, Familienthemen aufzustellen.

Wenn du heute zurückdenkst an die Anfänge deiner Aufstellungsarbeit: Was erscheint dir heute noch wichtig und bewahrenswert? Was hingegen hat sich überholt oder hast du über Bord geworfen?

Das Wichtigste und wirklich bewahrenswert ist mir die innere Haltung, mit der ganzen Aufmerksamkeit dabei zu sein – ohne zu interpretieren oder Vorausschlüsse zu ziehen. Man geht einfach mit, manchmal ein paar Schritte voraus, weil wir ja die Erfahrung

haben, gleichzeitig aber ein paar Schritte hinter dem Prozess her, denn wir lassen uns vom System führen. Wenn Hypothesen auftauchen, verwerfe ich sie sofort, wenn auch nur ein Repräsentant ein Wort sagt, das nicht zur Hypothese passt. Es ist eine Haltung von ganz großer Offenheit und tiefem Respekt. Es geht darum, das System, das man begleitet, immer wieder freizugeben.

Über Bord werfen oder verwerfen tu ich eigentlich nichts! Ich habe nichts weggegeben, sondern weiterentwickelt.

Du hast dann ab 2003 dein eigenes Aufstellungscurriculum mit Namen So Ham entwickelt. Was bedeutet dieser Name? Und was ist dir dabei besonders wichtig?

„So Ham“ ist ein Mantra aus dem Sanskrit. Es bedeutet „Das bin ich“. Das Wort „Das“ steht für „das Göttliche“, also frei übersetzt „das Göttliche in mir“. Wenn man So Ham länger meditiert, dann kann es sich umdrehen und zu „Hamsa“ werden. Das heißt „Schwan“. „Paramahansa“ ist der „königliche Schwan“ und eine Metapher für „Meister“. So habe ich gewissermaßen das Curriculum unter den Schutz eines Meisters gestellt. Daher auch die Schwäne im Kalender auf meiner Website. Ohne es anzusprechen, beziehe ich mich in meiner Arbeit immer auf das Göttliche in uns.

2009–2011 hast du mit mir gemeinsam das Buch „Verzeihung, sind Sie mein Körper?“ über Körper- und Symptomaufstellungen geschrieben. Ich bin heute noch stolz und glücklich darüber, dass ich dich dazu bewegen konnte. Diese verschiedenen Arten von Symptomaufstellungen sind ja eine sehr elaborierte Arbeit, die auch in meiner Praxis große Bedeutung bekommen hat. Aber kaum war das Buch erschienen, hattest du schon wieder neue Ideen für Aufstellungsformate.

„Die Liebe frei von Mitgefühl“ kommt schon in unserem Buch vor, du bist darauf aber noch genauer in deinem zweiten Buch eingegangen. Was meinst du damit?

Für mich ist die „Liebe frei von Mitgefühl“ eine Liebe, die auf Augenhöhe begegnet und den Mangel nicht in den Vordergrund stellt, was das Mitgefühl tut, oder tun kann. Das Mitgefühl hat einen ganz wichtigen Platz in allen Kulturen. Die „Liebe frei von Mitgefühl“ stelle ich daneben als eine Haltung oder eine Begegnungsform. Es geht mir darum, den anderen, auch wenn er in einer Krise steckt, in seiner Fülle und nicht in seinem Mangel zu sehen. Wir beide kommen aus der göttlichen Quelle, wir kommunizieren auf Augenhöhe. Ich gehe davon aus, dass der andere in sich alles finden kann, was er oder sie zur Bewältigung der Krise braucht. In diesem Bewusstsein sind wir alle in der Fülle, ganz gleichgültig, in welcher Situation wir uns befinden. Ich begleite den anderen in großem Respekt vor seinem Weg durch die Krise. Ich will weder retten noch helfen. Ich begleite nur mit einer Liebe, die distanziert ist und trotzdem ganz nah beim anderen.

Im Mitgefühl hingegen meine ich nie den anderen, sondern immer nur mich. Das ist in vielen Aufstellungen sichtbar geworden. Ich will, dass es dem anderen gut geht, damit es mir gut geht. Oder sein Leid erinnert mich an eigenes Leid. Und in dem Moment verstricke ich mich in seine Geschichte.

In einem Burn-out habe ich nach einer Möglichkeit gesucht, energetisch weniger angreifbar zu sein in meiner Arbeit mit Menschen. Emotional kann man sich distanzieren, energetisch offenbar nicht. Die Haltung der „Liebe frei von Mitgefühl“ hilft mir, den anderen dort zu lassen, wo er ist, und selbst bei mir zu bleiben. Und genau dadurch aber kann ich ganz dicht neben dem anderen gehen.

Ja, ich kann diesen Ansatz gerade jetzt besonders gut brauchen in der Arbeit mit Flüchtlingshelferinnen und Sozialarbeitern.

Dein zweites Buch trägt den Titel „Die Liebe kommt aus dem Nichts“. Auch „die anfängliche Gestalt“ taucht dort auf. Wie kommst du zu diesen ungewöhnlichen Formulierungen?

„Die Liebe kommt aus dem Nichts“ ist die verdichtete Beschreibung eigenen Erlebens. Wenn man tief in der Angst steckt, wenn das Leben droht zu zerbrechen, dann taucht diese Liebe auf, als käme sie aus dem Nichts.

Das „anfängliche Wesen“ in der Zen-Meditation sind wir, bevor wir Gestalt annehmen – also ein Entwurf von uns, der im geistigen Raum existiert, noch vor der Zeugung. Die anfängliche Gestalt ist in sich heil und ganz, allerdings mit der Potenzialität, zu zerstören und zu scheitern. Unsere tiefste Sehnsucht ist, bewusst oder unbewusst, wieder in diese Ganzheit hineinzureifen. Die anfängliche Gestalt ist aus der Liebe entstanden, die aus dem Nichts kommt – aus einer Liebe, die uns wollte und immer will, gleichgültig wer wir sind und was wir mit unserem Leben machen. In dieser Liebe ruhen wir alle geborgen.

Ich bin keine Buddhistin, gehöre überhaupt keiner organisierten Religion an, aber die Zen-Meditation ist mir eine Heimat.

Bei einem gemeinsamen Workshop in der Steiermark hast du vorgeschlagen, Summen statt Sprechen in Aufstellungen zu versuchen. Seitdem haben wir beide das mehrmals verwendet. Wie bist du darauf gekommen?

Ich hab bei einem narrischen Franzosen, er heißt François Louche (ein Schüler von Tomatis), eine Ausbildung in Summen über drei Jahre gemacht. Über das Summen kommen wir in den vorverbalen Bereich unseres Lebens und in unsere Tiefe. Im Mutterbauch hören wir die Stimme unserer Mutter und imitieren sie später. In der Methode des Summens (der Osteophonie) lernen wir, unseren eigenen Klang zu finden. Manchmal klingt unsere Stimme ganz jämmerlich, wie zerbröselte. Sie muss sich erst entwickeln und *durch-klären*. Im Summen können wir Nuancen und Feinheiten ausdrücken, die der verbalen Sprache fehlen.

Dann habe ich gedacht, das könnte man doch in Aufstellungen auch machen. Und siehe da, es funktioniert wunderbar.

In den Jahren 2014–2015 hast du – trotz schon sehr eingeschränkter Sehkraft – noch eine Ausbildung im „Healing Code“ gemacht. Auch den wendest du akribisch und mit viel Erfolg an. Magst du dazu noch etwas sagen?

Das ist eine geniale Arbeit, die zu meiner Verblüffung von derselben Prämisse der anfänglichen Gestalt ausgeht. Der Amerikaner Alex Loyd hat sie entwickelt. Es ist eine Körperpsychotherapie, die auf bioenergetischer Basis arbeitet mit spirituellem Hintergrund.

Was ich wirklich gerne mache, ist, im Anschluss an eine Aufstellung in der Einzelarbeit, mit dem Healing Code weiterzuarbeiten. Das vertieft die Wirkung der Aufstellung und hilft bei der Umsetzung.

In unserem Experimentierzirkel bringst du deine philosophischen Gedanken ein. Du bist ein Mensch, der bis an die tiefsten Tiefen menschlicher Themen geht, oder – wie einer deiner Seminartitel lautet: „Geh bis an deiner Sehnsucht Rand“. Was könnte ich dich dazu noch fragen? Oder welche Fragen stellst du dir (und uns) zurzeit?

Derzeit beschäftigt mich die Frage nach einem anderen Umgang mit dem Bösen. Alle Täter dieser Erde drücken das aus, was auch wir in uns haben. Sie sind daher nicht unsere Feinde, sondern unsere dunklen Brüder und Schwestern. Diese Erkenntnis setzt einen anderen Umgang mit dem Bösen voraus.

Der Seminartitel „Geh bis an deiner Sehnsucht Rand“ ist eine Zeile in einem Rilke-Gedicht. Dieses Gedicht begleitet mich schon lange. Es ist mein Lieblingsgedicht von Rilke. *Gott spricht zu jedem nur, eh er ihn macht*

Gott spricht zu jedem nur, eh er ihn macht,
dann geht er schweigend mit ihm aus der Nacht.
Aber die Worte, eh jeder beginnt,
diese wolkigen Worte, sind:

Von deinen Sinnen hinausgesandt,
geh bis an deiner Sehnsucht Rand;
gieb mir Gewand.
Hinter den Dingen wachse als Brand,
dass ihre Schatten, ausgespannt,
immer mich ganz bedecken.

Lass dir Alles geschehn: Schönheit und Schrecken.
Man muss nur gehn: Kein Gefühl ist das fernste.
Lass dich von mir nicht trennen.
Nah ist das Land,
das sie das Leben nennen.

Du wirst es erkennen
an seinem Ernste.

Gieb mir die Hand.

(Rechtschreibung Rilke original)

Am Beginn des Gedichtes taucht zu meiner Überraschung die „anfängliche Gestalt“ auf. Ich habe sie aber erst im Gedicht erkannt, als sie mir auf anderen Wegen bewusst geworden ist. Die wesentliche Aussage dieses Gedichtes ist für mich einerseits das „lass dir Alles geschehn: Schönheit und Schrecken. Man muss nur gehn: Kein Gefühl ist das fernste“ und andererseits das Getriebensein von der Sehnsucht nach Erkennen - immer wieder über die eigenen Grenzen hinauszugehen, im Vertrauen, dass sich mir eine Hand entgegenstreckt.

Das ist ein wunderschönes Schlusswort. Danke dir für das Gespräch! Herzlichen Glückwunsch, viel Gesundheit und viele suchende, neugierige, sehnsuchtsgetriebene, liebende Momente zum 80er und für die kommenden Jahre! Ich bin sicher, du wirst uns weiterhin mit deinen ungewöhnlichen Ideen überraschen!

Das Gespräch führte Christa Renoldner im Frühling 2016



Mag. Christa Renoldner
christa-renoldner.at



Christl Lieben
christl-lieben.com

Literatur

Christl Lieben und Christa Renoldner: Verzeihung, sind Sie mein Körper? Körper- und Symptomaufstellungen in unserer körperfernen Zeit. Kösel Verlag 2011

Christl Lieben: Die Liebe kommt aus dem Nichts. Wenn sie uns berührt, nehmen wir Gestalt an. In Zusammenarbeit mit Gerald Schmickl. Scorpio Verlag, München 2014