

Der „aufgestellte“ Mann

Bertold Ulsamer

Große Fragezeichen tauchen heute vor oder hinter dem Mann und den Männern auf. Ein Umbruch breitet sich von der westlichen Gesellschaft her global aus. Das über Jahrtausende in den meisten Gesellschaften festzementierte Verhältnis der zwei menschlichen Pole Mann und Frau ändert sich grundsätzlich. Damit wandeln sich kulturelle Rollen, lösen sich ganz auf, formieren sich neu. Beide Geschlechter, die sich zuvor in weiten Bereichen fast polar gegenübergestanden waren, entdecken sich neu und finden sich – hoffentlich – neu.

Männer, Familienaufstellungen und Verbindungen

Aufstellungen sind eine Methode, die tiefere Ebenen unter der Alltagswahrnehmung zeigen. Was können Männer daraus für sich mitnehmen? Nach über 20 Jahren Arbeit mit Familienaufstellungen formuliere ich eher bruchstückhaft hier – auch aus meiner persönlichen Perspektive als Mann – einige Überlegungen.

Zunächst die Basis: Der Mann kann in einer Familienaufstellung grundsätzlich in drei Richtungen schauen: zurück zu seinen Eltern und Vorfahren, nach vorne zu den eigenen Kindern oder auf der gleichen Ebene – in einer heterosexuellen Beziehung – zur Partnerin. Ein Kind ist mit jedem seiner Vorfahren verbunden, mit allen Männern und Frauen. Diese Vorstellung leitet mich bei meiner Arbeit mit dem Blick zurück. Allerdings sind die Verbindungen unterschiedlich prägend. Da gibt es eine Person auf einer obersten, zunächst bestimmenden Ebene, darunter kommt die nächste Ebene, darunter wieder die nächste usw. Ich verwende für diese Verbindungen ungern das Wort „Verstrickung“, weil es den liebevollen Anteil eines solchen Bandes ausblendet.

Söhne und Väter

Für die eigene Identität als Mann oder Frau ist der Elternteil des gleichen Geschlechts bedeutsam. Wir bekommen eine Ahnung von dem, was es heißt, „männlich“ oder „weiblich“ zu sein, erst einmal nur durch die Vertreter des eigenen Geschlechts. Was ich mit als zentral in Aufstellungen gelernt habe und auch heute immer wieder erfahre: Als Mann ist die positive Verbindung mit dem Vater und den Männern hinter ihm elementar. Erst mit einer solchen Verbindung kann ein Mann entspannt Mann sein, was insbesondere auch in den Beziehungen zum anderen Geschlecht wichtig ist.

Keine Beziehung vom Vater zum Sohn ist perfekt, manche ist stark gestört. Das kenne ich aus meiner eigenen Biografie. Nach außen hin bin ich in einer vorbildlichen katholischen Familie mit noch fünf Geschwistern aufgewachsen. An der Oberfläche war das Verhältnis zu meinem Vater gut, normal. Aber in der Tiefe? Dass hier etwas nicht stimmte, wurde mir erst bewusst, als mein Vater einen ersten Herzinfarkt erlitt und fast gestorben

wäre. Meine Mutter und meine Geschwister reagierten mit Angst und Sorge, ich blieb seltsam ungerührt. Woher kam diese mir in der Tiefe unverständliche Distanz?

Vor meiner allerersten Aufstellung telefonierte ich am Vorabend noch einmal mit meiner Mutter zu den familiären Fakten. Doch eigentlich wusste ich ja alles. Dachte ich. Ich fragte sie dann: „Gibt es eigentlich Familiengeheimnisse?“ „Vielleicht weißt du es oder auch nicht, aber dein Großvater, der Vater deines Vaters, hat sich erhängt, als dein Vater (das älteste von vier Kindern) 14 Jahre alt war.“ Ich hatte es nicht gewusst. In meiner Aufstellung war dieser unbekannte Großvater dann die wichtigste Person. Eine große Liebe und Verbundenheit meines Stellvertreters mit dem Opa war spürbar.

Diese erste Aufstellung überzeugte mich zutiefst von dem besonderen Wert der Familienaufstellungen. Keine andere Methode führt so klar und eindeutig Beziehung, Verbindungen und Bindungen vor Augen. Dabei schöpfen Aufstellungen aus einem unbewussten Wissen, das – woher auch immer es kommen mag – meist sofort dem Beteiligten Sinn macht.

Die Gefühle aus dieser ersten Aufstellung wurden die Brücke, um mich meinem damals schon verstorbenen Vater anzunähern. Es waren mehrere Aufstellungen, die mich immer mehr mit der väterlichen Linie versöhnten und verbanden. Denn zu der persönlichen Geschichte kamen bei meinem Vater die Traumata des Zweiten Weltkriegs und des Dritten Reichs. Eine ganze Nachkriegsgeneration hat wohl ihre Väter ähnlich erlebt ... Söhne wollen starke Väter, um so selbst ihre männliche Kraft zu entdecken. Wo ist der ideale väterliche, starke Mann, ein Mann, zu dem der Sohn aufschauen kann? Wenn sie diesen Mann nicht zu Hause finden, dann suchen die Söhne überall anders. Das kann in der Politik sein, in der Religion oder in der Therapie. Bert Hellinger hat für manche – für mich zum Beispiel – über gewisse Zeit eine solche Rolle eingenommen. Ich sah so viel Klarheit, Kraft und Weisheit. Weil es ideale Menschen aber nur im Märchen gibt, wird eine Verklärung früher oder später enttäuscht. Da steht dann eben doch nur ein normaler Mensch mit Fehlern, unperfekt. Heftiger Ärger ist oft die spontane erste Reaktion bei dieser Entdeckung.

Die Psychoanalyse kennt genau diesen Wechsel und spricht von einer positiven und einer negativen Übertragung. Die erste Begeisterung und Verklärung sind kindliche Gefühle aus der Vergangenheit, genauso wie dann das Kippen in die übergroße Enttäuschung und Frustration. Wer im Ärger bleibt, hängt weiter in der Vergangenheit. Die Ernüchterung wird erst dann heilsam, wenn jemand den unperfekten Menschen im früheren Ideal sieht, akzeptiert und trotzdem das Gute weiter schätzt. Das sind Schritte, die jemand erwachsener ins Leben gehen lassen.

Doch eine solche Suche nach Idealen endet mit Familienaufstellungen langsam. Denn Aufstellungen versöhnen und verbinden in der Tiefe mit dem eigenen Vater. Es braucht dann keinen Ersatz mehr. Inspirationen durch männliche Vorbilder dürfen weiter sein. Aber der blinde Glaube, die absolute Hoffnung, von der verehrten Person geführt zu werden – Deutschen ist das ja gut aus der Geschichte bekannt! –, hören auf. Die Verantwortung für das eigene Leben wird erkannt und angenommen.

Väter, Mütter und Söhne

Wenn Söhne Distanz zu ihrem Vater haben, dann oft auch aus einem zusätzlichen

Grund: der Bindung eines Sohnes an die Mutter. Kinder wachsen im Bauch der Mutter, werden von ihr geboren und oft die ersten Lebensjahre genährt und versorgt. Das schafft ein starkes Band.

Wenn es heftige Spannungen in einem Paar gibt, dann ziehen die Eltern die Kinder meist mit auf den Kampfplatz. Vater und Mutter, jeder von beiden, möchte mehr vom Kind geliebt werden und das Kind wie einen Bundesgenossen an der eigenen Seite haben. Und Mütter haben hier die größere Macht, sodass sie leicht den Jungen als Verbündeten gewinnen in der Auseinandersetzung mit dem eigenen Mann.

Der Sohn wird dann zum Vertrauten der Mutter, zum verständnisvollen Versteher und Tröster, ein bisschen ein Ersatzmann. Gleichzeitig geht das Bestreben der Mutter dahin, dass ihr Sohn nicht so wird wie der (abgelehnte) Vater, ein besserer Mann sozusagen. Auf der einen Seite schmeichelt das dem Sohn. Er fühlt sich besser als der Vater und verachtet ihn ein Stück weit, so wie die Mutter. Das versperrt ihm den Zugang zur Liebe des Vaters. Und das Ergebnis? Gerhard Amendt hat vor einigen Jahren einen Beitrag mit dem aussagekräftigen Titel versehen: „Die Rache der Muttersöhne. Warum aus Mamas kleinem Liebling auch wieder nur ein ganz normaler Mann wird: ein Brotverdiener – und ein Frauenfeind“. *Wobei nicht unerwähnt bleiben soll: Mütter, die ihren Sohn als Verbündeten benutzen, erlebten oft die umgekehrte Rolle als kleines Kind. Da mussten sie die Vertraute und Verbündete des Vaters spielen, der sie auf seine Seite zu ziehen suchte.* Wer als Sohn an diesem nahen Platz neben der Mutter stehen bleibt, der kann wirklich nicht entspannen. Weder mit den Frauen noch mit den Männern. Er braucht Bewunderung und muss immer etwas Besonderes sein. Ein solcher Mann reibt sich an männlichen Autoritäten, muss sich betont abgrenzen und etwas Eigenes, ganz Einzigartiges darstellen

Wenn mir solche Männer auffallen, dann ist mein kurzer innerer Kommentar nur: „Ah, das Vaterthema!“ Die gute entspannte Beziehung zum Vater fehlt, weil die Nähe zur Mutter zu groß ist. Gleichzeitig ist dieser permanente innere Druck für den Betroffenen sehr anstrengend. Deswegen ist es für einen Mann so lohnenswert, mit dem Vater in Frieden zu kommen und die Dankbarkeit ihm gegenüber zu spüren für das von ihm Erhaltene. Damit kommt auch die richtige Nähe und Distanz als Kind zur Mutter. Dabei ist diese Entwicklung nicht die Frucht einer einmaligen Aufstellung, sondern ein langer Prozess, der sich immer weiter vertiefen kann.

Väter und Söhne

Was zeigen Aufstellungen im Verhältnis des Mannes mit eigenen Kindern, insbesondere auch mit den Söhnen? Im Grunde eine ganz einfache Tatsache. Wenn der Vater sich seiner Rolle als gebender und unterstützender Vater sicher ist („groß“ ist, in der Sprache der Aufsteller), dann kann der eigene Sohn entspannen. Das ist die beste Unterstützung, die er empfangen kann. Damit ein Vater dahin kommt, muss er das Verhältnis mit den eigenen Eltern, insbesondere mit dem eigenen Vater, klären, worüber ich gerade gesprochen habe. Der Mann, der von den Eltern, insbesondere seinem Vater, annehmen kann, wird ihnen gegenüber „klein“, so wie wir Aufsteller sagen. In einer Aufstellung steht er vor den Eltern, entspannt sich, lässt die Anstrengungen los, wird – mit einem Wort – „klein“. Wenn er sich dann herumdreht zu den eigenen Kindern,

dann ist ihm auf ganz natürliche Weise eine gute Kraft zugewachsen. Er steht „groß“ gegenüber seinen Kindern – und diese können entspannen. Will also jemand mehr zu einer guten elterlichen Kraft finden, dann ist der Ratschlag, den ich ihm geben kann, einfach: Finde mehr die Liebe zu deinen Eltern und komme mehr in Frieden mit ihnen. Je mehr dir das gelingt, desto väterlicher kannst du gegenüber deinen Kindern sein.

Mann und Männer

Männer konkurrieren gern mit anderen Männern. Abgesehen vom Sport ist wohl der Beruf die wichtigste Arena für dieses Kräftemessen. Was wie eine Art Spiel sein kann, hat aber auch das Potenzial für einen todernsten Kampf. Ein Mann kann zur rücksichtslosen Ich-AG werden, der andere niedertrampelt. Oder er muss immer wichtiger werden und sich weiter und weiter aufblasen.

In Aufstellungen erlebt ein Mann eine grundsätzliche Verbundenheit und ein Eingebundensein in etwas Größeres, das Leben. Etwas, was zuvor vielleicht intellektuell bejaht wurde, wird zu einer persönlichen emotionalen Erfahrung. Die Ego-Nummer braucht nicht mehr ständig im Vordergrund zu stehen.

Wer seinem Vater näherkommt, der kann auch anderen Männern näherkommen. Statt sein Heil durch das Verständnis einer Frau zu erhoffen, kann eine grundsätzliche Solidarität als Mann unter Männern entdeckt werden. Das ist ein großes Geschenk. Vermutlich ist es kein Zufall und hat auch mit den Aufstellungen zu tun, dass ich fast zehn Jahre lang Teil einer Männergruppe war und sie nach ihrer Auflösung immer noch vermisste. Der ehrliche und offene Kontakt unter Männern nährt das eigene Mann sein auf eine entspannte und natürliche Weise.

Männer und Frauen

Den Mann gibt es nur, weil es auch Frauen gibt. Und umgekehrt. Die Natur hat sich die Vermehrung über die Schaffung von zwei unterschiedlichen Geschlechtern einfallen lassen. Eine Form hat den Samen, dazu sagen wir „männlich“, und die andere Form trägt das Ei, und dazu sagen wir „weiblich“. Und diese ganze etwas komplizierte Struktur dient dazu, überlebensfähigen Nachwuchs zu produzieren. Das ist unsere Basis, und die übersehen wir gerne immer wieder. Da der Mensch das Tier mit dem größten kulturellen Überbau ist, scheint manchmal dieser Überbau das Entscheidende zu sein. Nicht die Form zählt, sondern so, wie ich mich fühle. Ein Fall, den ich in der Presse gefunden habe: Da ist ein Mann Vater geworden, hat also ein Kind gezeugt. Dann macht er eine Geschlechtsumwandlung in eine Frau und will danach in den Papieren des Kindes als „Mutter“ eingetragen werden. Mir führen Familienaufstellungen immer die Kraft und die Bedeutung der Fakten vor Augen. Und danach wird der Erzeuger eines Kindes niemals zur Mutter werden – ganz gleich, in welche Richtung er sich nach seiner Zeugung entwickelt hat. Wenn ich jetzt bei den grundsätzlichen Veränderungen heute angelangt bin, dann stellen sich mir über den Zeitgeist weitere Fragen.

Ist der Mann vielleicht ein Auslaufmodell der Natur? Im Grunde überflüssig (außer vielleicht nach einer Geschlechtsumwandlung ...)? Inzwischen können Frauen doch

alles, was die Männer auch können, tun alles, was auch Männer tun, ob es die Wissenschaft ist, die Politik, das Boxen und das Soldatentum. Das letzte bisschen, wofür Männer noch gebraucht werden, hält wahrscheinlich dank der Fortschritte der Reproduktionsmedizin auch nicht mehr sehr lange.

Aber vielleicht ist das ja gar kein Verlust? Ist der Mann nicht testosterongesteuert zwanghaft gewalttätig? Das aggressive Potenzial der Männer erleben wir in den Kriegen und kriegerischen Auseinandersetzungen um uns herum, ob wir nach Afrika, nach Palästina oder Syrien schauen. Männer bringen Männer um und daneben häufig auch Frauen und Kinder. In Massenvergewaltigungen, wie sie aus dem zerfallenden Jugoslawien oder heute aus Afrika berichtet wurden, scheint sich zudem ein direkter kollektiver Hass von Männern auf Frauen zu entladen.

Der Mann also schuld an den Kriegen und so die Ursache der vergangenen und der aktuellen Misere der Menschheit? Dazu brutaler Missbraucher, Vergewaltiger und Unterdrücker des weiblichen Geschlechts?

Die gesellschaftlichen Strömungen heute in Presse, Wissenschaft und Politik fördern solche Gedanken. Männern kann eigentlich nicht genug Negatives vorgehalten werden. Männer scheinen grundsätzlich schuld zu sein. Dann ist die Frau doch das bessere Wesen, das klügere und warmherzigere Geschlecht?

Vielleicht stellen sich viele Männer heute insgeheim diese Frage. Meine ersten Aufstellungsgruppen führte ich anfangs zusammen mit einer Kollegin durch. Wir hatten vereinbart, dass abwechselnd jeder eine Aufstellung durchführt und in der Schlussphase der andere dann noch etwas ergänzen kann. Wenn sie am Ende intervenierte, dann lag sich meist irgendwann jemand noch in den Armen. Das kam bei mir allein selten oder gar nicht vor. Das unterstützte meine nur halb bewusste Vorannahme: Frauen sind eigentlich das liebevollere Geschlecht! Als Mann bin ich da etwas minderwertig. Dieses Gefühl konnte ich auch nicht dadurch kompensieren, dass ich auch besondere Stärken hatte. Wo ich aufblühte und meine besondere Kraft entdeckte, waren Themen wie Krieg, Schuld und Verbrechen. (Typisch Mann?!) Hier konnte ich unterstützen und klären, aber das Gefühl, eigentlich nicht gut genug zu sein, kam doch immer wieder einmal auf. Gegen latente Schuldgefühle, ein Mann zu sein, sind Aufstellungen wirksam. Aufstellungen stärken einem Mann den Rücken. Denn sie wecken erst einmal in gleicher Weise Verständnis für jedes Individuum. Jeder gehört dazu, jeder hat seinen Platz, keiner ist besser oder schlechter. In Familienaufstellungen sind Männer und Frauen gleichwertig. Sie stehen sich gegenüber oder nebeneinander und sprechen mit dem anderen auf der gleichen Ebene. Mein Verständnis für diese Gleichrangigkeit ist durch Familienaufstellungen sehr gewachsen. Ich habe dadurch Männer und Frauen als viel ähnlicher kennengelernt. Mein Blick auf Frauen wurde realistischer. Ich glaube, davor war ich irgendwie „romantisch“, das Weibliche verklärend. Ich sah die Frauen insgeheim wirklich als das herzlichere und daher bessere Geschlecht.

Dass Frauen genauso mörderisch hassen können und keineswegs einen geringeren Zorn in sich tragen und auch ausleben als Männer, ist mir erst in Familienaufstellungen deutlich geworden. An der Oberfläche ist der Zorn lediglich sichtbar, dass Frauen manchmal wenig Achtung für Männer haben und oft auf sie herabsehen. So traten in Aufstellungen, in denen das Dritte Reich Thema war, über viele Jahre nur Männer als Täter und Nazis auf. Die Frauen schienen nur Opfer zu sein. Erst nach einer geraumen Zeit zeigte sich in meinen Aufstellungen auch die weibliche Seite.

Dazu eine Aufstellung. Der Klient hatte ein schlechtes Verhältnis zu seiner Frau und wollte es verbessern. Sein einer Großvater, der Vater der Mutter, war ein überzeugter Nazi gewesen, sein väterlicher Großvater dagegen ein Nazigegner. Die Eltern wanderten in die Schweiz aus, und der Mann wurde in der Schweiz geboren. In der Aufstellung sind stellvertretend die Ehefrau und der Ehemann, sein Vater und seine Mutter und seine beiden Großväter. Die Mutter will mit ihrem Vater, dem Nazi, nichts zu tun haben und schämt sich für ihn. Sie schaut ihren Sohn an und findet ihn schwach. Sie spricht hart und kalt zu ihm. Er bekommt Angst, und sie freut sich daran. Ich schlage ihr den Satz vor: „Ich bin grausam und freue mich an deinem Leiden.“ Sie stimmt zu, dann lasse ich sie sich zu ihrem Vater umdrehen: „Ich bin dir ähnlich, ich habe auch den Nazi in mir.“ Ja! Sie schaut ihn so voller Enthusiasmus an, dass ich beiden den Vorschlag zum Hitlergruß mache. Beide tun es voller Intensität. Dann lasse ich die Mutter sich wieder umdrehen. Sie ist weiter voller Verachtung für den Sohn, sodass ich ihr den Satz gebe: „Keine Gnade für die Schwachen!“ Sie äußert ihn voller Enthusiasmus. Dann sagt sie zum Sohn: „Ich bin voller Gewalt.“ Der Ehemann fühlt sich schwach. Seine Frau verachtet auch ihn. Ich lasse den Sohn (Klient) zum Vater der Mutter, dem Nazi, schauen und schlage ihm vor, neben den Großvater zu gehen. Vorsichtig tut er es schließlich, hat aber in dessen Nähe Angst. Es gibt einen Moment der Verbindung und Entspannung, dann löst er sich wieder und wird ganz klein und schwach. Plötzlich ist auch die Ehefrau des Klienten voller Verachtung und Kälte. Ihm gebe ich den Satz: „Du bist wie meine Mutter, du bist die richtige Frau für mich.“ Lachen und kurze Entspannung. Dann kommt die Kälte wieder, und es bleibt, wie es war, es tauchen keine Lösungsimpulse auf, und ich breche ab.

Ich selbst als Leiter kam für einen Moment in der Aufstellung innerlich ins Stocken, als ich der Mutter vorschlug, zum Sohn zu sagen: „Ich bin voller Gewalt.“ Das kann doch nicht sein, flüsterte eine innere Stimme, es ist doch die Mutter. Das war mein eigener innerer kleiner Junge, der erschrak vor der Wahrheit dieses Moments. Babys und Kleinkinder sind von ihrer Mutter völlig abhängig, ihr quasi ausgeliefert. Wird sie zornig auf ihr Kind, erlebt das das Kind als lebensbedrohlich.

Schon kleine Kinder mit ein paar Wochen können Menschen nach dem Geschlecht unterscheiden. Für den Sohn ist die Mutter noch fremder als für die Tochter. Vielleicht ist das der Grund, warum auch erwachsene Männer oft schwer mit dem Zorn ihrer Frau umgehen können. In den Duineser Elegien von Rilke hat mich ein Vers fasziniert: „Denn das Schöne ist nichts als des Schrecklichen Anfang, den wir noch grade ertragen, und wir bewundern es so, weil es gelassen verschmäh, uns zu zerstören.“ Ist das nicht die Mutter, gesehen mit den Augen des kleinen Kindes?

Das selbstverständliche Wissen um die Vielschichtigkeit auch des Weiblichen ist unserer Gesellschaft ein Stück verloren gegangen. Die Inder kennen wenigstens Kali als Göttin des Todes und der Zerstörung. Sie hat zehn Arme, eine Halskette aus Schädeln, einen Rock aus abgeschlagenen Armen, während ein totes Kind an ihrem Ohr hängt. Wir im christlichen Abendland haben nur Maria als die Mutter Gottes, ihren toten Sohn voller Schmerz im Schoß bergend. Aber beide Seiten gehören zum Menschen, zu den Männern wie zu den Frauen.

Wie im Großen so im Kleinen! „Wer ist schuld?“ Das scheint die wichtigste Frage zu sein, die auftaucht, wenn etwas schief läuft. Die Suche nach dem Schuldigen der heutigen Misere in der Welt allgemein und in der Beziehungswelt speziell scheint

unausrottbar. „Einer muss doch schuld sein!“ (Und der andere oder alle anderen dementsprechend unschuldig.) Wenn dann ein Schuldiger benannt worden ist, kommt Erleichterung auf. Denn jetzt hat man die Misere wenigstens gedanklich im Griff. Hinter solcher Schuldsuche steckt oft (auch) etwas Kindliches. Wenn einer die Schuld trägt, dann ist man den Geschehnissen und dem Leben nicht einfach ausgeliefert. Dann muss der Schuldige sich ändern, bessern oder bestraft werden – und es wird nie mehr geschehen. Man hat wieder die Illusion der Kontrolle.

Man nehme die Trennung eines Paares, bei der beide fast verzweifelt auf Schuldsuche sind. Das kann dann wechseln: „Der andere ist schuld.“ Zwischendurch mag es wieder einmal kippen: „Nein, ich bin schuld, weil ich nicht verständnisvoll genug war!“

Wie befreiend sind dann folgende Sätze in der Aufstellung, bei der es um die Trennung eines Paares geht. Mann und Frau stehen sich gegenüber. Dann sagt der Mann: „Ich übernehme meinen Teil der Verantwortung an der Trennung, und deinen Teil daran lasse ich dir.“ Dann sagt ihm die Frau das Gleiche: „Ich übernehme meinen Teil der Verantwortung an der Trennung, und deinen Teil daran lasse ich dir.“ Wenn es stimmig ist und beide ihre Verantwortung tatsächlich anfangen zu nehmen, können sie sich wieder in die Augen schauen und anders wahrnehmen als zuvor.

Liebe und Schmerz

Mann und Frau, die jetzt getrennt sind, schauen sich in die Augen, nehmen sich wahr. Dann geschieht etwas anderes. Der Schmerz, der bisher weggeschoben war, taucht auf. Denn Wut, Zorn und Schuldsuche dienen der Abwehr von einem Schmerz, der darunterliegt. Jetzt sieht jeder von beiden seine Verantwortung für die Trennung und nimmt sie auf sich. Und die Tatsache, dass diese Liebe zerstört ist, steht nackt im Raum. Beide waren am Anfang voller Engagement für diese Beziehung, voller Hoffnung, Wünsche und positiver Erwartungen. Beide taten ihr Bestes – und scheiterten trotzdem. Der gute Wille vom Anfang, der Einsatz hatten nicht genügt. Wenn der andere allein schuld gewesen wäre, dann hätte ich mir wenigstens nichts vorzuwerfen. So aber bleibt nur die Trauer. Es scheint einen tiefen Schmerz zu geben, den Männer und Frauen teilen. Jeder begegnet dem eigenen Alleinsein, der Einsamkeit und dem Getrenntsein. Gleichzeitig gibt es eine große Sehnsucht nach Heilung. Platon hat es im 5. Jahrhundert vor Christus in Athen als Geschichte auf den Punkt gebracht: Zu Beginn der Schöpfung gab es nur ein Wesen – klein, ein Körper, ein Hals und ein Kopf mit zwei Gesichtern, von denen jedes in eine andere Richtung blickte. So, als wären zwei Geschöpfe mit dem Rücken aneinandergesetzt, mit zwei verschiedenen Geschlechtern und mit vier Beinen und vier Armen. Das Wesen war sehr stark und wachsam. Deshalb waren die Götter der alten Griechen eifersüchtig, und Zeus spaltete mit einem Blitz dieses Geschöpf in zwei Teile, in einen Mann und eine Frau. Und nun fingen Männer und Frauen an, ihren verlorenen anderen Teil zu suchen, um in der Umarmung die alte Kraft wiederzuerlangen. „Wir wollen niemals auseinandergehen“, so begann ein bekannter Schlager aus meinen jungen Jahren. Der Titel spricht genau diese tiefe Sehnsucht nach Einheit und Verschmelzung an. Auch die Idee des „Soulmate“, des einzigartigen Seelenpartners, der irgendwo auf einen wartet, würde Platon sicherlich erfreuen.

Ich habe jüngst ein Buch gelesen, das mich sehr beeindruckt hat: „Der Wurm in unserem Herzen. Wie das Wissen um die Sterblichkeit unser Leben beeinflusst“. Der Autor Sheldon Solomon weist mit vielen überzeugenden Experimenten nach, wie Menschen in der Tiefe die Angst vor der eigenen Sterblichkeit bestimmt. Da gibt es eine Suche nach Weiterleben in der Kultur, um nicht dem Tod als Ende ausgeliefert zu sein. Auch die Idee vom Heldentum ist wie ein Traum von der Unsterblichkeit. Ich frage mich, ob diese Sehnsucht nach ewiger Liebe, die romantische Verklärung, nicht von den gleichen Wurzeln genährt wird.

Das Größere

Familienaufstellungen haben das Potenzial, uns in neue, größere Räume zu führen. Das „wissende Feld“, das wir Stellvertreter, Aufsteller und Zuschauer in einer Aufstellung erleben, verbindet uns mit einer machtvollen Energie, die wir sonst nicht unmittelbar so erleben. Und diese Energie gibt bisweilen eine Grundlage, um zu den tieferen Fragen des Lebens zu schauen. Das gilt für den „aufgestellten Mann“ genauso wie für die „aufgestellte Frau“.

Aufstellungen bringen uns in Kontakt mit etwas Geheimnisvollem, was nicht wirklich fassbar ist. Was ist Liebe? Was ist das Geschenk des Lebens? Was ist der Tod? Wer bin ich als Kind einer Familie? Und wer bin ich jenseits davon? Solche Fragen lassen sich nicht durch ein paar Sätze beantworten. Und wenn das jemand versucht, dann sind diese Sätze ungenügend und unzureichend.

Bert Hellinger hat Sätze gefunden, die bei einem Paar direkt in diese Richtung weisen. Mann und Frau in einer Beziehung stehen sich gegenüber. Jeder sagt zum anderen: „Ich achte dich und das Größere, was mich und dich führt.“

Als Leiter oder Leiterin einer Aufstellung trage ich dazu bei, dass der innere Raum sich öffnet, in dem etwas Geheimnisvolles auf einer tieferen Ebene verstanden wird. Das geschieht nicht durch eine neue Erklärung oder besondere Aufstellungsmethodik. Wenn sich der Raum dafür öffnen darf, wird das, was man „Seele“ oder „Geist“ nennen kann, spürbar,

Dabei ist das Wesentliche einfach. Wenn ein Kind seiner Mutter oder seinem Vater für das Leben dankt, kann dieser Dank bis in eine wortlose Verneigung vor dem Leben an sich reichen. Wenn ein Mann und eine Frau sich gegenüberstehen und beide ihre Liebe und Verbundenheit spüren, dann darf auch das in immer tiefere und weitere Dimensionen gehen.



Dr. Bertold Ulsamer
ulsamer.com