Bewegungen der Seele

Yoga und Familienstellen

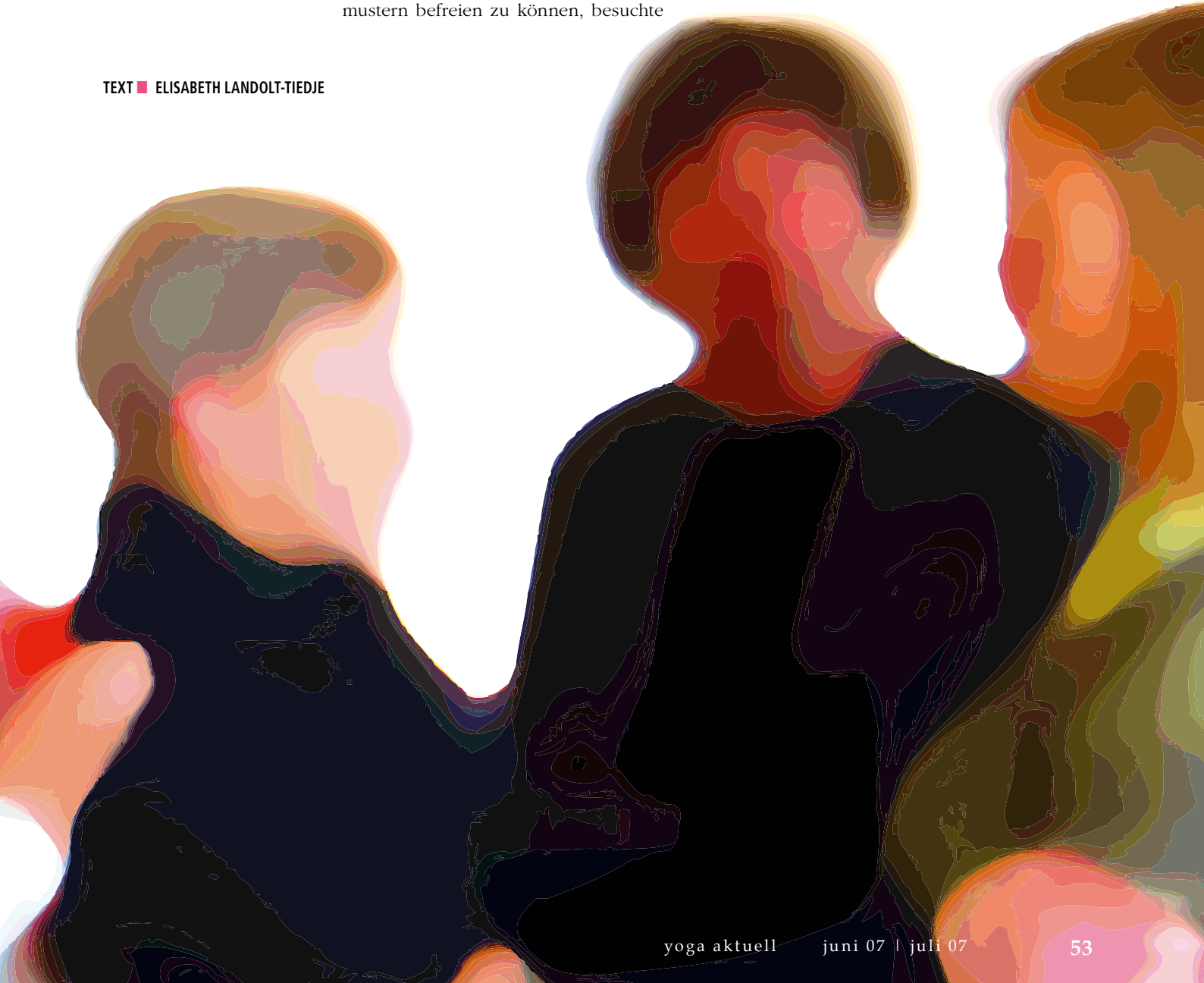
In Liebe annehmen, was war: bei Familienaufstellungen tritt man in Kontakt mit einem zeit- und raumlosen Energiefeld, welches Versöhnung und Heilung ermöglicht.

TEXT ■ ELISABETH LANDOLT-TIEDJE

Annas Ehescheidung hatte sie in eine tiefe Lebenskrise geführt. Es war nicht nur die Trennung von ihrem Partner, mit dem sie die vergangenen 20 Jahre verbracht hatte und der in der Mitte seines Lebens meinte, sich ohne Frau und Kinder besser verwirklichen zu können. Es war vor allem der Schmerz über das Scheitern der Idealvorstellung, ihren Kindern ein intaktes Familiennest für ihr Heranwachsen bieten zu können.

Mit eigenem therapeutisch-beruflichem Hintergrund war es ihr wichtig, dass ihr Sohn, der einen Vater als Vorbild brauchte, und ihre Tochter, die fast schon übersensitiv war, die psychischen Auswirkungen der Trennung verkraften würden. Um sich Klarheit über die eigenen Verwicklungen zu verschaffen und zu wissen, was sie noch tun könnte, und vor allem um sich aus den sich wiederholenden Gedankenmustern befreien zu können, besuchte Anna ein Wochenendseminar, das sich „Bewegung der Seele“ nannte. Der Titel des Seminars hatte sie sanft erreicht und sie fühlte sich, ohne genau zu wissen warum, gefühlsmäßig angesprochen. Der Untertitel „phänomenologisch-systemische Aufstellungsarbeit“ ließ sie eher vorsichtig werden. Was „phänomenologisch-systemisch“ bedeutete wusste sie vorerst noch nicht. Und zwei Erfahrungen mit Aufstellungen in anderen Seminaren erzeugten in ihr eine eher kritische Haltung. In ihrer eigenen therapeutischen Ausbildung auf Zurückhaltung und empathische Einfühlung geschult, wirkten die direktiv, manchmal fast stereotyp wirkenden Sätze, die ihr bei den beiden Aufstellungserfahrungen begegnet waren, befremdlich und übergriffig.

Als ihr von einer Therapeutin gesagt wurde, ihre Mutter sei eifersüchtig gewesen auf sie und sie wisse ja nicht, wie Frauen sein könnten, war Anna klar, dass dies nicht die Herangehensweise sei, die sie gut finden konnte. Vor allem weil sie



ihre eigene Mutter als mitfühlende, nährende Mutter in Erinnerung hatte, die ihr die weibliche empathische Kraft vermittelt hatte. Der nächste Therapeut meinte, ihr Herz sei vollkommen zu und sie bräuchte sensible therapeutische Hilfe, und meinte damit die seine. Diese persönlichen Erfahrungen hinterließen in ihr eine skeptische Haltung zur Aufstellungsarbeit bzw. zu einer therapeutischen Arbeitsweise, bei der einem gesagt wurde, was man zu fühlen hätte. Und dass an einem Wochenende sehr viele schwere Fälle, einer nach dem anderen, thematisiert und vermeintlich gelöst wurden, erzeugte in ihr die Frage, was wohl mit den Teilnehmern dieser Seminare danach geschehe. Ihr wurde aufgrund ihrer ersten Erfahrungen klar, dass sich diese Therapiearbeit nur für relativ Ich-starke Persönlichkeiten eignete, die ihre inneren Grenzen wieder selbst regulieren konnten oder sich unterstützende Hilfe holen konnten. Und doch war sie beeindruckt von der Direktheit, wie schnell psychische Inhalte gespiegelt wurden, die sich sonst erst nach langen vertrauensschaffenden Therapiegesprächen zeigten. Die Methode schien faszinierend. Doch in wessen Hand und in welchen Umständen!

Selbst langjährig Yoga praktizierend fühlte sie sich am richtigen Ort als sie erfuhr, dass der Therapeut des angekündeten „Bewegung der Seele"-Seminares auch Yogalehrer sei. In der Anfangsrunde und der meditativen ruhigen Einstimmung mit Mantra-Singen fühlte sie sich von der entspannt menschlichen Ausstrahlung des Gruppenleiters warm willkommen geheißen. Sie spürte, hier konnte sie so sein, wie sie wirklich war, ohne dass jemand ihr etwas überstülpen würde. In ihrem Anfangsanliegen formulierte Anna, dass sie nochmals hinsehen wolle, was sie und ihr Ex-Mann und die beiden Kinder für einen energetischen Zusammenhalt hätten und was sie noch tun könne, damit es den Kindern besser gehe. Mit pochendem Herzen kam sie der Aufforderung nach, vier Personen aus der Runde auszuwählen, die stellvertretend ihre Familie darstellen sollten, und ihnen einen intuitiv erspürten Platz im Raum zuzuweisen. Der Raum war sofort mit der ihr bekannten Familienstimmung erfüllt.

Dann erlebte sie, was „Bewegung der Seele" bedeutet. In Schweigen wurden die „aufgestellten" Stellvertreter ihren Bewegungen überlassen. Die anderen Gruppenteilnehmer hielten mit ihrer Konzentration und Ruhe die Energie zentriert. Fasziniert beobachtet sie, wie der Stellvertreter ihres Ex-Mannes sich auf die bekannte beziehungslose Art von der Familie entfernte und sich im Publikum die Aufmerksamkeit suchte. Wie der Stellvertreter des Sohnes zwar zum Vater blickte, jedoch schützend bei der Schwester verweilte. Und ihre eigene Stellvertreterin stark und kraftvoll bei den Kindern stehen blieb. Es waren bekannte Bilder und bekannte Gefühle. Nichts Neues, doch beeindruckend schnell gespiegelt von Menschen, die ihre Situation nicht kannten.

Doch was passierte plötzlich mit der Stellvertreterin der Tochter? Die sank langsam zu Füßen der Mutter und wurde immer schwächer. Nach einer kurzen Unterbrechung, in der die Stellvertreter ihre Empfindungen schilderten, forderte der Therapeut eine Teilnehmerin aus der Runde auf, sich zur Tochter auf den Boden zu legen. Was sich wortlos emotional in der kleinen Szene abspielte, wurde von den meisten TeilnehmerInnen in der Runde gespürt: Die Tochter folgte einer Kraft, die sie zu einer abgetriebenen Halbschwester zog. Ein Ereignis, das 25 Jahre früher geschah und von dem Annas Kinder nichts wissen konnten, geschweige denn die Stellvertreter in der Therapierunde. Doch die Seele (hier verwendet als ein Begriff, der die weite Dimension des Geschehens nur annähernd anklingen lassen kann), die Seele dieser kleinen Tochter zog es zur toten Halbschwester. Eine innere emotionale Bewegung, die sie stellvertretend für die Mutter übernahm, die ihr abgetriebenes Kind aus jungen Jahren nicht mehr im Bewusstsein hatte und meinte, das Thema in der Vergangenheit intellektuell gut verarbeitet zu haben.

In der Aufstellungsarbeit zeigt sich, dass energetische Lösungsangebote wichtig sind, dass Bewegungen von „Seelenenergien" umgelenkt, befreit und geklärt werden können und so Probleme oft mit dem ehrlich empfundenen, ausgesprochenen Satz entspannt werden können. Der Therapeut, der sich in der „phänomenologischen Haltung" befindet, oder die Betroffenen nehmen innerlich diese Sätze wahr. Und manchmal sind die Lösungen verblüffend einfach: Alles, was nicht „in Liebe ist", kann Probleme erzeugen.

Was für eine lösende Arbeit war hier notwendig ? Die Mutter oder eine Stellvertreterin musste sich in Demut vor diesem Kind verbeugen und es mit Liebe wahrnehmen, dem Kind einen adäquaten Platz

»Friede kann da entstehen, wo akzeptiert wird, was war.«

im eigenen Herzen geben. Die Energie zeigte, dass sonst die kleine Tochter der Halbschwester in den Tod folgen könnte. Ein Beispiel davon, dass oft ein sensibles Mitglied der neuen Generation ungelöste emotionale Themen der Eltern oder Großeltern unbewusst übernimmt. Anna war zutiefst gerührt, als sie selbst in die Szene gestellt wurde und der Stellvertreterin ihres abgetriebenen Kindes in die Augen blickte. Vor ihren Augen sah sie ein Gesicht, das genau die Mischung von ihr und ihrem damaligen Partner spiegelte. Sie spürte jedoch auch schmerzlich, dass sie jenes Kind, entstanden aus einer unreifen Lebenssituation, nicht mit der selben Intensität hätte lieben können wie ihre Tochter und ihren Sohn. Und trotzdem gelang es ihr, mit Hilfe der achtsamen Anleitungen des Therapeuten, dieser längst vergessenen Tochter wieder einen Platz in ihrem Herzen zu geben.

Im Verlauf der folgenden Woche erlebte Anna, wie ihre echte neunjährige Tochter, die vom Therapiewochenende nichts wusste und nichts erfuhr, im Alltag plötzlich fröhlicher und lebendiger wurde. Und sie erinnerte sich, dass die Tochter in den vergangenen Jahren öfters von einem dunklen Schatten erzählt hatte, der sie von hinten beobachte. Anna hatte immer den Eindruck, dass sie sich mit ihrem Sohn gut unterhalten und mit ihrer Tochter gut und innig schweigen konnte. Hatte sie im Schweigen der sensitiven Tochter ihre unbewussten Inhalte mitgegeben? Jedenfalls sprudelte eine Wasserfall an Worten aus einer fröhlichen Tochter und die leicht melancholische Grundstimmung der letzten Jahre war nicht mehr vorhanden.

Wie war dies und wie waren viele weitere beeindruckende Geschichten dieses Wochenendes zu erklären? Kinder, die schlecht hören konnten und durch die innere Versöhnung der Eltern mit verstorbenen Großeltern plötzlich wieder hörten. Erwachsene Frauen, die ihre Vaterbeziehung genauer beleuchteten und am Abend plötzlich einen Telefonanruf ihres Vater erhielten, der sich jahrelang nicht mehr gemeldet hatte. Missbrauchsgeschichten, wo sich der Täter einige Tage nach dem Seminar entschuldigend meldete, nachdem eine Stellvertreterin dem abwesenden Mann ehrlich verziehen hatte. Ein junger Mann, geplagt von diffusen Schuldgefühlen, der erkannte, dass er die nicht wahrgenommenen Schuldgefühle seiner Großmutter aus der politischen Vergangenheit auf den Schultern trug. Opfer-Täter-Geschichten, die sich über mehrere Generationen auswirkten und sich nur entspannen konnten, indem sich Stellvertreter für die Betroffenen betrachteten und versöhnend akzeptierten, was war.

Anna nahm vom Wochenendseminar nicht nur eine eigene innere Entspannung mit und die Entscheidung, bei dem Lehrer eine Ausbildung in phänomenologisch-systemischer Aufstellungsarbeit zu machen, sondern auch einige wunderschöne Sätze, wie zum Beispiel: Friede kann da entstehen, wo akzeptiert wird, was war.

Interview mit dem Yogalehrer und Aufstellungs-Therapeuten Harald Homberger:

INTERVIEW ■ ELISABETH LANDOLT-TIEDJE

Harald Homberger

Das Familienstellen oder die Aufstellungsarbeit ist eine psychotherapeutische Methode, die ihren Ursprung im systemischen Denken hat. Sie ist mit dem Namen Bert Hellinger verbunden, der sie in den letzten 15 Jahren vertieft entwickelte. In den letzten Jahren haben sich aus dem Familienstellen die „Bewegung der Seele" und das „Gehen mit dem Geist" entwickelt. Viele Therapeuten und Therapeutinnen integrieren heute diese Methode in ihre Arbeit. Auch aus der Sicht des Yoga sind viele inhaltliche Parallelen zu erkennen.

Elisabeth Landolt-Tiedje: *Wie funktioniert die Aufstellungsarbeit?*

Harald Homberger: Stellvertreter, Repräsentanten fühlen sich in einer Gruppe in eine Situation, eine zwischenmenschliche Problematik ein. Und die Menschen nehmen wahr, dass sie ein Spiegelbild von den Gefühlen und Ereignissen sind, die aus dem betreffenden Familiensystem stammen. Sie werden im wahrsten Sinne erfasst. Das Phänomen ist, dass unmittelbar, stellvertretend von anderen Menschen, Gefühle, die an einem anderen Ort, zu einer anderen Zeit leben oder gelebt haben, wahrgenommen werden. Und wie die Erfahrung zeigt, so wie sie sind oder waren. Hier heben sich Raum und Zeit in der Wahrnehmung auf und es gibt nur ein Jetzt. Das Phänomen ist wissenschaftlich zur Zeit nicht erklärbar, aber aus der Erfahrungswissenschaft mehrfach bestätigt. Ereignisse, die zum Teil mehrere Generationen zurückliegen, werden sichtbar. Manchmal ganze Geschichten, zusammengefasst im Zeitraffertempo. Ereignisse, Abläufe spiegeln sich, die sogar bis in die Zukunft weisen können.

E.L.-T.: *Warum können andere Personen das fühlen, was an einem anderen Ort zu einer anderen Zeit passiert ist?*

H.H.: Ich weiß es nicht! Das Phänomen ist, dass es so ist. Ich habe in den letzten 12 Jahren etwa 3000 Aufstellungen miterlebt und geführt. Und ich habe aufgehört zu fragen, warum es funktioniert, weil es mich wegführt von dem, was in der Tiefe wirkt. Es ist für mich nicht entscheidend, warum es so ist, ... es ist so wie es ist, ...dort ist die Kraft. Wenn ich mich immer fragen würde, warum der Wind weht, könnte ich zwar eine wissenschaftlich Erklärung finden, doch ich würde dem Erleben des Windes nicht näher kommen.

E.L.-T.: *New Age Wissenschaftler wie Rupert Sheldrake sprechen vom morphogenetischen Feld, bzw. der morphischen Resonanz. Könnten seine Theorien helfen, das Phänomen zu erklären?*

H.H.: Ja, man hat die Erfahrung, dass Energiefelder Informationen speichern und dass Inhalte kommuniziert werden, unabhängig von Raum und Zeit. Die einen bezeichnen es als „wissendes Feld". Bert Hellinger nennt es gelegentlich „große Seele".

E.L.-T.: *Was bedeutet „Bewegung der Seele"?*

H.H.: In der Aufstellungsarbeit wurde das Phänomen deutlich, dass sich die Bewegung der Seele zeigt. Die Seelen sind verbunden mit der Geschichte und dem Leid, dem Schmerzhaften und dem Positiven, das sie erfahren haben. Unser Leben ist die Bewegung der „großen Seele". Es gibt tragische Ereignisse und Glück. Unser Bewusstsein unterscheidet zwischen gut und böse, was diese Bewegung der Seele nicht tut. Leben hinterlässt Eindrücke in diesem Feld und in der Aufstellung kommen diese Eindrücke wieder ans Licht. In der praktischen Aufstellungsarbeit zeigt sich diese Bewegung in den Gefühlsregungen der Stellvertreter.

> »Ich habe aufgehört zu fragen, warum es funktioniert, weil es mich wegführt von dem, was in der Tiefe wirkt. Es ist für mich nicht entscheidend, warum es so ist, ... es ist so wie es ist, ...dort ist die Kraft.«

E.L.-T.: *Wie wird der Begriff Seele verstanden?*

H.H.: Seele ist ein vielfältiger Begriff, der unterschiedlich verwendet wird. Für mich ist die Seele das Leben selbst, alles was gefühlt wird, was bewegt wird. Sie ist in allem aktiv, in Pflanzen, in den Prozessen. Die Seele ist unsere Lebens-Bewegung. Im Yoga sagen wir hierzu Prana, das ja auch die Lebenskraft und letztendlich das Göttliche repräsentiert. Sie ist Wissen, das wir mit unserem Bewusstsein nicht fassen können. Ich bevorzuge das Bild, dass es eine große Seele gibt, von der wir ein Bestandteil sind. Wir sind gleichzeitig Bestandteil der großen Seele und eine einzelne Seele, die hologrammartig das Ganze spiegelt, wie sich auch im Ganzen das Einzelne spiegelt. Wir kennen alle das Bild vom Meer und dem Wassertropfen, der im Meer eingeht. Oder dem Ast und dem Baum. Je nachdem auf was wir schauen, sind wir entweder das eine oder das andere. Die große Seele hat eine innere Bewegung auf Ausgleich und Harmonie. Die große Seele ist die allumfassende Liebe oder die kosmische Liebe, wie ich es nennen möchte.

E.L.-T.: *In der Aufstellungsarbeit taucht oft der Begriff „unterbrochene Bewegung der Seele" auf. Was bedeutet das?*

H.H.: Wenn zum Beispiel in einer Biografie, die normal abläuft, Brüche durch äußere Ereignisse entstehen, durch Kriege, Missbrauch, psychische und physische Krankheiten und traumatische Erlebnisse, dann wird der Fluss dieser Liebe schicksalhaft unterbrochen. Zum Beispiel: Wenn ein Kind drei Jahre alt ist und die Mutter stirbt, dann kann die kindliche Liebe nicht mehr zur Mutter fließen.

E.L.-T.: *Sucht sich dann diese Energie andere Wege?*

H.H.: Es gibt natürlich eine Vielfalt von Möglichkeiten. Das Ereignis löst zuerst ein Erleben auf der emotionalen Ebene aus. Wenn zum Beispiel nicht genügend getrauert wird in der Familie, dem Ereignis nicht ein adäquater Raum gegeben wird, die notwendigen Gefühlsprozesse nicht geschehen können, kann es sein, dass die Seele dieses Kindes ihre Mutter weiter sucht. Dies kann bewirken, dass diese individuelle Seele das ganze Leben auf einer unbewussten Suche nach der Mutter ist. Es gibt natürlich tausende von Möglichkeiten, wie sich ein Ereignis auswirken kann.

E.L.-T.: *Gibt es archetypische Wiederholungen?*

H.H.: Nein, nach meiner Erfahrung sind die „Lösungsversuche" immer individuell. Das Leben ist nie gleich. Selbstverständlich haben wir alle eine Vater- und eine Mutter-Geschichte, doch jede ist individuell anders. Auch zum Beispiel Zwillinge, obwohl sie äußerlich in einer ähnlichen Situation aufwachsen, haben neben den Gemeinsamkeiten immer ihr individuelles Erleben. Ich habe noch nie eine gleiche Aufstellung erlebt.

E.L.-T.: *Offensichtlich haben wir ein Familienfeld, in dem alle Ereignisse gespeichert sind. Nehmen alle Kinder einer Familie die Inhalte auf?*

H.H.: Nein, es werden manche davon erfasst, manchmal gar keines, manchmal in einer folgenden Generation, manchmal hört die Bewegung auch auf, weil sie ausgeglichen ist. Doch wir können nicht aus dem Familienspeicherfeld entlassen werden. Es ist unsere Geschichte, unsere Prägung. Es ist unser feinstoffliches Energiefeld, das immer da ist.

E.L.-T.: *Warum übernehmen Kinder psychische Inhalte vorangegangener Generationen?*

H.H.: Durch das Zugehören zum Speicherfeld. Die unterbrochene Bewegung sucht sich jemand Nachfolgenden, um die Bewegung zu Ende zu bringen. Das Feld nimmt sozusagen jemanden in die Pflicht.

E.L.-T.: *Warum ist dieses Übernehmen der Inhalte immer zum Scheitern verurteilt?*

H.H.: Die Inhalte können nur in Ausgleich gebracht werden von den Menschen, die es ausgelöst haben.

E.L.-T.: *Auch wenn Eltern und Großeltern tot sind?*

H.H.: Die Arbeit zeigt, dass es keinen Unterschied gibt zwischen Lebenden und Toten. Wenn sich seelische Ereignisse nicht aufgelöst haben, dann wirken sie noch über den Tod hinaus. Es gibt Verknüpfungen zwischen Lebenden und Toten.

E.L.-T.: *Kann denn ein Stellvertreter einen Toten darstellen?*

H.H.: Wir haben so viele Rückmeldungen, dass sich die Stellvertreter wie die Verstorbenen benommen haben. Wenn jemand plötzlich gestorben ist, zum Beispiel bei einem Unfall, kann sich dieses Ereignis im Aufstellungsverlauf genau so zeigen. Menschen bzw. die Stellvertreter spüren, wie sie aufgehängt wurden, das Rückgrat gebrochen wurde usw. Wenn zum Beispiel Familienmitglieder den Schmerz über den Verlust nicht spüren durften oder wollten, können andere aus dem Familienkontext dieses Thema übernehmen. Ein anderes Familienmitglied, sogar einer nachfolgenden Generation, übernimmt sozusagen das Skript und versucht durch das eigene Leben diese Bewegung zu Ende zu bringen. Manchmal sogar tragisch. Es sind Geschichten bekannt, in denen sich über mehrere Generationen zum selben Jahresdatum bestimmte Ereignisse wiederholten.

E.L.-T.: *Ich höre raus, dass es wichtig ist, die emotionalen Inhalte dem Thema gerecht zu verarbeiten. Sonst können sie weitergegeben werden. Stimmt das?*

H.H.: Ja, genau darum geht es. Alles, was nicht im Fluss der natürlichen Bewegung ist - ich möchte nochmals sagen: im Fluss der Liebe, im Sinne einer allumfassenden Liebe, die Leid und das Böse miteinbezieht - kann Störfelder erzeugen, die von anderen übernommen werden können.

ANZEIGE

जीवमुक्ति योग
JIVAMUKTI YOGA

Jivamukti München Workshops:

21.- 22.07.2007
Jeffrey Cohen & Andrea Boyd,
Satsang Yoga, Charleston

28.07.2007
Hatha Yoga Workshop und
Chakra Dance Party
mit Swami Balenduji und Yashendu

07.- 08.09.2007
Gurmukh Kaur Khalsa
Kundalini Yoga & Meditation

Weitere Workshops & Konzerte 2007:
Bhaghavan Das, Mark Whitwell,
Sean Corn, Baron Baptiste u.a.

1. Deutsche Jivamukti Yoga Lehrerausbildung
18.11. bis 14.12.2007 im Schlüßhof/Lychen

Informationen & Anmeldung:

www.jivamuktiyoga.de
info@jivamuktiyoga.de

Jivamukti Yoga in München:
Schwabing: Schellingstr. 63 Tel: 089.54 80 6994
Mitte: Müllerstr. 3 / Rgb Tel: 089.45 22 65 22
Osten: Wörthstr. 9 / Rgb Tel: 089.55 27 41 91

Jivamukti Yoga in Berlin:
Charlottenburg: Sybelstr. 9 Tel: 030.88 62 88167

Kretashala Yoga Retreats

06.07. - 15.07. Jivamukti Yoga & Technik
mit Patrick Broome & Elisa Bruni

01.09. - 08.09. Vishnus Couch Köln
Retreat mit Jörg Buneru & Helmut

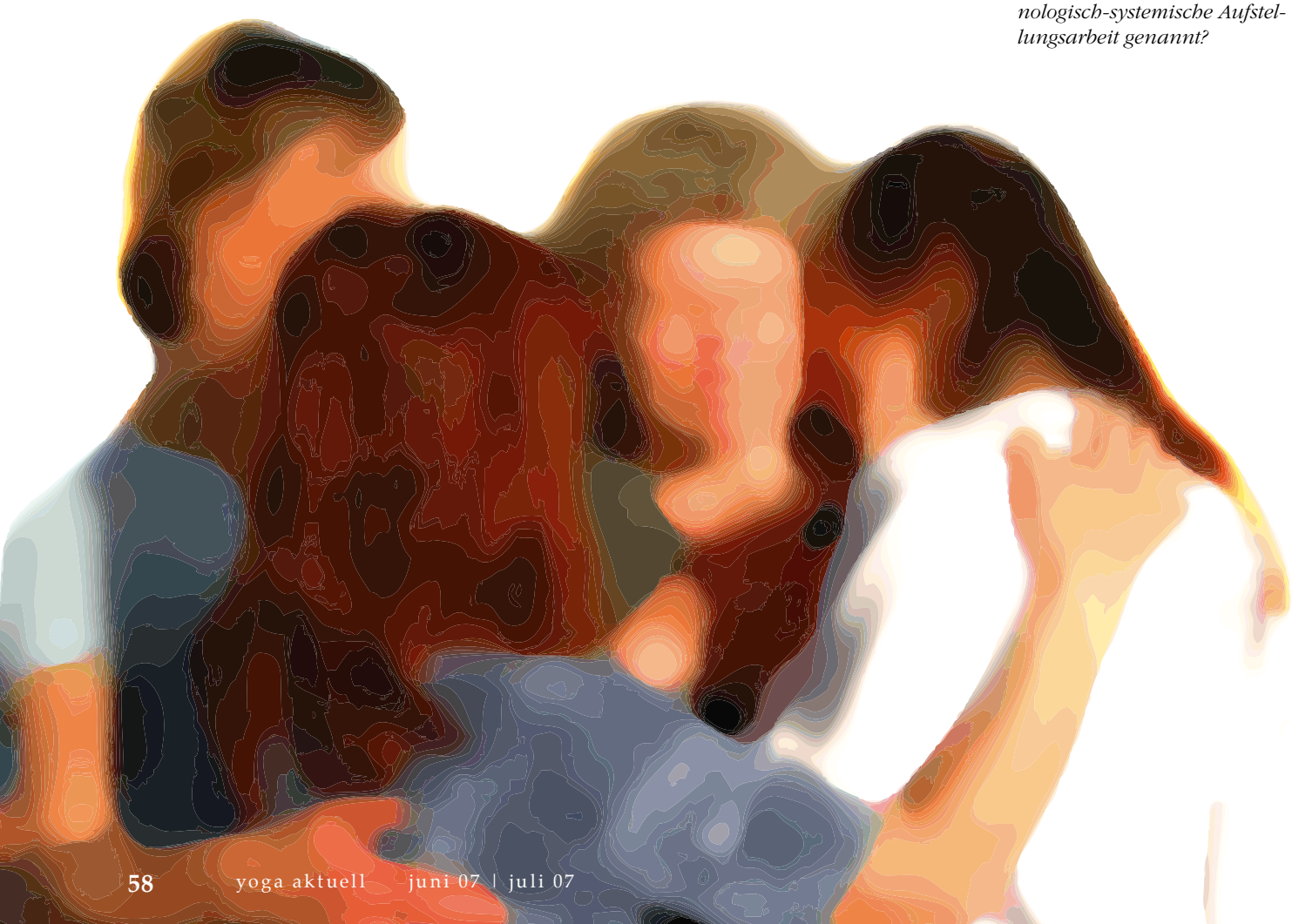
08.09. - 17.09. Jivamukti Yoga & Chanting
with Dave Stringer & Petros Haffenrichter

Info & Anmeldung:
www.kretashala.de
www.kreta-reisen.de
info@kretashala.de
Tel: 089. 333296 Fax: 089.395613

E.L.-T.: *Können die normalen Lebensprozesse Prägungen in diesen Feldern, Prägungen in unserer Psyche auflösen?*
H.H.: Nur wenn die Dynamik, die dahinter wirkt, ans Licht kommt und wieder zu den Personen kommt, die es wirklich berührt hat, und von dort aus der Fluss der Seele in die richtige Richtung fließt. Dann sind wir davon gelöst ...erlöst. Durch das normale Leben ohne innere Prozesse können wir es nicht ablösen.Wir können es auch nicht zwingen. Das ist in der Tiefe wie ein Gebet.
E.L.-T.: *Wie löst es sich oder wer löst das?*
H.H.: Durch die korrigierende Bewegung ist der unterbrochene Prozess wieder in den Fluss gekommen und die Seele kann heilen. Dies ist ein energetischer Prozess auf der Seelenebene.
E.L.-T.: *Was ist die Rolle der Therapeutin, des Therapeuten bei der Aufstellungsarbeit?*
H.H.: Sie gehen in eine innere Sammlung, auch leere Mitte oder Herzensmitte genannt. Was passiert, wenn dies gelingt? Der Therapeut ist gleichzeitig mit seinem wahren Selbst und dem wahren Selbst seines so genannten Klienten in Verbindung. Wenn der Therapeut absichtslos bleibt, zeigen sich den Anwesenden aus dem aufgestellten Familiensystem deren innewohnende Dynamiken.
E.L.-T.: *Ist das die phänomenologische Haltung?*
H.H.: Genau! Die Welt ist so, wie sie erscheint. Das bedeutet auch, dass der Therapeut auch die Absicht zu heilen und zu helfen hinter sich lassen muss.
E.L.-T.: *Warum? Eigentlich wollen wir doch helfen!*
H.H.: In der Aufstellungsarbeit zeigt sich, dass die Arbeit dann stattfindet, wenn der Therapeut mit keiner, auch nicht mit einer guten Absicht, helfen möchte.
E.L.-T.: *Warum?*
H.H.: Damit das Heilende, was sich durch die große Seele vollzieht, geschehen kann. Die Seele oder das System weiß die Lösung und den Weg. Der Therapeut darf nicht dazwischen gehen, außer wenn Blockierungen entstehen. Dann hilft er diese zu lösen, damit die Seele ihr Werk tun kann, und zieht sich wieder zurück. Der Prozess vollzieht sich von selbst. Eine Voraussetzung ist das Vertrauen in die universelle Liebe, die große Seele, wie ich es gerne nenne.

»Die Seele oder das System weiß die Lösung und den Weg. Der Therapeut darf nicht dazwischen gehen, außer wenn Blockierungen entstehen.«

E.L.-T.: *Kann dann jeder Therapeut sein?*
H.H.: Es ist hilfreich über eine grundständige therapeutische Ausbildung und berufliche und menschliche Erfahrung zu verfügen. Da diese Arbeit jedoch die herkömmliche Psychotherapie übersteigt, kann eine therapeutisch erlernte Methode auch zum Hindernis werden. Der Therapeut braucht viel Handwerkszeug, das jedoch im richtigen Moment vergessen werden muss, um sich dem Fluss, der Bewegung überlassen zu können.
E.L.-T.: *Warum wird diese Therapierichtung auch phänomenologisch-systemische Aufstellungsarbeit genannt?*



H.H.: „Phänomenologisch“ bedeutet: du setzt dich dem aus wie es ist; das Phänomen ist, wie es ist. Die Dinge sind, wie sie erscheinen, und nicht, was wir darüber denken. Es ist voller Daseinsvollzug. Das gelingt nur mit der Fähigkeit, den gegenwärtigen Moment wahrzunehmen. „Systemisch“ bedeutet, dass ein Mensch eingebunden ist in Bezüge, Systeme, Familien, Gesellschaftsformen, dass er zu bestimmten Gruppen gehört, die ihre eigenen energetischen und inhaltlichen Systeme weitergegeben haben. Und mit der Seele ist die Person mit den Wirkungen davon verbunden.

E.L.-T.: *Was als phänomenologische Grundhaltung bezeichnet wird erinnert an die meditative Haltung. Lernt der Therapeut, die Therapeutin dies auch durch Meditation?*

H.H.: Für mich, in meinem Leben gehört Meditation wesentlich dazu. Meine über 20-jährige Meditationspraxis hat mir sicherlich geholfen, tiefer in diese Art von Therapiearbeit hineinzukommen. Als Familiensteller und Yogalehrer wurde mir das Verbindende, das Gemeinsame der Yogapraxis und der Therapiearbeit immer mehr bewusst. Patanjali hat in den Yogasutren, die vor zweitausend Jahren geschrieben wurden, wesentliche Inhalte formuliert, die heute noch gültig sind und sich in der Aufstellungsarbeit widerspiegeln. Wenn die Aufstellungsarbeit aus der Sicht von Yoga betrachtet wird, dann gibt es zu dem morphogenetischen Feld oder dem Familienspeicherfeld eine Entsprechung. Es ist das Modell der Energiekörper, der Koshas, aus den Upanishaden. Dies wird in der Aufstellung gespürt. Man merkt, dass in den verschiedenen Energiekörpern unterschiedliche Inhalte gespeichert sind.

Im Pranamayakosha, dem Emotionalkörper, zeigen sich die Gefühlsprägungen. Im Manomayakosha die geistig-mentalen Konzepte. Und im Vijnanamayakosha die überbewussten Inhalte. Störungen auf der Ebene der subtileren Energiekörper können sich im Endeffekt auf der Ebene des physischen Zellkörpers auch als Krankheiten manifestieren.

Wenn etwas gelöst wird, entsteht Frieden, z.B. auf der Ebene des Anandamayakosha. Ein Kontakt entsteht zum wahren Selbst Atman. Die eigentliche Aufstellungsarbeit ist, dass wir mit dem wahren Selbst Atman in Berührung kommen. Das reinigt und entspannt die anderen Koshas.

Auch mit den Yogasutren haben wir einen Erkenntnis-Schatz, wie die Aufstellungsarbeit funktioniert. Die „unmittelbare Erkenntnis“ (Yoga Sutren 1. Kapitel, Sutra 7) ist nur ein Vorgang, der beschrieben wird. In der Aufstellungsarbeit wird Samyama-Praxis vollzogen. Samyama, der Dreischritt von Dharana (Konzentration), Dhyana (Meditation) und Samadhi (Erleuchtung), mit dem spirituellen Herzen des Klienten und den darin sich widerspiegelnden Informationen aus seinem System. (Yoga-Sutren, Kapitel 3, Sutra 34): „Durch Samyama (Sammlung) auf das Herz wird Erkenntnis des Bewusstseins erlangt“, oder „Durch Samyama auf das Herz wird uns die Natur unseres Geistes enthüllt“.

E.L.-T.: *Sind wir geeignetere Stellvertreter, Stellvertreterinnen, wenn unsere eigenen seelisch-geistigen Vorgänge zur Ruhe gebracht werden können?*

H.H.: Selbstverständlich! Wenn der Geist klarer ist, kann er klarer wahrnehmen und verstehen. Doch es ist nicht Voraussetzung, um an dieser Arbeit teilzunehmen, jeder spürt die Energie.

E.L.-T.: *Abschluss-Frage: Sie sagen, alles, was nicht in Liebe ist, schafft Probleme. Kann gesagt werden, dass das Universum Liebe ist und jede Störung dieses Flusses Probleme erzeugt?*

H.H.: Ja, Liebe im allumfassenden Sinn. Das Universum, so wie es ist, ist gut.

E.L.-T.: *Vielen Dank für das Interview.*

■

Mehr Info

Harald Homberger ist Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeut, Heilpraktiker, Yogalehrer BDY/EYU und Lehrer für Kontemplation (W. Jäger). Seit 1983 ist er beraterisch und therapeutisch tätig. Er leitet in Kassel eine Yogaausbildungsschule BDY/EYU und führt eine psychotherapeutische Praxis mit systemisch/spirituellem Schwerpunkt. Seit 1995 leitet er Familienaufstellungsseminare und bildet aus.

Internet: www.harald-homberger.de

Elisabeth Landolt-Tiedje ist in Berlin als Yogalehrerin, Kunsttherapeutin, Heilpraktikerin und Aufstellungstherapeutin tätig. Seit 20 Jahren leitet sie Yoga-Ausbildungsgänge, die den Schwerpunkt auch auf der Selbsterforschung haben.

E-mail: elisabeth.landolt@t-online.de

ANZEIGE