

Trauma und Paradiesaufstellung. Heilsein jenseits der Person.

Jens Magerl

1. Grundsituation

Wir alle kennen Menschen, die vom Leben heftig geschüttelt, gebeutelt und geschunden wurden. Ihre Biografie ist zerkratzt, verbeult, demoliert. Hier treffen wir auf Krankheit, Geldnot, Verlust, auf Gewalt und auf Tod. Viele sind traumatisiert. Manchmal können Therapeuten Linderung schaffen. Manchmal aber auch nicht.

Kaputt ist kaputt, oder? Was bleibt von einem Menschen, wenn alles in Scherben liegt?

2. Unsere Identität

Heben wir den Blick vom Scherbenhaufen und schauen zunächst noch einmal auf das, was da vorher stolz und zufrieden, zumindestens halbwegs aufrecht stand. Ich spreche von der Person. Ursprünglich bedeutet dieses griechische Wort Maske. Heute verwechseln wir manchmal die Maske mit dem Gesicht oder gar mit dem inneren Wesen.

Unsere Person ist charakterisiert durch die Daten, die im Lebenslauf stehen. Zensuren und Zertifikate. Siege und Niederlagen. Ein Koffer voller Hoffnungen, ein Geheimfach mit stillen Sehnsüchten, eine Handvoll Enttäuschungen. Freunde und Feinde. Aus diesem Stoff formt sich unsere Identität. Jedenfalls die äußere Hülle.

Schauen wir eine Schicht tiefer, so sehen wir, wie die Person ins Familiensystem eingeflochten ist. Unsere Person ist innig mit anderen Menschen verknüpft, mit Lebenden und mit Toten. Wir sind an eine im Unbewussten liegende Datenbank namens „Familiengedächtnis“ angeschlossen, die viele Generationen zurückreicht. Auf dieser Ebene arbeiten wir mit Familienaufstellungen.

Wenn wir noch eine Schicht tiefer gehen, gelangen wir zu den kollektiven archetypischen Erinnerungen. Mythische Erzählungen sind ein Schlüsselloch, durch das wir einen Blick auf diese verborgenen Grundlagen unserer Identität werfen können.

Diese drei Ebenen (Biografie, Familie, kollektive Erinnerungen) gehören zu unserer Person, zu unserer Identität. Manches davon ist uns bewusst. Das meiste aber wirkt im Verborgenen.

Wie es scheint, sind wir größer, als wir wissen. Sogar größer als wir glauben. Vielleicht kennen wir den größeren Teil von uns noch gar nicht.

3. Im Trümmerhaufen

Der größere Teil von uns ... was hat es damit auf sich?

Wir haben auf der Suche nach unserer Identität tief gegraben und sind auf unsere Biografie, unsere Familiengeschichte und auf kollektive Erinnerungen gestoßen. Und vielleicht kratzen wir trotz aller Tiefe noch immer bloß an der

Oberfläche.

Was, wenn die drei genannten Ebenen nur die äußere Hülle unseres eigentlichen Wesens sind? Wenn das, was wir für unsere Identität halten, nur die Maske von etwas viel Größerem ist?

Irgendwann passiert es wie von selbst. Das Leben setzt uns Maske um Maske ab. Der Körper geht kaputt. Der Geist verabschiedet sich. Die Person löst sich auf.

Spätestens im Augenblick unseres Sterbens werden wir erfahren, ob etwas unter der Maske steckt. Menschen mit Nahtoderfahrungen berichten übereinstimmend davon. Menschen, die mystische Erfahrungen gemacht haben, erzählen das Gleiche.

Die uns vertraute Identität löst sich auf, und etwas Neues zeigt sich. Während des Sterbens können wir eine der beeindruckendsten Erfahrungen unseres Lebens machen.

Sobald die Person verschwindet, erscheint etwas Großes und Weites. Enge, Sorgen und Schmerzen verschwinden. Mit einem Mal sind wir voller Glück mit der Welt verbunden. Wir sind voller Kraft und Energie, voller Freude und Gesang. Wir sind ein Teil des Großen und Ganzen.

In diesem Zustand „jenseits der Person“ sind wir heil. Verletzungen und Traumata befinden sich innerhalb der Persönlichkeit. Das, was tiefer liegt, ist davon unberührt. Es sollte also möglich sein, dass wir in den Trümmern unseres Lebens auf etwas Unerwartetes stoßen.

4. Potenzial und Kraftquelle

Wir machen uns viel kleiner, als wir sind. Wer wir in der Tiefe sind – das übersteigt unser Vorstellungsvermögen. Für den logischen Verstand ist dies alles nur schwer zugänglich. Und doch haben die meisten von uns irgendwann die Erfahrung dieses „Großen“ gemacht.

Für Kinder, die selbstvergessen ins Spiel versunken sind, ist dies alles eine Selbstverständlichkeit. Und wir waren alle einmal Kinder. Innig Verliebte werden ahnen, wovon ich spreche.

Ich nähere mich unserer Gedankenkonstruktion mit einem anderen Bild: Auf dem Tisch steht eine gläserne Flasche. Sie symbolisiert meine Person. Ihr Inhalt, das sind meine Lebenserfahrungen. Die Flasche birgt das Elixier meines Lebens, gibt die Form, macht meine einzigartigen Erfahrungen erst möglich. Gleichzeitig aber ist sie eine Grenze. Sie grenzt innen und außen voneinander ab.

Wenn die Flasche zerbricht, verschwindet die Form. Es verschwinden innen und außen. Außen und innen sind wieder verbunden. Die Flasche gab Form und Halt. Ohne Flasche gibt es Weite und Verbundenheit.

Im Alltag beschränkt sich mein Leben meistens auf den Raum innerhalb der Flasche. Der Gedanke, dass auch der Raum außerhalb der Flasche zu mir gehören könnte, ist schwindelerregend. Was für ein Potenzial!

Die Verbindung mit dem „Großen und Ganzen“ wird von vielen als

paradiesischer Zustand beschrieben.

In unserem Kulturkreis gehört die biblische Geschichte vom Paradies zum kollektiven Wissensschatz. Lauschen wir achtsam, vielleicht gibt uns die Geschichte ein Geheimnis preis. Oder wenigstens eine Erkenntnis.

5. Die Geschichte vom Paradies

Diese Geschichte ist älter als die Bibel.

In mythologischen Geschichten sind wesentliche menschliche Grunderfahrungen in destillierter Form zusammengefasst. Diese Geschichten sind Landkarten, in denen in Bilder-Codes unsere Lebensmöglichkeiten dargestellt sind. Verschiedenste Lebenswege sind aufgezeichnet. Die Weisheit und Lebenserfahrung von Hunderten oder tausenden Generationen ist in diese Geschichten eingeflossen. Philosophie, Psychologie, Erkenntnislehre, Spiritualität, Ökologie, Utopie ... alles ist enthalten. In mythologischen Geschichten finden wir Wissen in hochverdichteter Form. Dieses Wissen wird nicht als abstraktes Traktat darboten, sondern in Bildersprache.

Wir alle wissen aus Aufstellungen, wie eindrucksvoll, emotional und tief ein „lebendiges Bild“ sein kann – und wie viele Buchseiten man füllen muss, um dies einigermaßen angemessen in sachlichen Worten zu beschreiben.

Die akademische Schrift wendet sich vor allem an die logische linke Gehirnhälfte. Die (wesentlich leistungsfähigere) rechte Gehirnhälfte arbeitet mit der Sprache der Bilder.

Mir scheint, dass „die Alten“, welche uns die mythologischen Landkarten hinterlassen haben, keineswegs primitiv waren. Sie haben lebensnotwendige Informationen verdichtet und in Bildersprache für die Nachwelt konserviert. In einem fünf Minuten langen Film können die Informationen von 5 Kilogramm Fachbuch stecken.

Und jetzt die Geschichte. Die meisten kennen sie von Kindesbeinen an. Das Paradies ist ein von Gott geschaffener Garten. Die Menschen werden von Gott aus der Erde dieses Gartens geformt, ebenso die Tiere. Im Paradies gibt es weder Krankheit noch Tod. Menschen und Tiere sprechen dieselbe Sprache. Gott ist so selbstverständlich da wie die Luft. Man kann sehr leicht mit ihm oder mit ihr kommunizieren – das geht so einfach wie atmen. Die Menschen sind nackt – es gibt nichts zu verbergen. Und es herrscht Frieden. Der Hase schläft (sozusagen) auf dem Bauch des Tigers. Alle sind innig miteinander verbunden. Das Paradies ist der Ort der Verbundenheit, des Einsseins.

Im Garten gibt einige Bäume mit besonderen Kräften. Den „Baum des Lebens“, den wir auch aus vielen anderen Geschichten kennen. Und den „Baum der Erkenntnis von Gut und Böse“. Dieser Baum spielt für uns Menschen eine besondere Rolle. Gott warnt: „Wenn ihr von diesem Baum esst, fliegt ihr raus aus dem Paradies.“ Denn dieser Baum ist eine Art Schleudermaschine, ein Katapult.

Dann kommt die Schlange und lockt die Menschen. Sie lockt mit der Aussicht auf große Macht. „Wenn ihr von diesem Baum esst, werdet ihr wie Gott sein!“ Wozu eigentlich braucht jemand Macht, der mit allem glücklich verbunden ist und der alles hat, was er braucht? Diese Frage ist eindeutig außerparadiesisch. Die Menschen essen von der „Frucht der Erkenntnis von Gut und Böse“ und fliegen tatsächlich aus dem Paradies raus. Ein Engel mit Flammenschwert

bewacht von nun an den Eingang. Und die Menschen? Von nun an leben sie im steinigen Land, auf dem Disteln und Dornen wachsen. Jede Frucht muss dem Boden in harter Arbeit abgerungen werden.

Das Land der Disteln und Dornen kennen wir. Das ist unser Alltag. Und das Paradies ist weit weg – meistens begegnet es uns als wehmütige Sehnsucht. Gibt es sonst noch etwas, was diese alte Geschichte zu unserem Thema Trauma/Identität/Heilung beitragen kann?

Zunächst einmal: Das Paradies liegt in der Ewigkeit, außerhalb der Zeit. Es geht also nicht um die Beschreibung einer zeitlichen Reihenfolge oder um eine Entwicklungsgeschichte des Menschen. Es geht nicht um Entwicklung. Es geht um das tiefste Wesen von uns Menschen.

Die Geschichte sagt: Wir stammen aus dem Paradies. Wir sind aus paradiesischem Stoff geformt. Und Paradies bedeutet: Wir sind glücklich mit dem großen Ganzen verbunden. Wir sind eins. Das ist unser tiefstes Wesen. Das ist unser natürlicher Zustand.

Durch das Essen der „Frucht“ verlassen wir die Dimension der Einheit und Verbundenheit. Wir stürzen in die Dimension der Dualität. Hier gibt es Gut und Böse, Fülle und Mangel, Freund und Feind.

Es ist wichtig, dies zu verstehen: Verbundenheit und Getrenntsein sind unterschiedliche Lebensweisen. Wer sich in die Dualität begibt, verlässt die Einheit, verlässt das Paradies. Das ist für mich der Knackpunkt der Geschichte: Es geht um Einheit und um Dualität. Verschiedene Dimensionen, verschiedene Möglichkeiten.

Und der Engel, der die Tore zum Paradies bewacht, ist unser eigener dualistischer Geist. Das Paradies ist nicht vernichtet, nicht einmal verschlossen. Der Wächter, der den Rückweg versperrt, ist unser eigener Geisteszustand. Der Engel mit dem Flammenschwert steckt in unserem Gehirn, in der Art, wie wir die Welt wahrnehmen. Solange der Wächter jeden eintreffenden Sinneseindruck bewertet und in „nützlich“ oder „gefährlich“ einteilt, so lange leben wir im Land der Disteln und Dornen, in Gefahr und Mangel, in der Dualität, abgeschnitten vom Paradies.

Das ändert aber nichts an unserem paradiesischen Wesen.

Immer noch ist unser innerstes Wesen paradiesisch, glücklich verbunden mit allem und jedem. Vielleicht sind wir deshalb so tief berührt, wenn wir kleine Kinder im Arm halten. Sie erinnern uns an unser Wesen. Kinder, Träumende und Verliebte können glücklich mit dem Augenblick verschmelzen, sodass für ein Weilchen die Zeit aufhört. Für diese zeitlose Zeit sind sie im Paradies.

6. Paradies und Aufstellung

Fassen wir noch mal zusammen. Wir sind aus paradiesischem Stoff gemacht, und mit dieser „Grundausstattung“ leben wir im Land der Disteln und Dornen. Wir können unser ganzes Leben in diesem dornigen Land verbringen, ohne uns um unsere paradiesischen Möglichkeiten zu kümmern. Dabei steht es uns frei, immer mal wieder zwischen diesen beiden

Lebensmöglichkeiten zu wechseln.

Die Maske/die Person/die Flasche bietet uns Form und Überschaubarkeit – ein Leben in Dualität mit allem, was dazugehört.

Jenseits der Person, außerhalb der Flasche sind wir mit allem verbunden. Sobald wir aus der Zeit heraustreten, sind wir im Paradies. Hier liegen unsere tiefen Potenziale.

Und welchen praktischen Nutzen können wir aus diesen Überlegungen ziehen?

Kehren wir zum Ausgangspunkt unserer Überlegungen zurück. Wir treffen auf Menschen, die in den Trümmern des Lebens sitzen, Menschen mit seelischen Verletzungen.

Wenn alles kaputt zu sein scheint ... vielleicht erscheint gerade dann eine unerwartete Kraft ... und wenn das tatsächlich so ist, dann sollten wir diese Kraft auch nutzen.

Was gilt es bei Trauma-Aufstellungen zu beachten?

Beim Aufstellen traumatischer Themen ist vor allem auf einen sicheren Rahmen für Klienten und die anderen Beteiligten zu sorgen.

Retraumatisierung ist zu vermeiden. Dazu brauche ich eine gute Portion Lösungsorientierung und jede Menge Kraftquellen und Ressourcen. Eine der großen Kraftquellen kann das „Paradies“ sein – unser unermessliches Potenzial jenseits der Person.

7. Aufbau der Aufstellung

Sicherheit und Kraftquellen sind für mich Grundkomponenten einer Trauma-Aufstellung. Deshalb nähere ich mich dem Geschehen auf abstrakte Weise. (Auf „naturalistischem“ Wege ist mir die Gefahr, ins alte Trauma-Geschehen abzurutschen, zu groß.)

Ich beginne mit einer Triade, in diesem Fall mit Kind, Krieger, Weiser. Bei diesen „Figuren“ ist die Gefahr eines Zurückfallens in alte Opfer-Täter-Muster überschaubar. Eine Retraumatisierung ist wenig wahrscheinlich, weil es sich hier von Natur aus um innere Anteile und zugleich um archetypische Kraftquellen des Klienten handelt. Trotz dieser strukturellen Sicherheitsmaßnahmen ist natürlich ständige Aufmerksamkeit geboten.

Sehr wertvoll ist die in eine Triade eingebaute Zeitebene. Jeder beliebigen Triade 1–2–3 ist das Muster Vergangenheit(1)–Gegenwart(2)–Zukunft(3) eingeschrieben. Das Kind steht also für die Vergangenheit, der Krieger für die Gegenwart und der Weise für die Zukunft. Von diesen Zeitebenen können wir wichtige Zusatzinformationen ablesen.

Ich beginne die Aufstellung mit einer „nackten“ Triade. Drei innere Anteile des Klienten, sonst nichts. Zustand und Beziehungen werden erfragt. Wir haben einen ersten Eindruck vom Klienten in einer einigermaßen sicheren Umgebung.

Als zweite Stufe stelle ich eine Person für das Thema herein. Meistens bringt das eine starke Veränderung. Die Lage spitzt sich zu. Ich gehe die Schritte, die gegangen werden müssen. Wenn wir zu einer guten Lösung kommen, ist

alles gut und ich kann die Aufstellung beenden.
Bisher bewegen wir uns noch im „Spielfeld der Person“.

Immer wieder aber bleiben Aufstellungen im Schmerz und in der Lähmung stecken. Zu übermächtig sind die schrecklichen Erlebnisse. Es geht nicht weiter. Der „schwarze Strudel“ hat die Beteiligten fest im Griff. Jede Bewegung ist erstarrt. In diesem Fall ist es interessant, die Figur des Paradieses dazuzustellen.

Das Paradies ist eine mächtige Ressource, von der oft die Kraft für die entscheidenden weiteren Schritte kommt. Es ist kein Joker und auch kein Zaubertrick. Das Paradies ist eine reale Kraftquelle, die sich uns manchmal zeigt, wenn wir mit unserem Latein und mit allem anderen am Ende sind. In den Trümmern, wenn eigentlich alles zu spät ist.

Mit dem Paradies verlassen wir mit einem Fuß das gewohnte Spielfeld und orientieren uns „jenseits der Person“.

Grundbausteine einer Paradiesaufstellung sind also:

1. eine Triade
2. das Thema (z.B. Symptom)
3. das Paradies

8. Beispiele

1. „Es ist noch nicht so weit.“

Eine junge Frau hat seit Monaten starke Schmerzen in den Armen, die sich schulmedizinisch nicht zufriedenstellend erklären und behandeln lassen. Die Schmerzen schränken sie stark im Alltag und im Beruf ein. Im Rahmen eines Aufstellungsseminars wollen wir nach der psychosomatischen Seite dieses Themas schauen. Aus unserem Gespräch habe ich Informationen über die Familiengeschichte.

Wir beginnen mit der Triade Kind–Kriegerin–Weise. Die drei stehen in großem Abstand und schauen sich abschätzend an. Sie fühlen sich unvollständig.

Als das Thema dazukommt, werden die drei unruhig. Das Thema schaut sich unsicher im Raum um, dann verzieht es sich nach außerhalb und setzt sich hin: „Mich braucht hier niemand.“ Die Weise aber holt es „aus Vernunftgründen“ in die Runde zurück.

Es liegt in der Luft, dass man sich mit dem Thema befassen müsste. Aber wer? Das Kind soll sich dem Thema nähern, so wird beschlossen. Doch das Kind hat keine Lust. Wohlgermerkt: Es geht nicht um Angst, sondern um „keine Lust“.

Ich stelle die Kriegerin als Unterstützung zum Kind. Das Thema bekommt sofort Schmerzen, die von den Händen bis in die Ellenbogen steigen (entspricht exakt dem Symptom der Klientin). Sobald sich die Kriegerin zurückzieht, verschwinden auch die Schmerzen wieder.

Vorläufig entlasse ich die Kriegerin aus ihrer Rolle. Sie ist beleidigt, aber sie fügt sich. Von ihrem Stuhl aus verfolgt sie verkrampft-wachsam die Geschehnisse.

Die Stimmung auf dem „Spielfeld“ wird spielerisch. Leichtfüßig und verspielt nähert sich das Kind dem Thema. Die Härte ist verschwunden. Der Kontakt mit dem Thema macht alle weich, auch die Kriegerin auf ihrem Stuhl. Nun

kann sie auch wieder hereinkommen und ist nicht länger bedrohlich.
Zwischendurch ein paar deutende Gedanken.

Offensichtlich spielt das Thema eine zentrale Rolle. Und zugleich gibt es eine Art Tabu, das Thema anzuschauen. Dem Thema selbst ist das Angeschautwerden peinlich. (Aus dem Gespräch mit der Klientin weiß ich, dass ihre Mutter ein schweres Trauma erlitten hat.)

Alle Erwartungen liegen beim Kind (Vergangenheit). Das zeigt, dass es um ein altes, vergangenes Thema geht. Doch das Kind fühlt sehr präzise, wie heikel und zerbrechlich die Situation ist („keine Lust“). Die forsche, fordernde Gegenwart (Kriegerin) muss sich für eine Weile zurückziehen, denn diesem Thema kann man sich nur behutsam und leichtfüßig nähern. Die Lösung liegt in einer achtsamen Annäherung an das unerlöste Thema der Mutter.

Weiter in der Aufstellung. Um den Prozess zu intensivieren, stelle ich das Paradies dazu. Alle protestieren. Es ist eindeutig: Das Paradies ist (noch) nicht dran. Hier geht es um die sanfte und innige Verbindung mit dem Thema. Das Thema will gesehen, gefühlt und genommen sein. Wenn das gelingt, ist viel erreicht. Mehr geht nicht, mehr ist auch nicht gefragt. Die vorhandenen Ressourcen sind noch lange nicht ausgeschöpft. Diese Aufstellung kam „innerhalb der Person“ zu einer Lösung.

2. „Wenn ich die Rüstung öffne ...“

Irene ist eine bildschöne junge Frau von nahezu perfektem Äußeren. Kein Detail von Kleidung und Frisur wurde dem Zufall überlassen. Sie sucht eine liebevolle Beziehung zu einem Mann – das ist ihr Aufstellungsthema. Wir beginnen wieder mit den drei inneren Kräften: Kind–Kriegerin–Weise.

Sofort zeigt sich, dass die Weise die Chefin ist. Sie muss alles kontrollieren, selbst die kleinste Bewegung, am liebsten auch noch die Gedanken der anderen. Das ist extrem anstrengend.

Ich drehe die Weise mit dem Gesicht nach außen. Sofort bekommt die Klientin (außerhalb der Aufstellung) starke Kopfschmerzen. Ich drehe die Weise zurück – augenblicklich sind die Kopfschmerzen wieder verschwunden. Das wiederhole ich mehrere Male. Wie auf Knopfdruck kommt es immer zum selben Ergebnis. Von Mal zu Mal gibt es eine Verschärfung: Es kommen Hustenanfälle, Schmerzen in der Brust und zitternde Beine dazu.

In diesem ersten diagnostischen Bild sehen wir deutlich, dass sich für die Klientin alles darum dreht, die Kontrolle zu behalten. Das Nachlassen der Kontrolle löst augenblicklich unangenehme körperliche Reaktionen aus. Welches Thema muss hier so dringlich bewacht werden? (Ich kenne die Klientin nicht und habe auch keine Hintergrundinformationen.) Klar ersichtlich ist, dass es ein schweres traumatisches Ereignis im System gibt. Ich entscheide mich, meine Vermutungen zurückzustellen und dieses Thema abstrakt und indirekt zu behandeln. Dafür brauche ich im Moment keine konkreten Informationen.

Weiter in der Aufstellung. Das Kind stellt sich neben die Kontrolle/Weise; die Szene wird etwas milder. Aber lange kann es das Kind an diesem Platz nicht aushalten, auch wenn es sein Bestes tut, die Weise zu unterstützen.

Der Zwang zur Kontrolle verzehrt alle Kräfte und jede Bewegungsmöglichkeit. Das System ist erstarrt.

Der Schlüssel zur Lösung liegt beim Kind. Aber das Kind ist zu schwach. Verschiedene Versuche, das Kind zu stärken, enden in Erstarrung.

Die Figur des Kindes steht einerseits für die Ressource des inneren Kindes, andererseits für die Vergangenheit. Zukunft gibt es (im Erkenntnishorizont dieses Systems) nur, wenn jede Regung unter Kontrolle gehalten wird. Die Gegenwart ist schwach und handlungsunfähig; die Kriegerin spielt momentan keine Rolle. Die Liebe aber, nach der sich die Klientin sehnt, ist eine Kraft der Gegenwart.

Ich verzichte darauf, das Thema explizit aufzustellen. Das würde noch tiefer in die Erstarrung hineinführen.

Stattdessen stelle ich in einiger Entfernung das Paradies auf.

Etwas Erstaunliches passiert. Die Weise fängt an zu zittern, Schweiß tritt auf ihre Stirn. Das Gleiche passiert mit der Klientin. Husten, Würgen und Kopfschmerzen kommen dazu. Das Paradies erzeugt großen Stress. Jetzt ist der Zeitpunkt gekommen, die Klientin mit in die Aufstellung hinein-zubitten. Sie und die Weise bekommen Stühle, um ihnen die körperliche Belastung erträglicher zu machen. Zugleich werden die Stühle als „sicherer Ort“ definiert, was die Lage sofort ein wenig verbessert. Wir treffen alle nötigen Sicherheitsmaßnahmen für die nächsten Schritte.

Das Kind wird neugierig aufs Paradies. Verwegen wagt es sich einen Schritt nach vorn. Die Symptome der Weisen und der Klientin verschärfen sich. Das Kind geht trotzdem weiter. Die Weise sagt: „Wenn ich lockerlasse, kann es passieren, dass der ganze Laden hier explodiert. Und gleichzeitig beneide ich das Kind. Ich habe eine riesige Sehnsucht nach dem Paradies. Es ist mein größter Wunsch, dort zu sein! Und meine größte Angst.“ Das Kind antwortet: „Ins Paradies kommst du nur, wenn du die Kontrolle aufgibst.“ Das Kind geht voran. In einem langsamen Prozess folgen die anderen. Die Weise und die Klientin beginnen sich zu entspannen; die Symptome verschwinden. In dem Maße, wie sich die Weise entspannt, gewinnt die Kriegerin Kraft. Die Kriegerin steht für die Gegenwart. Liebe findet immer nur in der Gegenwart statt. Die Stärkung der Gegenwart ist die Grundlage für die Liebe, nach der die Klientin sucht.

Das Paradies ist eine Kraft von außerhalb der Maske/der Person/der Rüstung. Sie kann uns nur berühren, wenn wir die Rüstung öffnen.

3. „Willkommen zu Hause!“

Ein älterer Herr steckt in einer schweren Lebenskrise. Seine Frau verlässt ihn, er verliert seine Arbeit und hat keine Idee, wie es weitergehen kann.

In einer Einzelsitzung arbeiten wir heraus, dass es im Kern um das Thema „innere Heimat“ geht. Seine Kindheit war von Aggression und Brutalität geprägt. Seit seiner Jugend hat er immer wieder mit Depressionen zu tun.

Auch hier nähern wir uns dem Anliegen im Rahmen eines Seminars mit einer Paradiesaufstellung.

Das Kind ist todtraurig und von aller Welt verlassen. Es kniet erstarrt auf dem Boden. Der Krieger ist sehr wehrhaft und beschützt das Kind. Aber helfen kann er nicht. Der Weise ist ratlos.

Das Thema haben wir inneres Zuhause genannt. Es müht sich nach Kräften um das Kind, kann es aber nicht erreichen. Niemand hat Zugang zu diesem verlassenem, verlorenen Kind. Hier ist die Welt zu Ende. Die einzige Bewegung, die in diesem Rahmen noch vorstellbar wäre, ist die Bewegung in das „schwarze Loch“ hinein. Das aber würde mit großer Wahrscheinlichkeit zu einer Retraumatisierung führen.

Ich erweitere den Rahmen und stelle das Paradies dazu. Augenblicklich ändert sich die Stimmung. Die traurige Schwere verwandelt sich in eine Art ehrfürchtiges Staunen. Das Kind hebt den Kopf, fängt an, die Welt ringsherum wahrzunehmen. Es kommt zu einer innigen Verbindung mit der inneren Heimat. Alles ohne Worte und in einer (tatsächlich) heiligen Atmosphäre. Alle sind tief berührt.

9. Nachklang

Viele Fragen bleiben offen.

Der Grundgedanke heißt: Im Augenblick des tiefsten Absturzes, wenn ich von allen guten Geistern verlassen bin, wenn meine Kräfte, mein Lebenswerk und meine letzte Hoffnung zu Staub zerfallen ... in diesem Augenblick öffnet sich meine größte Kraftquelle. Es geht darum, sie wahrzunehmen. Was dann passiert, ist jenseits der Kontrolle, weil jenseits der Person.

Diesen Gedanken habe ich in eine Aufstellungsform für „extreme Situationen“ übersetzt. Viele Varianten sind möglich. Wenn die vorgestellte Version zu eigenen und neuen Formen anregt, macht mich das glücklich. Ich freue mich ausdrücklich über Rückmeldungen und Erfahrungsaustausch. Typisch für systemisches Arbeiten ist die Bewegung vom Engen ins Weite, von der Fokussierung des Problems hin zum größeren System. Der hier vorgestellte Blick auf das jenseits der Person Liegende möchte diese Bewegung zum Großen hin unterstützen.