

Gehen mit dem Geist

Ein Lehrbuch für das geistige Familienstellen nach Bert Hellinger
Thomas Gehrmann und Ursula Steinbach
Verlag ISM – Kassel, 2. überarbeitete Auflage, 2015

Weitere Auszüge aus dem Buch

Die vier Feinde des Wissens

Das Wissen, um das es hier geht, ist das lebendige Erkennen im Moment. Vielleicht wäre Bewusstsein der bessere Begriff oder: bewusstes, waches Sein. Hellinger bezieht sich in seinem Vortrag über die „vier Feinde des Wissens“ (video 1.12)¹ auf die Lehren des Tata Cachora, bekannt aus Castanedas „Lehren des Don Juan“: „Ich war sehr beeindruckt von Don Juan. Castaneda beschreibt Don Juan, den Schamanen. Sein [Castanedas] erstes Buch habe ich so durchgeblättert. Da war nicht viel drin – außer zwei Seiten, die mich verwandelt haben und die mich bis heute begleiten. Das Thema war ‚Die vier Feinde des Wissens‘. Ich kann das mehr oder weniger auswendig.

Der erste Feind des Wissens ist die Furcht. Und wer die Furcht überwunden hat, kann das Wissen nicht mehr verlieren. Und dann kommt der nächste Feind. Der nächste Feind ist die Klarheit. Wer die Klarheit überwunden hat, der trifft seinen nächsten Feind: das Bedürfnis nach Macht. Und wer diesen Feind auch überwunden hat, der trifft seinen nächsten Feind. Und den kann man nicht ganz überwinden. Das ist das Bedürfnis nach Ruhe. Ich erläutere das jetzt.

Also, was ist die Furcht von vielen, die diese Arbeit machen? Die schlimmste Furcht ist die Angst, was andere über sie sagen. Könnt ihr das nachspüren? Hätte ich diese Angst gehabt, hätte ich keine Bücher schreiben dürfen. Das ist die am weitesten verbreitete Angst. Und durch diese Angst bleiben wir Kinder. Eine andere Angst ist zum Beispiel, Klienten zu verlieren. Wer diese Angst hat – wird der Geist ihn führen, zu neuen Erkenntnissen führen? Zu neuen Abenteuern führen? Also, das ist der entscheidende Schritt: Wie überwinden wir die Angst? Wer die Furcht überwunden hat, der kann das Wissen nicht verlieren. Wer da drüber ist, hat den entscheidenden Schritt gemacht. Er gewinnt Klarheit. Und die Klarheit kann er nicht verlieren, weil er die Furcht überwunden hat. Aber die Klarheit ist sein nächster Feind. Er wird zum Beispiel festgelegt darauf, was richtig ist in der Lehre und was falsch. Da gibt es ein Curriculum, nach dem sich alle richten müssen. Und nach dem ich mich natürlich auch richten müsste. Also, die Klarheit wird festgeschrieben, sie wird dann ‚klassisch‘ genannt. Und dann geht’s nicht mehr weiter.

Ich wende das einmal auf die konkrete Praxis an, auf das Familienstellen. Wie viele praktizieren das Familienstellen? Und erfolgreich, sie haben Klarheit. Und weil sie denken, dass sie die Klarheit haben, bleiben sie stehen. Das Meinen, sie hätten die Klarheit, steht dem Fortschritt im Wege. Wer sich aber diesem Feind stellt, indem er über jede Klarheit hinweggeht ins Nächste, auf Neues und Größeres zu, der hat diesen Feind überwunden.

Und indem er diesen Feind überwunden hat, gewinnt er Macht, auf vielerlei Weise. Und jetzt gilt es, diesen Feind zu überwinden und auf die Macht zu verzichten. Zum Beispiel auf die Kontrolle zu verzichten, sondern es einer größeren Bewegung überlassen. Und das ist ein seliger Zustand. Wer die Macht überwunden hat, lebt unbekümmert, ohne Sorge, weil von größeren Kräften geführt und getragen.

Ja, und jetzt kommt der letzte Feind: das Bedürfnis nach Ruhe. Das hatte ich mit 65. Ja, ich habe den Feind überwunden, bis jetzt. Okay, jetzt versteht ihr etwas von einer Gesamtbewegung und dass die Bewegung, in die ihr mit mir eintretet, eine offene Bewegung ist und bleibt.“

Anmerkungen zur Angst

Wie überwinden wir also die Angst? Der erste Schritt, für den wir Mut brauchen, ist die Wahrnehmung, *dass* wir Angst haben, wenn es so ist. Auch hier gilt Hellingers Satz: „Die Wahrheit, ans Licht gebracht, ist immer heilsam.“ Außerdem gibt es an der Angst auch etwas Gutes, zum Beispiel: Wer weiß, was Angst ist, der weiß auch, was Mut ist. In dieser Hinsicht hat jeder alles, was er braucht, um die Angst zu überwinden.

Was ist denn die grundlegende Angst? Wir denken oft: Am meisten fürchten wir den Tod oder Krankheit und Siechtum. Oder den Verlust einer geliebten Person. Nicht nur bei kämpfenden Soldaten, auch im Straßenverkehr oder auf Skipisten können wir beobachten, wie wenig die Angst vor Tod oder Siechtum unser Verhalten beeinflusst.

Eher sagen wir anderen, die wir nicht verlieren wollen: „Fahr vorsichtig! Geh da nicht hin.“ Wir haben Angst davor, allein zurückzubleiben. Wenn wir alt genug geworden sind, haben wir jedoch auch schon erfahren, dass wir immer wieder geliebte Menschen (oder auch Tiere) verlieren und dass wir diesen Schmerz sowohl tragen müssen als auch können.

Es gibt aber noch eine Angst, deren wir uns nur selten bewusst werden, obwohl (oder weil) wir in jedem Moment unbewusst damit umgehen. Unser Gewissen passt ständig auf, dass wir nichts tun, womit wir die Zugehörigkeit zu unserer Gruppe riskieren, vor allem zu unserer Familie. Dafür riskieren wir im äußersten Fall lieber Tod, Krankheit und Siechtum. Die Angst, nicht mehr dazugehören zu dürfen, bestimmt unser Verhalten umso grundlegender, je weniger wir es merken.

Hellinger sagt: „Die schlimmste Furcht ist die Angst, was andere über uns sagen.“ Zum Beispiel die Teilnehmer an unseren Kursen. Die werden uns mit anderen Aufstellern vergleichen oder an dem messen, was sie anderswo über die Aufstellungsarbeit gelernt haben. Wenn wir in ihren Augen nicht bestehen, werden sie unsere Schande in die Welt posaunen!

Wenn wir Angst vor der Gruppe haben, können wir dann irgendjemandem helfen? Wir haben im Kapitel über die Rolle des Aufstellungsleiters eine Übung von Joël Weser beschrieben: Mache dich innerlich weit, nimm die ganze Gruppe in den Blick mit jedem Einzelnen, der da ist. Lass die Energie der Gruppe durch dich hindurchgehen. Spüre sie, ohne sie festzuhalten. Spüre, was es mit dir macht, und lass dich in Einklang kommen mit dem, was da ist. Und dann geh weiter.

Die Angst kann, einmal überwunden, immer wiederkommen. Bei einer Aufstellerin, die ich bis dahin als ausgesprochen mutig erlebt hatte, beobachtete ich einmal folgendes Beispiel: Eine Stellvertreterin wand sich auf dem Boden um einen Mann herum, verkrümmte sich immer mehr, die Arme überkreuzt, ein Bein war quer unter dem Körper durchgesteckt. Das Hinterteil ragte hoch, während sie sich hin und her wand. Ihre körperliche Präsenz war geradezu unheimlich, und sie strahlte gleichzeitig Qual und Wollust aus.

Parallel dazu „verschwanden“ die anderen Stellvertreter. Sie erstarrten zur Salzsäule, während sie auf dieses brennende Sodom schauten. Ein Stellvertreter erklärte schließlich, er fühle sich überfordert, und mir schien, dass er sich schon aus seiner Rolle verabschiedet hatte. Die Aufstellerin schien ihrerseits außerstande, damit umzugehen. Sie zog es vor, das Offensichtliche nicht zu sehen, und ließ die Aufstellung einfach weiterlaufen. Aber die Energie war jetzt raus, die Aufstellung plätscherte öde ihrem Ende entgegen.

Die Bewegungen des Geistes können uns manchmal in Bereiche führen, in denen die Angst uns ergreift und zu lähmen droht. Was können wir dann tun? Wir schauen über die ganze Situation hinaus, zum Beispiel auf jenes „ferne Licht“, und spüren, ob wir das geistige Feld dieser Bewegung weiter halten können oder nicht. Wenn ja, wissen wir auch, wie.

Wenn nicht, brechen wir die Aufstellung ab. Es ist keine Schande zu sagen: „Das überfordert jetzt auch mich.“ Dann wissen die Teilnehmer: „Diese Aufstellerin kennt ihre Grenzen. Ich kann ihr vertrauen.“

Anmerkungen zur Klarheit und zur Macht

Welche Klarheit bringt es aber, wenn wir die Angst überwunden und den Schritt in die geistige Arbeitsweise hinein getan haben? Es ist wie mit der Meditation: Für Anfänger ist die Meditationspraxis mühsam und oft frustrierend. Wer jedoch einmal den Frieden der inneren Stille erfahren hat, während er gleichzeitig wach im Hier und Jetzt war, der wird es nie wieder vergessen. Er weiß, dass es das gibt und dass es auch für ihn möglich ist, in diesen Zustand zu gehen.

Wenn wir also die Angst überwinden, kann der Geist uns zu neuen Erkenntnissen und neuen Abenteuern führen. Wer die Furcht überwunden hat, sagt Hellinger, „kann das Wissen nicht mehr verlieren. Und dann kommt der nächste Feind. Der nächste Feind ist die Klarheit.“ Hier kommt es wieder darauf an, was mit dem „Wissen“ gemeint ist:

Ist es ein Wissen, das man lernen, sammeln, systematisieren kann? Oder ist es das Wissen darum, dass wir von höheren Kräften gut geleitet werden, wenn wir uns ihnen anvertrauen? Kräften und Bewegungen, die uns in jedem Moment so viel wissen lassen, wie wir brauchen, brauchen für den nächsten fälligen Schritt. Dann gibt es kein Wissen, das wir festhalten könnten – und das dann umgekehrt auch uns festhalten würde.

Uwe Habricht schrieb uns dazu: „Im Gegensatz zum Schul- und Meinungswissen, also zu relativem Wissen, ist bei Castaneda vom *absoluten Wissen* die Rede. Es ist jene geistige Haltung, die sich in jedem Moment neu aussetzt und führen lässt. Sie weiß um die Wahrheit in Bewegung. Aus diesem absoluten Wissen entspringt Macht, nicht aus dem relativen Wissen. Der Aufsteller, der einfach seiner Schule treu bleibt, hat keine Macht in dem Sinne, wie Castaneda sie beschreibt. Wer die Klarheit überwindet, der hat Macht in einem positiven Sinne. Der treue Aufsteller, der bei seinem Gelernten bleibt, ist vielleicht institutionell im Vorteil, aber eigentlich machtlos.“