

Eine Reise durch die Zeit

Peter Bourquin

*„Das Gegenteil einer tief gehenden Wahrheit
ist gewöhnlich eine andere tief gehende Wahrheit.“*

Niels Bohr

„Zeit ist nicht die Hauptsache. Sie ist das Einzige.“

Miles Davis

In diesem Artikel will ich die Beziehung zwischen Eltern und Kindern einerseits sowie unser Zeitverständnis andererseits hinterfragen. Das führt zu neuen Perspektiven und in der Folge zu einem erweiterten Verständnis der ‚Ordnungen der Liebe‘, konkreter gesagt, was das Geben und Nehmen zwischen Eltern und Kindern angeht.

Ordnungen der Liebe

Bert Hellinger sagte über die Beziehung zwischen Eltern und Kindern, dass die Eltern die Großen seien und die Kinder die Kleinen. Die Eltern geben und die Kinder nehmen. Das ist eine einfache und klare Aussage. Doch ist es wirklich so? Wer gibt, wer nimmt? Und wann ist es jeweils angemessen, wann schafft es Unordnung?

Auf einer existenziellen Ebene ist das ein stimmiges Bild: Wir erhalten das Leben von unseren Eltern und geben es an unsere Kinder weiter. Der Fluss des Lebens kennt nur eine Richtung.

Auf einer persönlichen Ebene schaut das ganz anders aus. Denn im Gang der eigenen Zeit gibt es drei grundverschiedene Lebensphasen in der Beziehung zwischen Eltern und Kindern:

1. kindliche Kinder – erwachsene Eltern
2. erwachsene Kinder – erwachsene Eltern
3. erwachsene Kinder – gebrechliche Eltern

Im Folgenden werde ich ausführlicher auf diese drei Lebensphasen eingehen.

Kindliche Kinder – erwachsene Eltern

Schauen wir die erste Lebensphase an, ist offensichtlich, dass die Eltern die Großen und die Kinder die Kleinen sind. Und ebenso offenkundig ist die Hingabe der Eltern über lange Jahre hinweg, um ihre Nachkommenschaft aufzuziehen. Ich spüre immer

wieder eine tiefe Achtung vor dieser ungeheuren Leistung der Eltern über zwei lange Jahrzehnte hinweg.

Doch – und das will ebenso gesehen werden – geben auch die Kinder. Sie geben ihren Eltern lange Zeit bedingungslose Liebe, bis hin zur Pubertät. Und das ist für viele Mütter und Väter eine unglaublich nährende, erfüllende und auch heilsame Erfahrung. Dazu kommt etwas Wichtiges: Ein Kind gibt seinen Eltern einen Sinn für ihr Leben. Kinder zu zeugen und bis ins Erwachsenenwerden zu begleiten ist ein großes Lebensprojekt, das mit Leichtigkeit ein Vierteljahrhundert in Anspruch nimmt. Und was immer einer als Aufgabe in seinem Leben wählt, dem er sich dann mit Hingabe widmet, es erfüllt in der Folge sein Leben. Einer Partnerschaft gibt es eine zusätzliche Tiefe und Sinn, da die Elternschaft hinzukommt. Damit will ich nicht sagen, dass es das Leben eines Paares einfacher macht.

Wie oft habe ich gehört: „Mein Kind ist das Beste, was mir im Leben passiert ist!“ Das ist menschlich und völlig in Ordnung, ebenso wie es auch ganz in Ordnung ist, wenn jemand das nicht so empfindet. Problematisch wird es nur, wenn die Tochter oder der Sohn das Einzige ist, was dem Leben der Eltern Sinn gibt; denn dann wird deren Einstellung zu einer schweren Last und zu einer Überforderung für das Kind.

Kinder aufzuziehen hat auch eine weitere Wirkung: Es bewirkt ein Wachsen und Erwachsenwerden, das uns Menschen aus unserem Egozentrismus herausholt, indem wir lernen, uns um andere zu kümmern. Gelegentlich habe ich in einem Aufstellungsseminar zu einem spirituellen Sucher gesagt: Wenn du einen spirituellen Meister suchst, dann hab ein Kind! Es wird dich mehr über das Leben lehren, als du allein je erfahren könntest. Es wird dich an deine Grenzen bringen und dir helfen, dich besser kennenzulernen mit all deinem Licht und deinem Schatten und über dein kleines Ich hinauszuwachsen.

Kann man da noch sagen: Die Eltern geben, die Kinder nehmen? Oder ist es eher: sie wachsen aneinander ...

Erwachsene Kinder – erwachsene Eltern

So weit zur ersten Lebensphase. In der zweiten Lebensphase begegnen sich auf beiden Seiten Erwachsene, die zugleich Kinder und Eltern sind. Wer ist hier der Große, wer der Kleine? Wie schaut es mit dem Geben und Nehmen aus?

Hier verlieren die Eltern ihren Einfluss und auch ihre Verantwortung über das Wohlergehen ihrer Kinder. Die letzte große Liebesgabe an sie sind bildlich gesprochen der Reisepass und ein Schubs, damit sie gehen. Die Kinder sind erwachsen geworden, stehen auf eigenen Füßen, sie müssen sich im Leben bewähren und ihre Kräfte und Fähigkeiten erproben. Natürlich begleitet sie die Liebe der Eltern weiterhin. Doch können Eltern ihren erwachsenen Kindern nicht das Leben regeln und sie glücklich machen. Man muss aufpassen, dass die Ordnung „die Eltern geben, die Kinder nehmen“ hier

nicht die Eltern verwirrt oder sie die Kinder in eine passive Konsumhaltung bringt. Es ist das ‚Nein‘ der Eltern, dass die erwachsenen Kinder in ihre Kraft bringt. Und ebenso wichtig ist, dass sie ihr Kind nicht mehr klein, sondern groß sehen.

Rainer Maria Rilke sagt das in folgenden Worten: *„Vermeiden Sie, jenem Drama, das zwischen Eltern und Kindern immer ausgespannt ist, Stoff zuzuführen; es verbraucht viel Kraft der Kinder und zehrt die Liebe der Alten auf, die wirkt und wärmt, auch wenn sie nicht begreift. Verlangen Sie keinen Rat von ihnen und rechnen Sie mit keinem Verstehen; aber glauben Sie an eine Liebe, die für Sie aufbewahrt wird wie eine Erbschaft, und vertrauen Sie, dass in dieser Liebe eine Kraft ist und ein Segen, aus dem Sie nicht herausgehen müssen, um ganz weit zu gehen!“*

Für uns Menschen, die wir ja alle Kinder sind, ist die Ordnung „die Eltern geben, die Kinder nehmen“ wohl eher ein Heilmittel gegen die Versuchung, in kindlicher Liebe das Leben der Eltern „glücklicher“ machen zu wollen, ihnen zu helfen oder sie gar zu retten. Sie hilft dem Kind, sich gut zu positionieren. Und fordert es heraus, das Leben anzunehmen. „Ich bin nur das Kind (die Tochter, der Sohn), ich bin der Kleine und meine Eltern die Großen“: Sich in dieser Haltung zu bestärken und mit ihr in Einklang zu kommen ist ein entscheidender Schritt, um sich an einen gesunden und zugleich bescheidenen Platz in seinem Familiensystem zu begeben. Zum einen bewahrt die Wahrnehmung des anderen als „Großen“ dessen Würde, was auch immer sein Schicksal sein mag. Zum anderen erkennt damit einer auch die eigene Ohnmacht und die Unmöglichkeit an, was ‚das Erretten‘ einem nahestehender und lieber Menschen angeht. Doch auch die Eltern finden sich in der gleichen Ohnmacht wieder, wenn es um ihre erwachsenen Kinder geht. Für sie gilt das Gleiche.

In diesem Zusammenhang macht folgende Frage durchaus Sinn: „Erlauben sich Kinder, glücklicher zu sein als ihre Eltern?“ Doch auch das Gegenteil ist der Fall: „Erlauben sich die Eltern, glücklicher zu sein als ihre Kinder?“ In meiner langjährigen Berufserfahrung bin ich immer wieder auf Eltern getroffen, deren Leben durch das Unglück ihres Kindes, einer Tochter, eines Sohnes, selbst ein unglückliches geworden ist. Die Umstände des Kindes können variieren – Drogenkonsum, Geisteskrankheit, Behinderung, Tod durch Krankheit, Selbstmord –, doch die Herausforderung an die Eltern ist in jedem Fall enorm.

Im Familienstellen wird, was diese Fragen angeht, von Loyalitäten ausgegangen, die eine Folge des Bedürfnisses nach Zugehörigkeit zur eigenen Familie sind. Ich denke, dass dieses Konzept zu kurz greift, auch wenn es in unseren Kreisen gewohnheitsmäßig immer wieder benutzt wird. Ich würde hier gerne von einer „Ordnung der Würde“ reden. Das Würdigen und Bejahen des spezifischen Lebensweges und Schicksals eines jeden Menschen in seiner ganzen Tiefe führt aus diesen loyalen Begrenzungen heraus und ermöglicht einem jeden einen angemessenen Platz. Nicht umsonst ist dies das erste universelle Menschenrecht: ‚Die Würde des Menschen ist unantastbar‘.

Dieser Vollzug ist nur von erwachsenen Menschen möglich, nicht von Kindern oder kindlichen Erwachsenen. Es braucht ein erwachsenes Bewusstsein und eine innere

Reife. Dann können Kinder und Eltern zueinander sagen: „Dein Leben ist richtig so, wie es ist, und meines auch. Du bist richtig so, wie du bist, und ich bin es ebenso; unabhängig davon, ob ich die Dinge sehe und tue wie du oder anders“.

Und noch ein Paradox: Reife ist die Fähigkeit, das Rechte auch dann zu tun, wenn es die Eltern empfohlen haben.

Erwachsene Kinder – gebrechliche Eltern

*„Die Eltern begleiten die Kinder in den Frühling.
Die Kinder begleiten die Eltern in den Winter.“*

Mit den Jahren werden die eigenen Eltern in zunehmenden Maße gebrechlicher. So zeichnet sich diese Lebensphase durch eine gewisse Umkehr der Rollen aus: Die Kinder sind groß und in ihrer vollen Kraft, während die Eltern bedürftiger werden. Dies führt oftmals zu Situationen, in denen die eigenen Kinder ein Mehr an Verantwortung für sie übernehmen, sich um sie kümmern und sie pflegen. In diesen Umständen sind es eher die Kinder, die geben, und die Eltern, die nehmen. Manchmal führt dies zu langen Jahren der Fürsorge vonseiten der Töchter und Söhne. Dieses Geben der Kinder ist eine offensichtliche Wirklichkeit.

Doch gerade in dieser Lebensphase erhalten die Kinder noch eine weitere große Lektion von ihren Eltern, an denen sie reifer werden können und weiser. Es gibt eine Altersweisheit, die mit den alt werdenden Eltern einhergeht. Sie ist zweifach:

Zum einen deren angesammelte Lebenserfahrung, die zu einer persönlichen Weisheit führen kann, aber beileibe nicht muss. Manche Eltern leben dies ihren Kindern vor. Weisheit beruht im Wesentlichen auf Selbsterkenntnis und ein Sicheinfügen in das Leben mit seinen Möglichkeiten und seinen Grenzen. Sie ist ein Wissen um ein gelingendes Leben und hat eine ganz praktische Wirkkraft.

Zum anderen leben alle (!) Eltern mit ihrem Altwerden und Sterben – ganz egal, wie es geschieht – den Kindern eine Lektion vor, die von der Unbeständigkeit unseres Daseins und unserer Erscheinung handelt, vom Vergehen und Abschiednehmen. Es hilft uns, das Wesentliche für einen selbst im Leben zu erkennen. Schließlich ist es der Tod, der das Leben begrenzt und dadurch kostbar macht.

An dieser Stelle erneut die Frage: Sind die Eltern die Großen und die Kinder die Kleinen? Geben die Eltern und nehmen die Kinder? Ist das mit den Ordnungen der Liebe so eindeutig und klar? Müssten sie, um der Wirklichkeit gerecht zu werden, nicht sowohl die existenzielle als auch die persönliche Ebene unseres Daseins erfassen?

Zukunft

In einem früheren Artikel (Was bedeutet „die Eltern nehmen“?, pds 1/2015) schrieb ich: „Die Eltern nehmen‘ bedeutet, die Wirklichkeit in all ihrer Vielfalt anzuerkennen. Macht man das, gewinnt einer an Freiheit, um sein eigenes Leben zu leben. Ein Leben, das nicht von den Umständen und Ereignissen der Vergangenheit begrenzt und eine bloße Verlängerung von ihr ist, sondern das aus der Zukunft kommt, dank dem einzigartigen Potenzial eines jeden Menschen wie auch des Lebens selbst!“

Wir reden ja von der Wirkung der Zugehörigkeit zu seiner Familie, die sich darin ausdrückt, loyal zu sein mit ihren Werten und zu ihren Mitgliedern. Das ist eine Loyalität, die nach hinten schaut. Doch höre ich kaum etwas von der Loyalität mit den kommenden Generationen, mit unseren Kindern und Nachkommen. Lasst uns doch ebenso loyal nach vorne schauen – unsere Kinder und Enkel sind die Zukunft – und in diesem Gefühl der Zugehörigkeit mit dem Zukünftigen bestmöglich handeln!

Wie empfindet das beispielsweise eine 60-jährige Frau, deren Eltern und Geschwister gestorben sind? Sagt sie sich: Ich bin die Letzte der Familie? Oder bin ich die Erste, das Familienoberhaupt, für alle, die nach mir kommen? Mit wem wird sie loyal sein? Wohin schaut ihre Seele?

Angelica Olivera aus Mexiko erzählte mir einmal, wie sie in ihrer Schule Cudec den Schülern vorgab, einen Aufsatz zum Thema „Warum willst du das Abitur machen?“ zu schreiben. Die Benotung richtete sich nach der jeweils darin beschriebenen Motivation. Ein „für mich“ führte zu ungenügend, ein „für meine Eltern“ zu bestanden, und ein „für meine Kinder“ zu ausgezeichnet. Das erscheint mir eine interessante Schulung!

Denn die Zukunft ist eine mächtige Ressource. Der Psychiater Federick Melges schrieb: „Die gelöste Verbindung zur Zukunft ist der Grund, dass die Zeit bei einer Depression so langsam vergeht. Es gilt, ‚die Zukunft aufzutauen‘, um aus der depressiven Hoffnungslosigkeit herauszukommen.“

Vergangenheit

Aus dem Vergangenen kommt etwas zu uns. Zuerst einmal ist es das Leben, was dank unserer Ahnen und Eltern bis hin zu uns gelangt ist. Dazu sind es all die biologischen, sozialen und geschichtlichen Einflüsse, die uns wesentlich prägen und unser Ich mitbestimmen. Die Epigenetik macht deutlich und erklärt, wie uns gleichsam als familiäres Erbe ein Lebensplan in die Wiege gelegt wird, den wir dann allmählich ausleben. Doch gibt es auch ein gegenläufiges Verständnis der Zeit. In der klassischen Kultur Chinas war es ein großes Unglück, keine Kinder zu haben. Denn wer würde nun für das Wohlergehen der Ahnen beten? Wer würde die alltäglichen Gebete vor dem kleinen Hausaltar und alljährlichen Rituale, die dem Wohl der Vorfahren gewidmet sind,

weiterführen? In diesem Verständnis wird die Qualität der Vergangenheit durch die Handlungen der Gegenwart beeinflusst, die in sie zurückwirken.

Sehen wir manchmal nicht Ähnliches in einer Aufstellung, wenn ein dort repräsentiertes totes Familienmitglied im Laufe des Prozesses seinen Frieden findet? Ich frage mich dann regelmäßig, wie weit die Wirkung einer Aufstellung reichen kann. Beispiele für ihren Einfluss in lebende Angehörige, die bei dem Seminar nicht anwesend waren und nicht einmal davon wussten, gibt es ja genug. Auch wenn wir die Antwort vielleicht nie wissen werden, halte ich diesen Einfluss in den Ahnen für durchaus möglich. Und allein das hat schon Konsequenzen in meiner Haltung im Gegenwärtigen.

Dieses Umdenken über ‚Ursache und Wirkung‘ bedeutet auch: Zukünftige Ereignisse beeinflussen unsere Gegenwart. Das ist natürlich für uns Europäer ein ungewohntes neuartiges Paradigma. Doch unsere althergebrachten Paradigmen sind einfach nur Denkgewohnheiten, die so tief verankert sind, dass sie für Individuen wie für eine ganze Kultur zur Gewohnheit und schließlich für die Wirklichkeit gehalten werden.

Dabei kennen wir das durchaus von unserem eigenen Leben. Irvin Yalom beschreibt das anschaulich: „Gegenwärtige Einstellungen diktieren, an welche Erfahrungen aus dem gesamten Spektrum der frühen Jahre wir uns überhaupt erinnern wollen. Der gesunde Menschenverstand sagt uns, dass die Gegenwart durch die Vergangenheit bestimmt wird, und doch: Ist nicht auch das Umgekehrte gleichermaßen wahr? Die Vergangenheit wird nur insoweit für uns lebendig, als sie durch den Filter unserer gegenwärtigen psychischen Ausstattung neu erlebt wird.“ Und Milton Erickson bringt es auf den scheinbar paradoxen Punkt, wenn er sagt: „Es ist nie zu spät für eine glückliche Kindheit.“

Gegenwart und Präsenz

In unserer westlichen Welt ist das Zeitverständnis linear oder horizontal: Vergangenheit → Gegenwart → Zukunft. Doch ist dieses Paradigma nicht die Wirklichkeit selbst, sondern lediglich eine tief verwurzelte kulturelle Gewohnheit.

Für uns Erwachsene wäre genauso auch ein vertikales Zeitverständnis der Gleichzeitigkeit möglich, in der Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft zugleich sind. Das ist dann kein lineares Zeitverständnis mehr. Die australischen Aborigines erleben sie beispielsweise so sowie zahlreiche andere ‚primitive‘ Kulturen. Es ist ungewohnt, sich darin einzufühlen, doch äußerst bereichernd. Und führt zu einer erweiterten Form der Wahrnehmung der eigenen Familie, in der Ahnen, aktuelle Verwandte und Nachkommen alle gleichzeitig gegenwärtig sind.

Michael Ende schreibt in „Momo“: *„Es gibt ein großes und doch ganz alltägliches Geheimnis. Alle Menschen haben daran teil, jeder kennt es, aber die wenigsten denken je darüber nach. Die meisten Leute nehmen es einfach so hin und wundern sich kein*

bisschen darüber. Dieses Geheimnis ist die Zeit. Es gibt Kalender und Uhren, um sie zu messen, aber das will wenig besagen, denn jeder weiß, dass einem eine einzige Stunde wie eine Ewigkeit vorkommen kann, mitunter kann sie aber auch wie ein Augenblick vergehen – je nachdem, was man in dieser Stunde erlebt. Denn Zeit ist Leben. Und das Leben wohnt im Herzen.“

Uhrzeit kennt keine Gegenwart. Wenn wir bedenken, wie sehr die Uhrzeit uns bestimmt, ist das bedenklich. Als lebendige Erfahrung kennen wir die Erlebniszeit und auch die allmählichere Seelenzeit. Und beide finden in der Gegenwart statt. Und dieses Gegenwärtige ist der einzige Ort, an dem wir wirklich lebendig sind ... wie die Kinder.

Denn diese kennen die erwachsenen Denkgewohnheiten über die Zeit nicht. Wenn man kleine Kinder beobachtet, besteht kein Zweifel daran, dass sie nur eine Zeit oder besser gesagt einen Zustand kennen: Präsenz. Die Vorstellung von Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft entwickelt sich erst ab einem gewissen Alter, etwa mit fünf Jahren. Folgendes Gespräch zwischen einer Mutter und ihrem Kind zeigt das gut: „Schatz, morgen ist dein dritter Geburtstag.“ Und nach ein paar Minuten: „Ist schon morgen, Mama?“

Wirklich zu leben heißt, die Uhr anzuhalten und in nichts anderes zu denken als in das, was man gerade erfährt. Die Zeit ist die Zeit ist die Zeit. Das Einzige, was in unserer Macht steht, ist zu entscheiden, wie wir sie erleben wollen: als qualitative Zeit oder als quantitative Zeit. Und der Schlüssel dazu ist Präsenz.

In diesem Zustand der Präsenz transzendiert einer übrigens auch seine familiäre Konditionierung. Sie begleitet ihn, aber er ist sie nicht. Ich denke, das ist es, worum es in der Therapie wirklich geht: Wir brauchen weniger alte Geschichten und mehr Präsenz!



Peter Bourquin
peterbourquin.net