

Bindung und Gewissen. Autonomie oder Lösung?

Jakob Robert Schneider

Franz Ruppert sagte einmal zu mir, seine Art zu arbeiten beruhe auf einer fundierten Theorie. Ansonsten hätten die Aufsteller keine Theorie. In gewisser Weise hat er da recht. Es gibt viele Vorannahmen in der Aufstellungsarbeit, viele Puzzleteile, aber keine ausgearbeitete Grundlage, welche die vielen Aspekte der Aufstellungsarbeit, die wir praktisch benutzen und über einzelne Erfahrungen verallgemeinern, auch theoretisch konsistent verbindet.

Da die Aufstellungsmethode inzwischen sehr breit gefächert genutzt wird und mit vielen unterschiedlichen Annahmen und mit unterschiedlichen Zielen gehandhabt wird, wird sich auch kaum eine übergreifende Theorie entwickeln lassen. Viele mögen auch bezweifeln, ob das überhaupt sinnvoll wäre.

Ich will im Folgenden einen theoretischen Standpunkt vertreten, der auf meinen Erfahrungen mit dem Familienstellen beruht. Diese sind sehr stark an dem Modell orientiert, das man „klassisches Familienstellen“ nach Bert Hellinger nennen könnte, wenn man die Arbeit von Hellinger vor allem aus den 80er und 90er-Jahren zur Grundlage nimmt. Allerdings hat Bert Hellinger selbst sein methodisches Vorgehen und seine entsprechenden Einsichten sehr stark verändert und in neue Richtungen weiterentwickelt, die er mit unterschiedlichen Begriffen bezeichnet, zum Beispiel mit der Formel „geistiges Familienstellen“.

Ich selbst bevorzuge die einfache Bezeichnung „Familienstellen“. Jeden Zusatz, wie „klassisch“, „geistig“ oder sonst wie, sehe ich als ein „Weniger“ an, als eine Einschränkung oder Spezialisierung. Im Wesentlichen stehe ich nach wie vor zu dem, wie ich in meinem Buch „Das Familienstellen“ (Carl-Auer 2009) die Grundlagen und Vorgehensweisen dieser Methode beschrieben habe.

Man kann die Methode des Aufstellens als eine psychosoziale Messmethode betrachten, für deren Ergebnisse in erster Linie die Fragestellung verantwortlich ist, die wir mit ihr zu beantworten versuchen. Was möchte ich, dass eine Aufstellung „misst“? Und wie interpretiere ich die „Messergebnisse“? Ich halte die unterschiedlichen Fragestellungen, die wir für den Aufstellungsprozess benutzen und die sich aus unterschiedlichen Erfahrungen ergeben, neben dem freien Experimentieren für den hauptsächlichsten Hintergrund der Diversifizierung der Aufstellungsarbeit.

Im Folgenden möchte ich unter den Begriffen „Bindung“ und „Gewissen“, „Autonomie“ und „Lösung“ die Annahmen und Fragestellungen erörtern, die mir zentral für das Familienstellen geworden sind. Vielleicht ist das hilfreich, eine gewisse Klarheit

und Argumentation zu entwickeln, die für eine Theorienbildung notwendig ist. Vielleicht nützen diese Ausführungen auch denen, die mit anderen Fragestellungen und Erfahrungen und Schlussfolgerungen an die Aufstellungsarbeit herangehen oder auch gar nicht an einer Theorienbildung interessiert sind.

Bindung

Wollte ich meine Erfahrungen mit Aufstellungen in ein theoretisches Gerüst einfügen, würde ich diese Theorie „systemische Bindungstheorie“ nennen. Ich würde sie abgrenzen von anderen Ansätzen in der Aufstellungsarbeit, soweit sie eher in einem weiten Sinn therapeutisch ausgerichtet sind: von einer eher psychoanalytisch orientierten mehrgenerationalen Psychotraumatologie (Franz Ruppert), von einer wachstumsorientierten Methode der Persönlichkeitsentwicklung (Wilfried Nelles), von einer an Mustern und Umdeutungen orientierten Strukturanalyse (Varga von Kibéd) oder von anderen Therapieverfahren, die von Aufstellern zusätzlich angewandt werden, zum Beispiel an körperlich gespeicherten Informationsprozessen orientierten Traumatherapien.

Meine Begrifflichkeit für die genannten Richtungen mag nicht angemessen sein. Die Frage ist auch nicht, welche Ausrichtung der Aufstellungsarbeit die richtige ist. Ich halte diese Richtungen für komplementär, das heißt, sie erreichen jeweils einen Teil der komplexen psychischen Wirklichkeit, aber sie können nicht gleichzeitig angewandt werden, ohne widersprüchlich zu sein.

Der Aspekt, unter dem ich das Familienstellen verstehe und praktiziere, schaut im Wesentlichen auf die Prozesse von „Bindung“ und „Lösung“. Meine Ausgangsfrage ist: Wo und inwiefern ist jemand in einem existenziell bedeutsamen Problem, einem tiefen Beziehungskonflikt, einer persönlichen oder familiären Not, vielleicht auch in einem Symptom oder einer Krankheit in seiner Gruppe auf eine Weise eingebunden, dass es ihm schadet beziehungsweise dass er nur schwer eine der Realität angemessene Lösung finden kann.

Die allgemeine Grundlage für eine systemische Bindungstheorie ist die Tatsache, dass wir nicht nicht in Beziehung sein können. Eine der Fundamente der systemischen Therapie ist das Diktum von Watzlawic: „Wir können nicht nicht kommunizieren.“ Das Verständnis von Wirklichkeit, dass wir nicht nicht in Beziehung sein können, ist sozusagen der Boden für Kommunikation und Interaktion. Wir sind relationale Wesen, und selbst der Tod beendet diese Grundtatsache nicht, zumindest nicht sofort und jedenfalls nicht in den Repräsentationen, die wir Lebende von ihnen mit uns tragen.

Wir sind notwendigerweise in Beziehung, nicht mit allem, aber innerhalb der uns umfassenden unendlichen Vielfalt. Diese Vielfalt ist aber strukturiert. Sie begegnet uns in Systemen. Ein System ist eine strukturierte funktionale Ganzheit. Bindung wäre nun ein Wort, das sich auf die Struktur einer Beziehungseinheit, eines Systems bezieht. Bindung entsteht nicht durch Interaktion und Kommunikation, sondern sie ist unseren Interaktionen und Kommunikationen bereits als eine Struktur vorgegeben, die dann

durch Interaktionen und Kommunikationen ständig und vielfältig, aber nicht beliebig gefüllt und ausgestaltet wird.

Der große methodische Vorteil von Aufstellungen besteht für mich darin, dass sie solche Strukturen in Beziehungssystemen oder das Bindungsgeschehen sichtbar machen können, ohne dass wir sie kommunikativ und mithilfe von Interventionen herstellen. Das tun wir natürlich auch, unausweichlich, aber eben auf dem Boden von vorgegebenen familiären und anderen relevanten Strukturen, sofern diese in einer Aufstellung wirkliche Repräsentationen von Beziehungssystemen in ihrer Dynamik sind.

Die Bindung zwischen Mutter und Kind ist der Boden, auf dem dann die einzelnen Handlungen und Worte zwischen ihnen ihre Wirkung entfalten. Eine Bindung zwischen Menschen innerhalb eines Beziehungssystems ist da, auch ohne dass man voneinander weiß und miteinander Kontakt hat. Das ist für mich die „Neuerung“ von Bert Hellinger, dass er diese strukturellen Bindungen, die nicht damit gleichzusetzen sind, wie sie gestaltet werden, so deutlich herausgestrichen und in ihren Folgen gezeigt hat.

Das adoptierte Kind ist an seine leiblichen Eltern gebunden und umgekehrt. Der unbekannte Halbbruder gehört zu seinen Geschwistern in einen Bindungszusammenhang. Die erste Frau des Opas, die im Kindbett gestorben ist, gehört zur Familie. Erst kürzlich schrieb mir eine Kursteilnehmerin, ich hätte aufgrund ihrer Aufstellung gesagt, ihr väterlicher Opa müsse eine Frau vor der Oma gehabt haben. Sie habe davon nichts gewusst und habe das auch nicht geglaubt. Jetzt habe ich auf einer Beerdigung eine alte Tante erzählt, dass dieser Opa vor der Oma schon verheiratet war und diese Frau unmittelbar, nachdem sie das Kind tot geboren hatte, gestorben ist. Jetzt könne sie fühlen, dass das mit ihr etwas zu tun habe und vielleicht ein Hintergrund dafür sei, dass sie kinderlos geblieben ist.

Solche und viele andere Prozesse in Beziehungssystemen sind für mich das Fleisch der Aufstellungsarbeit. Da ist zum Beispiel der brasilianische Priester, dem in der Aufstellung sein Vater (Stellvertreter) vorwarf: „Mit dem Tod bin ich in Frieden, aber nicht mit dir.“ Der Vater lag schon wochenlang im Sterben und konnte nicht sterben, ein stolzer Italiener, dessen Vater mit der ganzen Familie nach Brasilien ausgewandert war. In der Aufstellung versicherte ihm der Priester, dass er in Zukunft die italienische Herkunft achten werde und ein italienischer Brasilianer sein werde. Am Tag darauf starb der Vater im Krankenhaus in seinen Armen.

In einem Kurs sagte ich einmal zu einem Mann, er könne ja mal an das Grab seines Vaters gehen. Da sagte er: „Mein Vater liegt in einem Massengrab.“ Ich fragte: „Massengrab?“ „Nein, nein, in einem anonymen Urnengrab.“ Auf Nachfrage berichtete er, dass sein Vater als junger verletzter Soldat mit einer der letzten Maschinen aus Stalingrad herausgeflogen worden ist. Stalingrad ist das Massengrab. Über das Aufgreifen des Versprechers wurde dem Mann mit einem Mal klar, wieso er seinen Vater immer irgendwie abwesend erlebt hatte. Denn es war schwer für den Vater, sein eigenes Überleben zu nehmen angesichts des Massengrabs Stalingrad mit all den getöteten Kameraden. Auch der Wunsch, in einem anonymen Urnengrab seine letzte Ruhe zu

finden, verweist auf seine Verbindung mit den in Stalingrad verbliebenen Kameraden. Wie viele Beispiele haben wir Aufsteller vermutlich alle von Kriegsereignissen, Täter-Opfer-Geschichten, Vermögensverlusten, Emigrationen, ausgeschlossenen Familienangehörigen und vielen anderen Beziehungsvorgängen und schicksalhaften oder Ereignissen, die die Späteren auf mehr oder weniger tragische Weise in vergangenes Geschehen einbinden.

Wie entsteht eine bestimmte Bindung, eine bindende Struktur in Beziehungssystemen, manchmal dauerhaft, manchmal zeitlich begrenzt? Ich denke zunächst durch den genetischen und biologischen Prozess, darüber hinaus durch die Überlebensgemeinschaft der Familie oder einer größeren Gruppe. Jeder Austausch im Nehmen und Geben bindet, je existenzieller er ist, umso mehr. Leihe ich mir bei der Bank Geld, habe ich Schulden, die mich verpflichten, das Geld mit Zins zurückzuzahlen. Sie machen aber auch die Bank etwas abhängig von meiner Fähigkeit, das Geld zurückzuzahlen.

Dass wir von unseren Eltern das Leben bekommen, ist die existenziellste Bindung überhaupt. Auch wenn ich schuldhaft oder schicksalhaft den Tod von jemand anderen verursache, entsteht eine tiefe existenzielle Bindung, auch zur Familie des Getöteten. Das ist ein heißes Thema in unserer Arbeit, wenn es zum Beispiel um nationalsozialistische Schuld in der Familie geht. Die Beziehung von Preis und Gewinn bindet, also wenn ich einen Gewinn habe aufgrund des Preises, den jemand anders bezahlt hat. Der erste Mann der Großmutter bringt sich beispielsweise um, sodass die Großmutter meinen Opa heiraten kann und dadurch meine Mutter lebt und auch ich lebe.

Auch sinnliche Eindrücke, real erlebt, erzählt oder vorgestellt, können binden. Viele unserer Symptome entstehen vermutlich aufgrund solchen unser wahrnehmendes Gehirn und unseren Körper bindenden Geschehens. In einer psychosomatischen Klinik kam eine Patientin auf ihren Tic zu sprechen. Sie sog zwischendurch mit einer ruckartigen Bewegung ihres Kopfes und laut schnappend die Luft ein, ganz unwillkürlich. Ihr Vater war, als sie drei Jahre alt war, aus dem Krieg mit Asthma nach Hause gekommen. Gleich bei der ersten Begegnung zu Hause erlebte sie ihn mit einem Asthmaanfall. Voller Schreck lief sie aus dem Haus und versteckte sich im Dorf. Erst spät in der Nacht traute sie sich wieder nach Hause. Die Mutter hat das kleine Kind nie darauf angesprochen. In ihrem Tic, der erst im Erwachsenenalter aufgetreten ist, hat sich das, was sie am Asthmaanfall des Vaters gesehen hatte, eingepägt. Das erstmalige Erzählen dieses Vorfalls seit ihrer Kindheit und das sofortige Verstehen des Zusammenhangs ihres Tics, ließen den Tic zumindest in der Zeit des Klinikaufenthalts sofort verschwinden.

Bindung ist eine Grundbedingung des Lebens, eigentlich schon jeder strukturierten Wirklichkeit. Je nach Verständnis dessen, was wir „Seele“ nennen, kann man auch die Seele als das unbewusste und bewusste Erleben von Bindung verstehen. Die Bindung an die Eltern im Kind ist unauflösbar, sowohl genetisch als auch seelisch. Eine Beziehung von Mann und Frau kann aufgelöst werden, die Wirkung von dem, was sie einmal verbunden hat, schon nicht so leicht. Die Tatsache eines gemeinsamen Kindes bleibt unauflöslich. Das je nach Anliegen eines Klienten angezeigte Bindungsgeschehen in seiner Wirkung zu betrachten, zu helfen, es anzunehmen, zu begrenzen, zu

verändern oder auf neue Möglichkeiten hin zu öffnen, das halte ich für das immer wieder Spannende der Aufstellungsarbeit.

Gewissen

Das Wissen um die Bindung erleben wir im Gewissen, im persönlichen Gewissen, im Gruppengewissen und vielleicht auch in einem universellen oder geistigen Gewissen. Ich setze die Bedeutung dieser Unterscheidung hier für die Aufsteller als weitgehend bekannt voraus. Bert Hellinger sieht das Gewissen als Gleichgewichtsorgan in Beziehungen, als eine Instanz in uns, die uns an die Gruppe bindet. Zugehörigkeit (und Ausgleich und Ordnung) in einer Gruppe, nicht eine göttliche Instanz urteilt im Gewissen über Richtig und Falsch, Gut und Böse. Als persönliches Gewissen arbeitet es bewusst. Wir fühlen es über Lust und Unlust, denn es muss uns ja in Richtung Zugehörigkeit und Loyalität, gerechten Ausgleich (was in der Gruppe dafür gehalten wird) und Ordnung (was in der Gruppe dafür gehalten wird) bewegen können.

Schwierig zu verstehen ist das Gruppengewissen. Die Aussagen von Bert Hellinger dazu sind nicht immer eindeutig. Dennoch halte ich den seelischen Prozess, den wir unter dem Begriff des Gruppengewissens fassen wollen, für zentral. Denn er meint eine so schwer zu fassende „Instanz“ in uns, für die wir zwar ein Ausdruck sind, aber nicht Subjekt. Sie spricht nicht unsere persönliche Bindung an die Gruppe an, sondern die Bindungsprozesse in der Gruppe selbst. Schaut das persönliche Gewissen eher auf das Überleben des Einzelnen, das voraussetzt, dass er wo dazugehört und dass er sich in einen für sein Leben notwendigen Rahmen einfügt, schaut das kollektive Gewissen auf die Gruppe als Ganzes. Es ist am Einzelnen nur interessiert, insofern er dem Überleben der Gruppe dient, der „vollen Zahl“, wie Bert Hellinger es manchmal ausdrückte, der Führungs- und Ordnungsstruktur, die notwendig zu sein scheint, und den Ausgleichsprozessen, welche die Spannungen in der Gruppe auf ein Mindestmaß beschränken sollen.

Das Gruppengewissen ist nach Bert Hellinger nicht fühlbar und nur an seiner Wirkung zu erkennen. Erst die Einsicht mache es für uns wahrnehmbar. Ich lasse hier dahingestellt, ob dieses Konzept so stringent durchzuhalten ist, sowohl die Trennung in persönliches und kollektives Gewissen als auch die in bewusst und unbewusst. Fest steht, dass auch im allgemeinen Sprachgebrauch vom kollektiven Gewissen, zum Beispiel dem einer Nation, die Rede ist, dass das Wort „Seele“ in Literatur und Zeitungen überraschend häufig auf Gruppen angewandt wird („die verletzte Seele Kambodschas“), es also eine Ahnung davon gibt, dass wir in Gruppen ein gemeinsames Wissen teilen, nicht nur als Erinnerung, sondern als verbindendes und aktiv die Gemeinschaft und die Einzelnen darin gestaltendes Element. Deshalb neigen viele Aufsteller dazu, mit Sheldrake von der Seele als einem Feld zu sprechen oder den nur sehr schwer aus der Physik zu übertragenden Begriff des Feldes wenigstens als Metapher zu benutzen.

Wenn wir davon ausgehen, dass wir immer schon und auch in Zukunft in dauerhaft oder variabel strukturierten Beziehungen und damit in Bindungen leben, wird auch

das Gewissen in persönlich erlebter oder kollektiver Form zu unserer menschlichen Bedingtheit gehören. Dieser Ausgangspunkt schließt ein „weg“ von Bindungen und Gewissen aus. Die Frage ist dann nur, um welche kulturellen, gesellschaftlichen und persönlichen Änderungen geht es innerhalb der Beziehungs- und Bindungsräume. Das auf konkrete Nöte der Menschen zu beziehen und in Aufstellungsprozessen in Korrelation zu Lebens- und Familiengeschichten immer wieder neu zu erfahren ist für mich der Kern und das bleibend Spannende der Aufstellungsarbeit.

Wie das Gewissen als Ausdruck des Bindungsgeschehens wirkt, kann man häufig in Aufstellungen unmittelbar erleben. In einem Fortbildungskurs in Moskau war eine junge Frau, die darunter litt, dass sie keinen Kontakt zu ihrem Vater hatte. Ihre Eltern trennten sich, als sie zwei Jahre alt war. Sie wuchs ohne Kontakt zum Vater bei der Mutter auf. Doch diese starb, als die junge Frau 13 Jahre alt war. Die Schwester der Mutter nahm sie auf und sorgte für sie. Als sie nach dem Tod ihrer Mutter ihre Tante nach ihrem Vater befragte, sagte diese, der wolle nichts von ihr wissen.

In der Aufstellung stellte sie den Vater an den Rand des Aufstellungsfeldes, die Mutter in die Mitte, den Blick weg vom Vater und weg von der Tochter nach außen gerichtet, die Tochter (Stellvertreterin) seitlich versetzt zwischen die Eltern, zur Mutter schauend. Als ich die Mutter bat, sich für ihren Tod auf den Boden zu legen, ging die Stellvertreterin der Klientin nahe zur Mutter und schaute auf sie, völlig unbeweglich. Es war, als würde sie nichts anderes mehr wahrnehmen als diese gestorbene Mutter. Der Vater wirkte offen, aber er blieb an seinem Platz. Auf Nachfragen kam eine ziemlich dramatische Geschichte aus der Familie der Mutter zur Sprache, die mit hingerichteten und in sibirische Lager verbannten Angehörigen zu tun hatte. Es wurde deutlich, dass die Mutter stark an diese Ereignisse gebunden war und vielleicht auch ihr früher Tod damit zusammenhing. Jedenfalls wurde die Mutter in dem folgenden Aufstellungsprozess, der dieser schicksalhaften Verbundenheit mit ihrer Familie Ausdruck verleihen konnte, frei für einen Abschied von ihrer Tochter. Sie konnte plötzlich ihre Tochter sehen. In der Folge drehte sich die Stellvertreterin der Klientin zu ihrem Vater und ging langsam auf ihn zu, bis der sie in den Arm nahm. Noch am gleichen Abend nahm die junge Frau Verbindung mit ihrem Vater auf. Sie hatte schon vor längerer Zeit die Telefonnummer ihres Vaters von der Tante erbeten. Glücklicherweise berichtete sie am folgenden Tag in der Gruppe. Ihr Vater habe sich sehr über ihren Anruf gefreut und gesagt: „Es ist sehr schön, dass du mich nicht vergessen hast.“

Was ist hier geschehen? Die Erzählungen der Tante hatten der Klientin als Kind immer nahegelegt, dass ihr Vater und seine Trennung schuld seien am frühen Tod ihrer Mutter. Das persönliche Gewissen, das sie so an ihre Mutter und die Mutterfamilie band, war stärker als ihre Sehnsucht nach ihrem Vater. Nun konnte die Klientin über die Aufstellung sehen, dass der Tod der Mutter in einem ganz anderen Zusammenhang zu verstehen ist. Sie konnte erleben, dass die Mutter aufgrund ihrer Familiengeschichte weder für ihren Vater noch für sie frei war. Sie konnte über die Stellvertreterin nochmals einen tränenreichen und lösenden Abschied von ihrer Mutter vollziehen. Jetzt konnte das an die Mutterfamilie gebundene Gewissen frei werden für den Vater. Das Wissen um die jeweiligen Bindungskräfte befreit oder öffnet das Gewissen, wenn sich das Bin-

dungsgeschehen durch „Sehen“ in seiner Qualität und Orientierung verändern kann.

Autonomie

Während meiner Ausbildung zum Ehe- und Familientherapeuten hatten wir ein Jahr lang eine wöchentliche Gruppensitzung bei einem sehr bekannten Psychoanalytiker zu absolvieren. Als ich ihn einmal fragte, warum die Psychoanalyse so am Konzept der Autonomie hänge, ob der Begriff „Eigenständigkeit“ nicht sinnvoller das Gemeinte ausdrücke, wurde ich sofort abgeblockt. Es war, als hätte ich an einem Heiligtum gerüttelt. Es stimmt auch, mir hat der Begriff der Autonomie bezogen auf ein Individuum nie recht eingeleuchtet. Und insofern war meiner Frage wohl leicht die Provokation anzumerken.

Der Begriff wurde ursprünglich im alten Athen geprägt, um auszudrücken, dass die Bürgerschaft der Stadt sich selbst die Gesetze gibt, unter denen sie leben will. Die Individualisierung der „Autonomie“ ist eine Erfindung der Neuzeit. Vor allem Kant stand dafür Pate. Er meinte damit die Freiheit des menschlichen Willens, sich in seinem moralischen Handeln nur von seiner eigenen Vernunft bestimmen zu lassen und nicht fremdbestimmt (heteronom) zu sein. In dieser Freiheit besteht die Würde des Menschen und die Verpflichtung, dass niemand als Zweck benutzt werden darf. Die Entwicklung der Menschenrechte hat hier ihren Grund.

Aber was bedeutet das für das Individuum? Es bedeutet einmal die Freiheit von Fremdbestimmung, aber gleichzeitig die Verpflichtung, entsprechend der allgemeinen Vernunft zu handeln. Autonomie hat also nichts mit willkürlicher Freiheit zu tun, sondern ist die Verpflichtung, mit der eigenen Vernunft im Einklang mit der allgemeinen Vernunft zu handeln. Autonomie ist nach Kant also nicht einfach die freie Selbstbestimmung nach Maßgabe einer Selbstgesetzlichkeit gegenüber anderen. Weil die allgemeine Vernunft in der Vernunft jedes einzelnen Individuums zu finden ist, ist es für jeden einzelnen Menschen möglich und verpflichtend, sich in seinem moralischen Verhalten an dieser allgemeinen Vernunft auszurichten.

In der Tiefenpsychologie hat sich der Autonomiebegriff aus der Trieblehre heraus entwickelt. Schon früh setzt im Kind neben dem Bedürfnis nach zärtlicher Verbundenheit ein Autonomiestreben ein, beginnend mit den Impulsen, sich unabhängig von den Eltern zu bewegen, bis hin zur Freiheit von elterlichen Direktiven und der Fähigkeit, sich von Kindheitsprägungen zu befreien und sich unabhängig, nur in der fortlaufenden Auseinandersetzung mit der Realität zu entwickeln. In Übertragung dieses Autonomieverständnisses, wird heute sogar vom Auto der Zukunft gesprochen als einem sich autonom bewegendem Fahrzeug, das seine Direktiven nicht mehr von einem Fahrer empfängt.

Das zeigt aber auch schon die Problematik dieses Begriffes. Die Autonomie des Fahrzeugs ist eine Programmierung, keine Selbstentscheidung, selbst wenn die Programmierung „lernt“. Die Autonomie des Fahrzeugs funktioniert nur in einem übergeordneten Rahmen der Fremdbestimmung, sie ist nur relativ je nach Vorgabe. Das Wort Autonomie kann streng genommen nicht für ein Individuum benutzt werden, sondern

nur für ein Selbst (griechisch „autos“). Ein Selbst ist nicht ein „Ich“, sondern ein sich selbst organisierendes System, das relativ zur Umwelt nach eigenen Gesetzen sich entwickelt und handelt. Nach außen ist das Selbst relativ frei, nach innen ist es durch den „Nomos“ der Selbstorganisation bestimmt. Das Ich ist nur ein „Teil“ dieser Selbstorganisation. Wenn es sich frei fühlt, heißt das nicht, dass es auch frei ist.

Das ist eine Erfahrung nicht nur der Aufstellungsarbeit, und sie wurde früher von Bert Hellinger vehement vertreten: Auch wo wir denken, wir setzen uns frei mit der Umwelt entsprechend der Realitäten auseinander, sind wir nicht immer frei. Wir können uns frei fühlen wie „Hans im Glück“, aber damit an der Realität völlig scheitern. Und weil wir die „Verstrickung“ in die Schicksale anderer meist nicht fühlen, solange wir sie nicht kennen, leben wir oft gerade mit unserem Freiheitsempfinden ein fremdes Programm.

Autonomie macht Sinn, wenn wir sie als Zweckfreiheit unserer Person im Sinne der Menschenrechte postulieren (wobei nicht alle Kulturen dem zustimmen würden). Autonomie macht Sinn, wenn wir sie als Selbstorganisation eines Systems, eines Selbst verstehen, also als einen Prozess in uns, mit relativer Freiheit nach außen. Autonomie macht Sinn als ein innerer Prozess, in dem alle inneren Teile, also auch die Repräsentationen der Eltern und anderer Personen sich miteinander „verständigen“, ohne einem Druck oder gar Zwang von außen ausgeliefert zu sein. Jedes sich selbst organisierende System, das nicht abgeschlossen ist, muss sich aber den Einflüssen und Vorgaben der Umwelt anpassen oder sich mit ihnen auseinandersetzen.

Was Autonomie bedeuten kann, wird in den Schilderungen von Menschen eindrücklich, die der Folter ausgesetzt waren und denen es gelang, den Folterern die Stirn zu bieten. Sie besiegen in sich selbst all die Bestrebungen des Selbsterhaltungstriebes und erlebenswillens, die Gedanken an die Familie, die Angst vor dem Schmerz, das Bedürfnis, sich vor Scham und Demütigung zu schützen. Diese innere Freiheit erlaubt ihnen, den Folterern in die Augen zu schauen und ihren Forderungen nicht nachzugeben. Das bedeutet innere Autonomie, also sich selbst die Freiheit des Empfindens und Handelns und damit die Würde zu bewahren, auch unter äußerstem Zwang.

Die Behauptung einer Autonomie gegenüber den Eltern verkennt oft die Bindungskräfte, in die die Beziehungen von Eltern und Kind eingebunden sind und die nicht ohne Berücksichtigung aller Beteiligten zu lösen sind. Es reicht nicht zu sagen wie kürzlich ein Mann in einer Gruppe: „Mit meinem Vater bin ich seit einigen Jahren sehr in Frieden, nachdem es früher sehr schwierig war.“ Sein Vater lebt im Altenheim, und auf die Frage, ob er ihn besuche, sagte er: „Aber nein, ich kann den Geruch in solchen Häusern nicht ertragen.“ Jeder von uns kennt genügend Leute (einschließlich von uns selbst), die dachten, sie hätten sich von ihren Eltern gelöst, und später feststellen mussten, wie sehr sie wie ihre Eltern geworden sind. Manchmal denken wir vielleicht, wir sind und handeln autonom, und können nicht wahrnehmen, wie sehr wir in der Nachahmung oder im Kampf gegen die Eltern uns geprägt haben oder wie wir im „Gutdünken“ und in der „Beliebigkeit“ doch unserem Gewissen und bestimmten Bindungen verhaftet bleiben.

Eine Frage ist, inwieweit es Sinn macht zu denken, wir könnten lernen, uns gegenüber den Ansprüchen und Anforderungen unserer Eltern und den in der Kindheit entstandenen Mustern und vielleicht sogar Prägungen als Erwachsene autonom verhalten. Eine andere Frage ist, ob wir autonom werden können angesichts des Schicksals, das uns unmittelbar selbst betrifft, oder des Schicksals, das unsere Eltern und die ganze Familie, vielleicht über Generationen, betrifft (zum Beispiel eine Vertreibung aus der angestammten Heimat).

Der Autonomiegedanke wird häufig mit der Aussage verbunden, jeder sei seines eigenen Glückes Schmied, also einer Verneinung des Schicksalsgedankens. Wir wissen aber alle, dass wir zwar den Fatalismus im Schicksalsgedanken ablehnen können, also die Vorstellung, wir hätten keinen Handlungsspielraum gegenüber dem Schicksal. Aber dass da Dinge geschehen, die uns ohne unser Zutun, in welchem kausalen Zusammenhang und unter welcher Deutung auch immer, unausweichlich bestimmen oder zumindest beeinflussen, das erfahren wir in der Faktizität unseres Lebens immer wieder aufs Neue. Wenn beispielsweise jemand Jude ist und seine Eltern oder Großeltern im KZ umgebracht worden sind oder wenn sich ein Vater umgebracht hat, also sein Kind zwei Jahre alt war, dann ist diesem Schicksal gegenüber Autonomie schwer zu denken.

Bei all dem Bestreben, sich vom Schicksal anderer so weit als möglich frei zu machen, zeigt schon die Tatsache, dass ich mich frei machen möchte oder muss, um nicht zu scheitern, die Dimension des Schicksals. Dass wir oft versuchen, all das auszublenden, was uns da von der Vergangenheit her bindet, oder es dort zu lassen, wo es sich ereignet hat, ist ja gerade der Stoff, mit dem sich Psychotherapie und andere Formen der Lösungssuche beschäftigen. Sehen zu können, wie sehr ich sowohl in die Wirkungen meines eigenen Erlebens und Handelns als auch in das Schicksal anderer, oft über mehrere Generationen zurück, eingebunden bin, ist das zentrale Thema des Aufstellens, zumindest des Familienstellens. Es ist vor allem unser Versuch, das Schicksal auszublenden, der uns in enorme Schwierigkeiten bringt. Wenn Autonomie Sinn macht, dann als befreiendes Denken und Handeln im Schicksal aber nicht gegenüber dem Schicksal.

Angebracht erscheint mir die Frage nach dem jeweils angemessenen Umgang mit dem, was mich da unausweichlich beeinflusst, sodass etwas Lösendes, Zielführendes oder auch Heilsames in meinem Leben passieren kann. Welche Veränderungen in meiner Selbstorganisation und im Beziehungsgeflecht, in dem ich lebe, sind hilfreich in einer bestimmten Lebenssituation?

Lösung

Das ist eine etwas andere Frage als die nach Wachstum oder Autonomie. Das Wort „Lösung“ enthält zwei Aspekte. In der einen Hinsicht suchen wir eine Lösung für eine Aufgabe oder ein Problem. In der anderen Hinsicht lösen wir uns von etwas oder einer Person. In der Aufstellungsarbeit verbinden wir oft die beiden Bedeutungen. Wir

helfen, dass jemand ein Problem lösen kann, zum Beispiel ein ständiges Scheitern im Beruf, indem er sich von einer Person löst, zum Beispiel dem Großvater, der es nie zu etwas gebracht hat.

Aber was bedeutet die Lösung von einer Person? Was heißt es, wenn jemand sich aus einer Verstrickung oder Schicksalsbindung oder ganz einfach einer Bindung, die schadet, löst? Und wie können wir uns so eine Lösung sinnvollerweise vorstellen? Wie können wir entsprechend auf Lösung hin handeln?

Fragen wir am besten erst gar nicht nach dem Bindungsgeschehen, sondern handeln einfach so, wie wir geworden sind, möglichst realitätsgerecht auf die Anforderungen unseres Lebens schauend? Oder nehmen wir das Bindungsgeschehen als Kraft in uns wahr, zum Beispiel über die Dynamik einer Aufstellung, aber lassen dann einfach los, was uns bindet, ohne genauer nachzusehen und nachzufragen, was das in der Aufstellung Geschehene in der Familiengeschichte bedeutet? Oder gehen wir auf die Bindung ein, von Person zu Person (oder Personen)? Wie unterscheidet sich dieser Prozess, wenn die Person, zum Beispiel die Mutter, lebt, von dem Prozess, wenn die Person, auf die ich unbewusst in meinem Problem geschaut habe, schon gestorben ist?

Nehmen wir den Fall, da kommt eine Frau in die Gruppe mit dem Problem, dass sie sich dauernd wie im Nebel fühle, keinen Schlaf finde, oft depressiv sei. Schon mehrere Männer hätten sie verlassen, der eine mit der Bemerkung: „Du bist ja nicht zu fassen.“ Der Aufstellungsleiter erfragt ein paar Informationen und erfährt, dass die Mutter dieser Frau sich umgebracht hat. Die Frau war damals ein Kind von acht Jahren. Die Eltern waren geschieden. Der vier Jahre ältere Bruder hat die Mutter auf dem Dachboden gefunden. Sie hatte sich erhängt.

Nehmen wir an, der Aufstellungsleiter bittet diese Frau, zwei Stellvertreterinnen zu holen, eine für die Mutter, eine für sich selbst. Und nehmen wir an, die Stellvertreterin der Mutter schaue völlig erstarrt ins Leere, unbeweglich, ohne jeden Blick für die Tochter. Und die Stellvertreterin dieser Tochter blickt gebannt und wie hypnotisiert auf die Mutter, keine weitere Bewegung. Wie gehen wir vor, wenn wir eine Lösung für diese Frau suchen und ihr Anliegen dabei ernst nehmen?

Ich will das hier nicht in seinen vielfältigen methodischen Möglichkeiten diskutieren, sondern nur die Grundfragen stellen: Beende ich diese Aufstellung, so wie sie ist, und sage zu der Frau: „Du siehst, du kannst da nichts machen. Lass deine Mutter in ihrem Schicksal. Gehe deiner Wege.“ Drehe ich vielleicht, um das deutlicher zu machen, die Stellvertreterin oder die Klientin um, sodass sie ins „Freie“ schauen und sich möglichst erleichtert fühlen kann? Oder bringt der Aufstellungsleiter eine „Hilfe“ für die Frau ins Spiel, eine Ressource, das Anliegen, die liebe Oma oder den Vater, sodass die Frau eine Unterstützung bekommt beim Sichlösen vom Anblick der Mutter und deren unveränderlichem Schicksal? Oder geht der Leiter auf die Mutter in der Aufstellung ein und interveniert in einer Weise, dass die Mutter in der Aufstellung sich verändern und deutlich werden kann, welche tieferen Zusammenhänge im Selbstmord der Mutter vermutlich wirken? Kann es eine gemäße und wirkungsvolle Hilfe sein, wenn

die Mutter in der Aufstellung, plötzlich in ihrem Schicksal gesehen, ihrerseits auf die Tochter schauen kann? Macht es Sinn, eine Art Abschied in Szene zu setzen, der in der Realität nie möglich war? Welche Vorgehensweise löst am wirkungsvollsten? Oder ist „lösen“ womöglich hier nicht mehr das richtige Wort? Geht es einfach um Annehmen und Anerkennen?

Ich halte das Familienstellen für eine lösungsorientierte Methode. Und ich betrachte „Lösung“ als ein Geschehen innerhalb von Bindungsprozessen, das die Qualität der Bindung verändert, ohne die Bindung selbst aufzulösen, es sei denn, es geht um eine Bindung, die aufzulösen ist, wie zum Beispiel die zu meiner Bank oder einem Vorgesetzten. Nicht Autonomie wäre das Ziel, sondern eine Veränderung im sich selbst organisierenden System der Gruppe (oder des Teilsystems) durch bewusste oder auch unbewusste Einsicht. „Es“ ändert sich etwas, „es“ löst sich etwas, „etwas“ heilt. Was können die Bedingungen dafür sein?

An anderem Ort (Das Familienstellen, s. o.) habe ich in dem Kapitel „Die Wirkungsweise der lösenden seelischen Kräfte“ einige Lösungswege beschrieben, wie sie Bert Hellinger früher betont hat: das Hereinnehmen der Ausgeklammerten, die Trauer und das Gehenlassen der Toten, den Abschied von der Illusion, die Versöhnung, den Verzicht auf Gerechtigkeit und den maßvollen Ausgleich, das Loslassen des Traumas, die sehende Liebe. Manches würde ich heute etwas anders formulieren, manches wäre zu ergänzen. Hier geht es mir nur um drei grundlegende Prozesse, die eng zusammengehören und für mich, in welcher konkreten Form auch immer, zu Lösungen führen:

„Ich sehe dich (euch)“. Das ist für mich der grundlegende Prozess, der Aufstellungen auszeichnet. Wer dazugehört und entsprechend dem Anliegen von Bedeutung ist, wird gesehen. Gesehen zu werden ist eines der tiefsten menschlichen Bedürfnisse, nicht nur für Kinder, sondern bis ins Alter und den Tod. Für das Heraustreten aus unserer Blindheit anderen gegenüber möglichst ins bewusste Sehen brauchen wir manchmal jemanden, der uns führt und uns die Augen öffnet. Aufstellungen können helfen, unsere Augen aufzumachen, sodass wir in Abwandlung des Bibelwortes sagen können: „Ich sehe dich wie mich selbst.“

„Ich sehe dich in deinem Schicksal“. Wir stehen nun mal im Fluss von Ereignissen und von Schicksalsgemeinschaften. Ein bewusster Willensakt kann uns daraus nicht lösen, allenfalls die Zeit vermag das. Es gehört zu unserem Menschsein dazu, dass wir wissen wollen: „Warum?“ oder: „Was ist passiert?“ Oft müssen wir diese Fragen verdrängen, weil die Umstände es uns nicht erlauben, Kraft und Zeit für diese Fragen aufzuwenden. Oder die Antwort wäre zu schrecklich, als dass wir sie ertragen könnten. Oder wir lösen diese Fragen auf in der Achtsamkeit für das Hier und Jetzt und in spiritueller Loslösung. Aber verschwinden dadurch die Fragen wirklich? Welche Kraft braucht das Nichtstellen oder das Verdrängen dieser Fragen womöglich? Können wir nicht immer wieder in Aufstellungen erleben, wie Symptome und unerklärliche Verhaltensweisen dieses Fragen und Suchen übernehmen?

Normalerweise geht es uns besser, wenn wir wissen, was denen geschehen ist, denen

wir nahe und verbunden sind. Ist beispielsweise der Vater im Krieg gefallen oder vermisst? Wie ist er gestorben? Es geht dabei in erster Linie um die Fakten, also um das, wo wir sagen können, dass etwas wahr ist, dass etwas so oder anders geschehen ist. Aber es geht auch um mehr. Es geht um das Verstehen von Personen und ihren Handlungen (soweit sie Existenzielles und auch für mich Bedeutsames betreffen). Aufstellungen geben uns die besondere Möglichkeit, über Stellvertreter buchstäblich zu „verstehen“, also zu erleben, wie jemand für eine Person in meiner Familie „steht“ und innerhalb eines bestimmten Kontextes körperliche oder verbale Impulse fühlt, die plötzliches oder auch langsames Verstehen ermöglichen. Wenn wir wieder das Beispiel nehmen, dass eine Mutter sich umgebracht hat, während das Kind klein war. Es ist viel leichter, sich von der Mutter zu verabschieden und von ihrem Schicksal zu lösen, wenn ich in etwa verstehen kann, was der Hintergrund für ihren Selbstmord ist.

„So wie du bist und wie immer dein Schicksal ist, so achte ich dich und liebe ich dich“. Mein grundlegender Einwand gegen den Autonomiegedanken in der Aufstellungsarbeit bezieht sich auf das Fehlen der Liebe. Manche sagen, wenn es uns gelingt, uns von unseren Eltern zu lösen, ist es viel leichter, sie zu lieben. Das stimmt. Aber es betrifft meist nur unser Bild von den Eltern. Meine Erfahrung in Aufstellungen ist eher andersherum. Wenn es gelingt, die Eltern wirklich zu sehen, zu verstehen und sie zu lieben, wie sie sind, löst uns das und macht uns freier. Die Anerkennung der Verbundenheit und die sehende Liebe lösen. Pointiert könnte man sagen: Die Liebe ist zwar nicht alles, aber ohne die Liebe ist alles nichts. Ich denke, dass viele Aufsteller die Momente nicht missen mögen, in denen es gelingt, dass sich in Aufstellungen bei Klienten und Stellvertretern etwas von dieser lösenden Liebe zeigt und alle bewegt, die das miterleben können.

Allerdings: Liebe kann nicht immer das Ziel sein. Denn manchmal ist es unmöglich zu lieben, vor allem, wenn es um Täter an einem selbst oder an sehr nahen Personen geht. Auch Eltern machen sich manchmal an einem Kind auf eine Weise schuldig, die es ausschließt, dass das Kind sie lieben kann. Dort, wo es für das eigene Freiwerden nötig erscheint, auf Hass zu verzichten, scheint man auch auf Liebe verzichten zu müssen. Auch dort, wo man schlimmsten sinnlichen Erfahrungen ausgeliefert war, scheint man manchmal auf das Lieben verzichten zu müssen, weil mit dem Fühlen der Liebe auch die schlimmen Bilder wieder auftauchen, vor allem, wenn sie nahe Personen betreffen. Nur: dieses Nicht-Lieben-Können hat weitere Folgen für die nachfolgenden Generationen. Denn die Bindung bleibt im System. (Der Zusammenhang von Liebe, dem „Bösen“ und schrecklichen Bildern wäre eine eigene Untersuchung wert).

Liebe und Bindung sind nicht das Gleiche. Bindung kann sich aus Liebe ergeben, wie bei einem Paar, wenn die Liebe zu einem wechselseitigen Geben und Nehmen führt. Innerhalb des Bindungsgeschehens ist Liebe die Form von Beziehung, die darauf angewiesen ist, dass jeder sich selbst eigenständig und getrennt erlebt und sich frei dem anderen gibt. Vielleicht ist diese These etwas gewagt: Wenn wir uns in Liebe binden, macht uns das etwas freier von uns selbst. Liebe ist die wirksamste Kraft, die uns aus unserer Selbstgesetzlichkeit notwendigerweise etwas herausholen. Sie macht uns freier von uns selbst, auch wenn sie uns im Bindungsgeschehen von außen her unfreier macht.

Wenn ich oben gesagt habe, das Ziel der Aufstellungsarbeit ist, dass sich „etwas“ löst, so möchte ich das ergänzen. Denn eine Grunderfahrung von Autonomie möchte ich im lösenden Geschehen nicht missen: nämlich dass wir in jeder Situation für unser eigenes Fühlen, Denken und Verhalten die Verantwortung übernehmen, nicht für das, was uns widerfährt, sondern für das, wie wir damit umgehen, wie frei auch immer. Das ist letztlich die Würde, die Kraft, die Selbstständigkeit, ohne die im Gesamtprozess der Aufstellung und bezogen auf das reale Leben nichts vorwärtsgeht. Das „Es löst sich“ braucht die begleitende Kraft der persönlichen Verantwortung.

Kürzlich erhielt ich eine E-Mail, die deutlich machen kann, was Lösung heißt:
„... Ein herzliches Dankeschön, meine Probleme haben sich nach ersten Zweifeln in Luft aufgelöst:

1. Versöhnung mit meiner Mutter nach zwei Jahren, als wäre nichts gewesen, wie in alten Zeiten (schön).
2. Nach zwanzig Jahren ein freundschaftlicher Händedruck mit zerstrittenem Geschäftspartner. Man ist wieder auf Augenhöhe.
3. Eine neue schöne Aufgabe. Firmenwechsel.
4. Mein Bluthochdruck sinkt.

Und das innerhalb von zwei Monaten! Mir geht's immer besser.“

Ich habe keine Ahnung mehr, worum es in der Aufstellung des Mannes ging oder gar, welcher Prozess womöglich in der Aufstellung die beschriebene Wirkung entfaltet hat. Aber sicherlich haben wir uns über die Aufstellung angeschaut, in welchem Bindungsprozess er irgendwie stecken geblieben ist. Ich erwähne hier diese Rückmeldung, um damit auszudrücken, um welche Lösungen es im Familienstellen in erster Linie geht: dass sich in meinen Beziehungen etwas positiv verändern kann und meine Lebensgeschichte auf gute Weise vorwärtsgeht, dass etwas in mir und mit anderen in Frieden kommt, etwas vorbei sein darf und kann, vielleicht sogar etwas in meinem Körper heilt; dass die Liebe zu mir selbst, den anderen und dem Leben wieder besser fließen kann, nicht nur als Gefühl, sondern als reales Handeln, für das ich die Verantwortung übernehme.



Jakob Robert Schneider
www.j-r-schneider.de