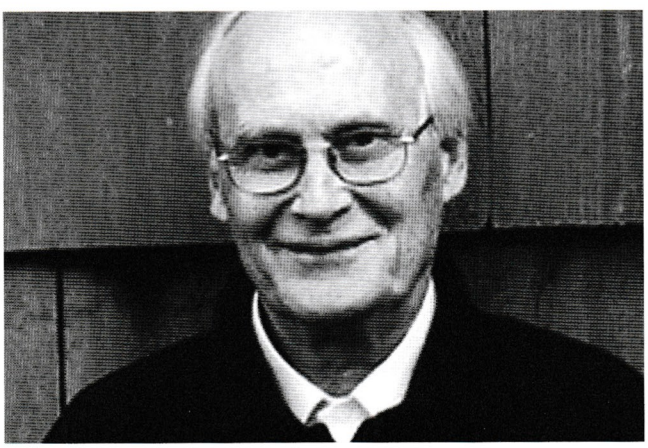
...SICH SCHÜTZEN!

„Fools rush in where angels fear to tread!" *Nur Narren stürmen dorthin, wo selbst Engel es nicht wagen, ihre Füße hin zu lenken.* (Alexander Pope)
Bert Hellinger über systemisches Arbeiten und therapeutischen Schutz.
von Kordula Möring

Familienstellen boomt. Seelisch, familienintern und nicht zuletzt auch volkswirtschaftlich gesehen können Aufstellungen eine große Bereicherung darstellen. Mit diesem Boom taucht aber auch ein neues Problem auf: Viele Aufstellungsleiter scheinen nicht reif für diese sehr verantwortungsvolle Arbeit zu sein - sie verabsäumen es, sich selbst und ihre Klienten ausreichend zu schützen. Das kann unter Umständen seelische und körperliche Verschlechterung bei allen Beteiligten zur Folge haben.

Die Therapieform des systemischen Stellens ist noch relativ jung, aber schon früh wurde begonnen, sie in verschiedenste Richtungen weiter zu entwickeln. Da ist Mut zum Experimentieren notwendig - und Offensein für Neuerungen.



Bert Hellinger (s.Foto), wohl bekanntester Aufstellungsleiter, blickt auf jahrzehntelange Erfahrung und immer wieder neue Erkenntnisse zurück. Und zur Zeit konzentriert er sich auf philosophische Einsichten: *„Wenn ich philosophisch auf die Menschen blicke, muss ich anerkennen, dass wir alle gleich sind. Das hat weitreichende Konsequenzen - denn betrachte ich Eltern unter diesem philosophischen Blickwinkel, dann wird klar, dass sie alle das Wesentliche getan haben: nämlich das Leben weitergegeben. In dieser Hinsicht waren und sind also alle Eltern vollkommen - unabhängig davon, was man sonst über sie sagen kann. Diese philosophische Haltung ermöglicht es erst, über das Vordergründige hinaus zu gehen. Das Aufstellen ist dann angewandte Philosophie."*

Hellingers Sensitivität hat sich mit der Zeit so weit entwickelt, dass er Klienten kaum noch befragt. Er stellt sie einfach alleine auf und beobachtet, was passiert. *„Was das Wesentliche ist und was die nächsten Schritte sind, ist nur aus den Bewegungen der Seele erkennbar, ohne dass etwas gesagt wird. Es wird nicht mehr nach Lösungen gesucht, sondern etwas in Gang gebracht. Dann bleibt der Einzelne bei sich selbst und seiner Seele. Ich arbeite also heute mit sehr viel Zurückhaltung - so müssen die Klienten auch ihre Probleme nicht preisgeben und fühlen sich geschützt. Und wer vor einer Gruppe mit mir arbeitet, vergisst die Anderen. Ich arbeite ja auch nicht mit ihm allein, sondern mit allen Anwesenden - das wird oft verkannt. Ich arbeite nicht mit Einzelnen vor vielen Leuten, sondern mit allen Teilnehmern am Beispiel Einzelner. Da herrschen Intimität und Sicherheit gleichermaßen. Wichtig ist aber, dass nur Interessierte im Auditorium sind. So etwas vor Neugierigen zu machen, das wäre sehr schlimm!"*

Kontrollieren oder Loslassen

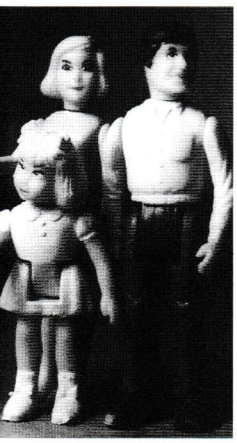
Jeder Aufstellungsleiter wächst mit seinen Erfahrungen. Doch unverkennbar bringt der Aufstellungsboom seit längerer Zeit eine ganze Reihe noch nicht genügend qualifizierter Aufstellungsleiter auf den Markt. Daraufhin angesprochen meint Hellinger: *„Man kann Aufstellungen sehr vordergründig machen. Auch die bringen natürlich etwas. Aber viele Aufsteller haben wenig Einfühlungsvermögen. Die machen das als Handwerk und verstehen wenig von der Kunst. Das schadet der Aufstellungsarbeit sehr...."*

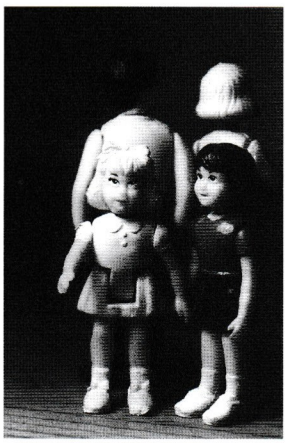
Hat er sich öffentlich gegen diese „Auswüchse" ausgesprochen? *„Nein, das bringt überhaupt nichts, denn dann würde ich ja Zwang ausüben. Das Familienstellen ist eine Bewegung - man kann sie nicht kontrollieren. Und solche ‚Auswüchse' korrigieren sich nach*

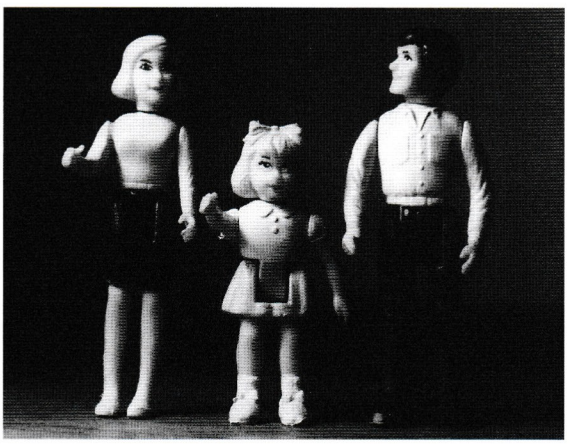
einiger Zeit von selbst. Sie stoppen zu wollen, wäre ja eine Art Inquisition. Wer kontrollieren will, hat eine bestimmte Vorstellung, wie eine Aufstellung abzulaufen hat. Aber diese Arbeit ist ein schöpferischer Fluss, und der würde durch Kontrolle aufgehalten werden."
Kontrolle verkrustet diese äußerst kreative Therapieform - darin sind sich wohl die Meisten einig, die sich auf diesem Gebiet auskennen. Und es mag sein, dass zu viel Wissen gerade bei „verkopften" Menschen stören bzw. therapeutische Arbeit blockieren kann. Doch den wenigsten Aufstellern ist klar, dass es sich um viel mehr als nur um ein „psychogenes Handwerk" handelt.

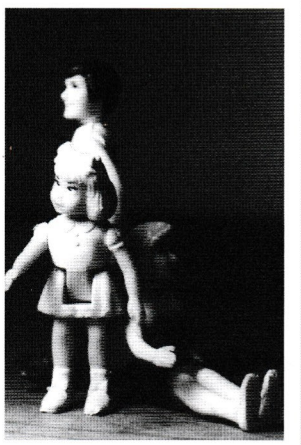
Achten und Ehren

Das Aufstellen ist eine mediale und auch spirituelle Arbeit mit sehr wirksamen Kräften, die respektvollen Umgang verlangen. Diese Kräfte werden von den Aufstellern oft unterschätzt, bzw. weder geachtet noch geehrt. Viele Aufsteller sehen sich nur als eine Art beobachtender „Vermittler" und glauben, von der Sache an sich unberührt zu bleiben.









Hier sieht auch Hellinger Gefahren: *„Wenn ein Aufsteller über seine Grenzen geht, dann kommt er an einen Punkt, wo er Schaden nehmen kann. Die Kunst ist, die eigenen Grenzen genau wahrzunehmen - den Anderen anzuschauen, sein Schicksal, seine Familie und seine Bedürfnisse zu achten, in Einklang zu kommen mit ihm und dem Feld, der ‚großen Seele' - und dann sollte man erkennen, inwieweit man überhaupt helfen darf und wo man sich zurückhalten muss, denn sonst kommt man auf eine falsche Fährte. Wenn man im Einklang bleibt, weiß man, wo die Grenzen sind - und wenn man diese wahrt, kann einem nichts passieren. Wenn aber ein Aufsteller meint, er könne über die Grenzen hinausgehen und etwas versuchen, was ihm nicht gestattet ist, dann leidet er selbst, seine Seele und vielleicht auch seine Gesundheit. Und der Klient auch. In meinem Buch ‚Ordnungen des Helfens' gehe ich darauf genauer ein."*
Hellinger selbst zieht sich immer wieder bewusst aus dem Feld zurück. Und bei seinen Klienten wägt er ab: *„Wenn jemand in eine Rolle gegangen ist, macht er eine Erfahrung, die er sonst vielleicht nicht machen kann. Manchmal ist es dann gut, sie bis zum Ende auszukosten. Es muss sich dabei aber um gute Energien handeln. Denn wenn er in etwas hineingezogen wird, was ihn belastet, dann muss er da rauskommen, dann führe ich ihn rituell aus der Rolle heraus."*

Respekt und Demut

Auch der Berliner Heilpraktiker Andreas Krüger, bekannt durch seine prozessorientierte Homöopathie, beschäftigt sich seit etlichen Jahren mit systemischen Aufstellungen und dem expliziten und rituellen Schutz von Aufstellern und Klienten. Für ihn liegt das eigentliche Problem nicht beim Boom des Familienstellens - denn mit Recht verweist er darauf, dass man auf allen Gebieten des Lebens unzählige unfähige Menschen findet. Für Krüger liegt die Gefahr jeder therapeutischen Arbeit, besonders aber der systemischen Aufstellungsarbeit, wo anders: Mangelnder Respekt und Demut - vor den eigenen Fähigkeiten, der eigenen Gesundheit und vor allen Dingen vor den Kräften, die hier walten.
Bei seinen Seminaren erzählt Krüger immer wieder, wie er selbst nach über 20 Jahren gelebter und geliebter therapeutischer Arbeit unter einem starken Erschöpfungssyndrom litt. Er musste erkennen, dass die Liebe zu Arbeit und Klienten nicht immer genügt. Er berichtet auch, dass viele Therapeuten, die sich nicht genügend schützen, regelrechte ‚Aura-Zusammenbrüche' erleiden.
Seit seiner eigenen Erkrankung arbeitet Krüger mit der Heilpraktikerin und Kinesiologin Dr. Rosina Sonnenschmidt zusammen und macht mit Begeisterung tägliche Übungen.
Dr. Sonnenschmidt kennt aufgrund ihrer langjährigen Medial- und Heilerschulung die notwendigen Basisübungen, um das eigene Energiesystem zu stärken: *„Es ist die Aufgabe jedes Einzelnen, sich zu schützen. Aber nicht aus Angst heraus, sondern aus einer Sorgfaltspflicht für sich selbst, damit mehr Energie zur Verfügung stehen kann. Es gilt, das eigene Energiesystem gut zu kennen, es zu ehren und zu schützen."*

Das Feld der Ahnen

Frau Dr. Sonnenschmidt, die selbst seit Jahren eine Sensitivitätsschulung leitet, befasste sich intensiv mit den Phänomenen der systemischen Arbeit: *„Die Aufstellungsleiter sind nicht, wie oft angenommen, nur Mittler, sondern der mediale Kanal für das gesamte Feld. Durch sie kommen alle Energien erst richtig in Gang. Es ist faszinierend, den Fluss des Qi in einem solchen Feld sensitiv wahrzunehmen. Diese hohen Energien erfordern aber, dass der Aufstellungsleiter lernt, sich davon zu lösen,*

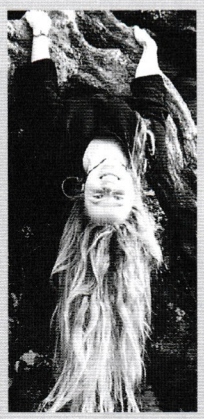
sobald seine moderierende Aufgabe erfüllt ist - um dann seine „Batterien" wieder neu aufzuladen." Die Heilpraktikerin arbeitet zum Teil mit ganz ähnlichen Methoden wie bei der Aufstellungsarbeit und traf Bert Hellinger vor wenigen Monaten zum Erfahrungsaustausch. Dabei fanden sich viele Übereinstimmungen: Beide arbeiten seit Jahrzehnten mit morphogenetischen, wissenden Feldern. Beide sind hoch sensitiv. Beide sind sich einig, dass es ein medialer Akt ist, in ein Feld zu treten, sobald es einen Grund gibt und jemand da ist, für den das bestimmt ist. Beide fanden die gleichen wichtigen Grundsätze, vielen bekannt als „Essenz" der Arbeit Hellingers: Ehrung und Achtung des Feldes und der Ahnen, Lernen loszulassen uvm.

Neue Wege gehen

Jeder Klient kann auf seinem Weg nur so weit kommen, wie der Therapeut selbst ihn schon gegangen ist. Doch dieser Weg muss nicht von jedem Therapeuten völlig neu beschritten, das Rad nicht jedes Mal neu erfunden werden. Hellinger, Krüger und Sonnenschmidt haben bereits einen großen Teil des Weges zurückgelegt, ihre wertvollen Erfahrungen und Ratschläge geben sie gerne weiter. Dr. Sonnenschmidt: *„Wir springen in eine faszinierende Welt hinein und haben nicht gelernt, damit umzugehen. Es gibt nichts, was nur Sonnenseiten hat. Es ist wichtig, auch die Schatten anzusehen und zu wissen, wie man damit umgeht, damit das Gute erhalten bleibt."*

Was verantwortungsvolle AufstellerInnen eint, ist ihre Demut, ihre Achtung und Ehrung der Klienten und des Feldes - und der Schutz, den sie ihren Klienten und auch sich selbst angedeihen lassen. Denn: „Aufstellen ist kein Gesellschaftsspiel!", betont Andreas Krüger. Und Bert Hellinger:
„Bei den meisten Aufstellungen geht es um Leben und Tod."

infos & literatur



Mag[a] Kordula Möring Jg. 1967, studierte Anglistik, Linguistik und Informatik und arbeitete einige Jahre als Redakteurin bei einer ganzheitlich ausgerichteten Frauenzeitschrift in Deutschland. Als echte Skorpionin will sie immer alles ganz genau wissen... Momentan befindet sie sich mitten in Ausbildungen zur Heilpraktikerin, Aufstellungsleiterin und medialen Heilerin.

Literatur-Tipps:

- **Die Kunst zu heilen**

von Rosina Sonnenschmidt, Harald Knauss und Andreas Krüger / inkl. Übungen
(Verlag Homöopathie & Symbol)

Internet-Service:

- **www.mediale-welten.com**
  (Dr. Sonnenschmidt)
- **www.AndreasKruegerberlin.de**
- **www.hellinger.com**

... SICH SCHÜTZEN!