

Was in Familien krank macht und heilt **Erkenntnisse aus dem Familienstellen nach Bert Hellinger**

Vortrag am 15. Januar 2004 in der AG für gesunde Lebensweise in Schwäbisch Hall

Einführung

Das Thema: „Was in Familien krank macht und was in Familien heilt“ ist ein sehr umfangreiches Thema. So viele Menschen aus vielerlei Berufen befassen sich mit den verschiedensten Krankheiten, und es gibt eine Fülle von Therapien. Heute Abend wird es um die systemischen Zusammenhänge bei Krankheiten gehen und speziell auch um das, was durch die Aufstellungsarbeit nach Hellinger dazu ans Licht gekommen ist, der Untertitel lautet ja: Erkenntnisse aus dem Familienstellen nach Bert Hellinger.

Unser Abend ist gegliedert in drei Teile:

Teil 1: Zuerst möchte ich einführen in das Verständnis von Krankheiten und Krankheitssymptomen aus der Sicht des systemischen Arbeitens.

Teil 2: Was ist das, eine Familienstellung, das möchte ich Ihnen im zweiten Teil verständlich machen.

Teil 3: Dann wird Ihnen meine Frau über die wichtigsten Grunderkenntnisse aus dem Familienstellen berichten, mit der Betonung auf Zusammenhänge bei Krankheiten.

Teil 1:

Krankheiten und Krankheitssymptome aus der Sicht der systemischen Therapie

Krankheiten können vielerlei Ursachen haben. Jede Krankheit ist Ausdruck einer Störung, die sich dann häufig auf der körperlichen Ebene durch ein Symptom ausdrückt, manchmal auch durch mehrere Symptome. Jede subjektiv wahrgenommene Störung ist ernst zu nehmen, egal ob es organische Befunde gibt oder nicht. Dabei sind die körperlichen und die seelischen Ursachen zu beachten, durch die Betroffenen wie durch die Behandler. Eine ganzheitliche Betrachtungsweise verbietet den Tunnelblick auf die Symptome, denn wenn nur die Symptome behandelt werden, dann ist häufig zu erleben, wie Menschen von einem Arzt zum anderen laufen.

Die Erkenntnis beginnt sich auszubreiten, auch Dank der Arbeit z.B. der AG für gesunde Lebensweise, dass Krankheiten einen Sinn haben. Sie können ein wichtiger Anstoß sein und oft sogar eine wichtige Hilfe, einen Prozess der tiefen inneren Gesundung aktiv zu initiieren, zu fördern und durchzuhalten z.B. bei Rückenschmerzen oder bei Herzschmerzen, wo beides, das körperliche Weiterkommen und das seelische Weiterkommen für eine Überwindung der Beschwerden und ein Verschwinden des Symptoms von zentraler Bedeutung sein kann.

Da hinter vielen Krankheiten, nicht nur den psychosomatischen, seelische Ursachen stecken, befassen sich immer mehr Menschen mit psychologischen Zusammenhängen. Doch dies führt leider oft nicht zu dem gewünschten Erfolg. Erklärungen und Erkenntnisse über Zusammenhänge

allein bringen meistens keinen wesentlichen Fortschritt. Dann wird z. B. die Mutter oder der Vater dafür verantwortlich gemacht, dass man jetzt so schlimm dran ist, doch das macht die aktuelle Krankheitssituation dann kein bisschen leichter. Auch wenn man mit dem Verstand begreift, was die Eltern zu tragen hatten und sich dann sagt, sie konnten es nicht besser, dann ist dadurch keine innere Befreiung möglich von dem, was einengt und was hindert, den eigenen Weg zu gehen.

Systemisches Arbeiten bedeutet, sich auf einen inneren Prozess einzulassen, annehmen zu lernen, was war und seinen Frieden damit zu finden. Viele schleppen einen Berg von Verletzungen mit sich herum, z. T. ihr ganzes Leben lang. Solange daraus keine subjektiv als schwer empfundenen Symptome entstehen, besteht oft kein Handlungsbedarf. Viele Menschen haben sich an ein gewisses Maß an Leiden gewöhnt. Das gehört dann zu ihrem normalen Lebensgefühl. Doch wenn der Körper oder die Seele darauf mit einer Krankheit reagiert, dann sollte nach der Wurzel der Krankheit gesucht werden und das in Ordnung gebracht werden, was tief innen nagt oder lähmt, was also das Symptom verursacht.

Es geht dann um etwas, was aus eigenem Bemühen nur wenigen gelingt, die belastet sind aus ihrem Familiensystem, z.B. um eine gute Ablösung von den Eltern und dem, was in der Familie hindert, glücklich zu werden, leicht zu leben oder sich frei zu fühlen.

Die systemische Psychotherapie hat herausgefunden, seelische Zusammenhänge sind meist viel komplexer, als viele denken. Monokausales Denken wird ersetzt durch den Blick auf Vernetzungen, und oft lässt sich bei einem Krankheitssymptom ein Zusammenhang finden mit einer seelischen Verstrickung mit Personen aus dem Familiensystem.

Eine besondere Arbeitsform, Verstrickungen ans Licht zu bringen, und, wenn es gut geht, auch zu lösen, ist seit 10 Jahren in der bekannt geworden. Es ist die Methode des Familienstellens nach Bert Hellinger.

Ich gehe davon aus, dass nicht alle von Ihnen mit dieser Arbeitsform vertraut sind, daher werde ich nun im Teil 2 möglichst kurz erläutern, was darunter zu verstehen ist.

Teil 2:

Was sind Familienaufstellungen nach Bert Hellinger?

Familienaufstellungen geschehen in Gruppen von 10 bis 20 Personen, die in der Regel mehrere Tage zusammen sind. Zu Beginn einer Aufstellung bedarf es eines tragfähigen Anliegens, denn wenn jemand aus Interesse oder gar Neugier aufstellen möchte, dann machen wir das nicht, da fehlt der nötige Tiefgang und der nötige Ernst.

Wenn eine Person also ein Anliegen hat, das Sinn macht, dann muss der Leiter/ die Leiterin durch weiteres Befragen herausfinden, was am Besten aufgestellt wird, die Gegenwartsfamilie, die Herkunftsfamilie oder nur einzelne Personen. Beim Befragen geht es um die wichtigen Ereignisse in den Familien, nicht um Eigenschaften von Personen. Meistens reicht ein Minimum an Informationen. Moralische Bewertungen dürfen kein Gewicht haben, z. B. bezüglich einer Abtreibung, denn dies wäre bei der Suche nach einer guten Lösung nicht hilfreich, sondern würde diese eher verhindern.

Wichtig zu wissen ist: Gab es Totgeborene oder früh Verstorbene, Menschen mit Behinderung oder schwerer Krankheit in der Geschwisterreihe oder bei den Geschwistern der Eltern. Gab es schwere Schicksale wie schwere Krankheit oder früher Tod bei den Eltern oder den Großeltern

oder gab es schlimme Ereignisse im Krieg, wie z. B. Vertreibung oder Verstrickung in Schuld oder andere einschneidende Familienschicksale, die alle betrafen?

Wer alles aufgestellt wird, das entwickelt sich meist erst im Laufe der Aufstellung. In der Regel geht es los mit den Eltern und den Kindern der HF oder der GF. Diese werden dann von der Person, die ein Anliegen hat, nach dem inneren Bild der Familie mit Hilfe von Teilnehmern, die sich für die verschiedenen Rollen zur Verfügung stellen, im Raum aufgestellt, so dass eine Art Standbild entsteht.

Aus der Art wie die Einzelnen stehen, sich anschauen oder sich voneinander abwenden und aus dem, was aus der Familie in der Aufstellung wirksam wird, kommen die Vertreter, ohne irgendwelche Details über die Personen zu wissen, die sie vertreten, in den verschiedenen Rollen jeweils in spezielle Gefühle oder haben ganz spezielle Körperreaktionen. Diese sind weitgehend unabhängig von dem, der aufgestellt wird. Alle stehen in einer Art Kraftfeld, das auch als wissendes Feld bezeichnet wird. Dieses Phänomen kann bis heute nicht erklärt werden. Es ist keine Entdeckung von Hellinger, Familientherapeuten arbeiten damit schon seit mehreren Jahrzehnten. Durch die Art der Aufstellung und durch die Befragung der Stellvertreter wird deutlich, welche Dynamik und welche Art von Verstrickung in der Familie wirkt.

Es ist immer wieder bewegend für die, die ihre Familie aufstellen, wie sehr die Aussagen der Vertreter übereinstimmen mit der tatsächlichen Situation der Personen, die vertreten werden. Das geht bis zu gleichen Sätzen und gleichen Körperreaktionen. Oft passen die Aussagen in verblüffender Weise zu den Familienmitgliedern. Die Vertreter erfahren ja nichts über die Eigenschaften der Personen, die sie vertreten. Nur wichtige Familienereignisse werden erfragt.

Häufig geht es mehreren Stellvertretern nicht gut an ihren Plätzen. Dann werden als Nächstes Personen aus dem größeren Familienverband dazu genommen, die ein schweres Schicksal hatten. Das sind z.B. die Großeltern, die ihre Heimat verlassen mussten, denen auf der Flucht ein Kind gestorben ist, der Onkel, der im Krieg gefallen ist, die Oma, die im Kindbett gestorben ist, der Bruder, der mit 3 Jahren an einer Lungenentzündung gestorben ist.

Mit dem Hereinnehmen dieser Personen durch Stellvertreter wird deutlich und klar, wie in der Familie das Schwere wirkt. Durch Umstellungen mit Hilfe der Befragung der Stellvertreter geht es dann darum, dass möglichst jedes Mitglied der Familie einen guten Platz im Familiensystem bekommt. Das kann dauern, denn manchmal sind dabei viele Zwischenschritte nötig.

Ist das dann weitgehend gelungen, dann kann die Person, die die Familie aufgestellt hat, ihren Stellvertreter ablösen und selber in die Aufstellung eintreten, sich in die nun geordnete Familie einfühlen und das neue Bild in sich aufnehmen. Das Bild der eigenen geordneten Familie zu sehen und beim Einnehmen des eigenen Platzes auch zu spüren, in dem z.B. jeder im Blick ist und jeder dazugehören darf, das ist für viele ein bewegendes Erlebnis, sie müssen nicht mehr rackern und zum Beispiel für die Eltern immer da sein.

Zum Schluss wird dann häufig noch mit Sätzen gearbeitet. Sie werden vorgeschlagen, und, sofern sie als stimmig empfunden werden, zu verschiedenen Stellvertretern hin nachgesprochen. Oft sind das heilende Sätze, die Klarheit bringen und viel Entlastung. Sie können in verdichteter Form zur Klärung von Beziehungen beitragen, z.B. die Formulierung zu den Eltern hin: Ich bin nur das Kind. Sätze des Dankes, der Würdigung, manchmal auch die Bitte um den Segen bringen das Wichtigste auf den Punkt. So hat diese Arbeit oft auch eine spirituelle Dimension.

Innerlich spielt sich meistens viel ab. Nochmals die einzelnen Schritte: Zuerst geht es um das Sichtbarwerden und das Sichtbarmachen von dem, was war. Wenn es um den Verlust der Heimat geht, um schlimme Kriegsereignisse, um schlimme Tode oder gar um Mord oder andere schwere Schuld, dann ist es ein erster, sehr schwerer und anstrengender Schritt, der Wirklichkeit ins Auge zu sehen.

In einem zweiten Schritt geht es dann darum das, was war, anzuerkennen und anzunehmen. Wenn die Verstrickungen und die schweren Schicksale bei den Eltern deutlich werden, dann wird dadurch leichter, die Vorwürfe gegenüber den Eltern wegzulegen und ihnen gegenüber freundlich zu werden, auch wenn viele Verletzungen noch wehtun.

Über das Verabschieden und das Lassen des Schicksals bei den jeweiligen Personen, z.B. auch bei den Eltern, ist dann der dritte Schritt wichtig, der der Ablösung und des Loslassens, oder anders ausgedrückt, der Schritt hin zur Individuation. Und das war ja das, worum es vielen bei ihrem Anliegen geht, loszukommen von dem, was nach hinten zerrt, sich freier zu fühlen und das eigene Leben kraftvoller oder zufriedener leben zu können, oft auch, es gesund leben zu können.

Allgemein kann man sagen, dass Familiensysteme nach gewissen inneren Gesetzmäßigkeiten funktionieren, die in der Aufstellungsarbeit klar erkennbar werden. Die wichtigsten Stichworte dazu sind Bindung, Ordnung und Ausgleich. Diese Aspekte spielen in unterschiedlicher Form, mal einzeln oder auch kombiniert, bei allen Aufstellungen eine Rolle, sei es dass die Ordnung gestört ist, dass ein Ausgleich versucht wird oder dass aus tiefer Verbundenheit ein Schicksal nachgeahmt wird.

Nicht immer geht es bei Aufstellungen um Krankheiten; auch Eheprobleme oder Schwierigkeiten mit Kindern oder Streit mit Geschwistern und anderes mehr können das Motiv für eine Aufstellung sein – aber eben auch körperliche oder psychische Störungen und ernste Erkrankungen, und tatsächlich haben viele psychische und körperliche Symptome und Erkrankungen einen systemischen Hintergrund.

Teil 3

Erkenntnisse aus dem Familienstellen

- verdeutlicht mit Beispielen aus dem Bereich körperlicher und seelischer Krankheiten

Ich möchte Ihnen nun die wichtigsten Erkenntnisse vorstellen, zu denen Hellinger aufgrund seiner jahrelangen, intensiven Aufstellungsarbeit gekommen ist und die sich immer wieder, auch in der Arbeit anderer Aufsteller und in unserer eigenen, bestätigen. Mein Mann hat eben schon die wichtigsten Stichworte genannt: Bindung, Ordnung und Ausgleich. Was damit genau gemeint ist, möchte ich Ihnen nun im einzelnen erläutern und z.T. mit StellvertreterInnen aus Ihren Reihen demonstrieren.

Zunächst zum **Thema Bindung**.

In allen Aufstellungen zeigt sich als grundlegendes Phänomen, dass **unsichtbare, aber sehr wirksame Bindungen** in Familiensystemen existieren. Kinder sind in ihrem Innersten vor allem ihren Eltern, aber auch Geschwistern in **tiefer Liebe** verbunden – auch noch als Erwachsene, und oft ohne sich dessen bewusst zu sein bzw. manchmal sogar gegen ihre bewusste Einstellung.

Diese tiefe Verbundenheit zeigt sich häufig in der Dynamik: „**Ich folge dir nach**“, besonders bezogen auf Vater oder Mutter, aber auch bezogen auf Geschwister, die schlimm oder früh gestorben sind. Wenn es einem Menschen, dem ich in Liebe verbunden bin, sehr schlecht geht, kann ich es mir nicht besser gehen lassen, sonst fühle ich mich schuldig, und im Leiden bin ich mit dem geliebten Menschen tief verbunden. Diese Bindung ist sogar stärker als die Angst vor dem Tod. Sie kann dazu führen, dass Kinder unbewusst aus Liebe zu den Eltern in den Tod gehen, sei es in jungen Jahren oder erst als erwachsener Mensch. Es zieht sie dann irgendwie hinaus aus dem Leben, in Form von schwerer **körperlicher oder seelischer Krankheit, von Suizid oder schweren Unfällen**.

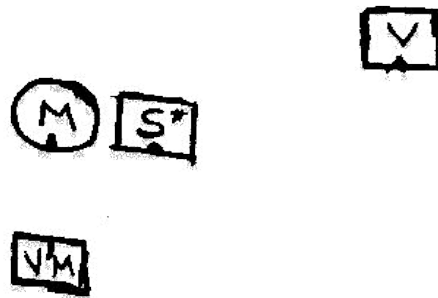
Diese Nachfolge-Dynamik wird oft schon im Anfangsbild einer Aufstellung deutlich, ich möchte Ihnen das demonstrieren mit einem Fallbeispiel, in dem es um eine **körperliche Krankheit** der Mutter des Klienten geht.

Beispiel Bernd (Eltern geschieden, Mutter krank, VM im Krieg gestorben, als M Kind war) -

Skizze Anfangsaufstellung:



Bernd steht als Stütze und Partnerersatz neben seiner Mutter. Diese blickt nach außen und erklärt, dass sie weg will. Ihr toter Vater wird vor sie gestellt, zu ihm will sie –



Skizze:

Auch das Krankheitsbild der **Depression** kann sich infolge des frühen Verlustes eines Elternteils entwickeln. „Depressiv wird jemand, wenn ihm Vater oder Mutter fehlt“, sei es durch frühen Tod, Scheidung der Eltern mit Kontaktabbruch zu einem Elternteil, Weggabe des Kindes oder weil der Vater unbekannt ist, so Hellinger aufgrund der Erfahrungen im Familienstellen. Ich möchte Ihnen diesen häufigen Zusammenhang mit dem Fallbeispiel von Verena kurz veranschaulichen.

Beispiel Verena, „Mitte und Maß“ S.166ff

Verena hat immer wieder schwere Depressionen Ihr Vater ist gestorben, als sie gut 1 Jahr alt war. Ablauf der Originalaufstellung: Verena stellt 2 Stellvertreter nebeneinander. Diese legen spontan den Arm umeinander. V legt T Hand auf den Kopf, T hält ihn am Arm. V streichelt sacht den Kopf von T, wie in tiefer Trauer.

Skizze:



Verena selbst sitzt neben Hellinger, kommt ins Gefühl. Sie spürt, dass der Vater sehr traurig ist. Hellinger erklärt ihr, dass ein Vater, der so früh stirbt und ein kleines Kind zurücklässt, natürlich traurig ist. Hellinger stellt Verena selbst ihrem Vater gegenüber und lässt sie dann zu ihm hin Sätze sagen: „Ich teile es mit dir“ „Ich bin groß geworden“ „Du sollst deine Freude an mir haben“ „Ich bewahre dir einen Platz in meinem Herzen“ „In mir darfst du sogar fröhlich sein“

Hier eine kleine Anmerkung zur Arbeitsweise: Nicht immer sind komplette Aufstellungen nötig, um zu guten Lösungen zu kommen; und es gibt auch Arbeitsformen, in denen die Stellvertreter sich ganz nach ihrem Gefühl bewegen dürfen und sollen.

Depressionen können aber auch entstehen, wenn Vater oder Mutter innerlich mit Eigenem beschäftigt und deshalb innerlich abwesend waren, so dass das Kind sich „verlassen“, nicht genug geliebt, nicht angenommen gefühlt hat. Auf diese 2. Form gehe ich später noch genauer ein.

Sehr deutlich wird das Nachfolgen aus Liebe auch, wenn es um **Sucht** geht, gleich welcher Art – Alkohol, Drogen, Essen, manchmal auch exzessives Arbeiten sind eine Form, sozusagen „auf Raten“ aus dem Leben zu gehen, und drücken oft die Liebe des Kindes zu einem Familienmitglied mit schwerem Schicksal aus, meist zum Vater.

Manchmal nimmt die kindliche Liebe auch eine Form an, wie wenn das Kind sagen würde: **„Lieber ich als du, liebe Mama bzw. lieber Papa“**. Es wird dann beispielsweise krank, weil es ihm selbst unbewusst der Mutter oder dem Vater etwas Schweres abnehmen will, in der Hoffnung, Mutter oder Vater damit zu retten.

In der Aufstellung von Bernd war es die Mutter selber, die aus Verbundenheit mit ihrem früh gestorbenen Vater schwer krank wurde. Es gibt aber immer wieder Fälle, in denen ein Sohn oder eine Tochter **ebenso wie** die Mutter oder der Vater bzw. sogar **statt ihrer** schwer krank wird, um sie am Gehen, d.h. am Sterben zu hindern. Auch in einem solchen Fall könnte es solch ein Anfangsbild geben wie eben, aber die Befragung der Stellvertreter würde klar machen, wie die genaue Dynamik ist.

In Aufstellungen zeigt sich immer wieder, dass auch der **Magersucht** diese Dynamik zu Grund liegt. Es ist, wie wenn ein Kind innerlich sagen würde: „Lieber verschwinde ich als du“, etwa die Tochter zum Vater, der im Innersten in irgendeiner Form „gehen“ will, was immer das konkret heißen mag.

Eine weitere Form, in der die kindliche Liebe zum Ausdruck kommen kann, lässt sich mit den Worten fassen: **Ich sühne für deine Schuld**.

Hier berührt sich der Aspekt der Bindung mit dem des Ausgleichs. Schuld muss anerkannt und getragen werden, das zeigt sich in Familienaufstellungen immer wieder. Wenn sich der Schuldige selbst nicht dazu stellt, übernimmt es eben ein Unschuldiger, meist ein Kind, manchmal aber auch ein Enkel oder gar ein Urenkel.

Diese Dynamik lässt sich z.B. häufig beobachten, wenn ein Vater oder Großvater schuldhaft ins Nazi-Regime verstrickt war und sich seiner Schuld nicht stellt. Wir haben beispielsweise eine Aufstellung erlebt, in der die Verbindung zwischen einem Großvater, der im 3.Reich als SS-Angehöriger die Tötung von Zivilisten zu verantworten hatte, und einem seiner Enkel, der psychotisch war, ans Licht kam. Solche und ähnliche Aufstellungserfahrungen legen die Sichtweise nahe, dass schwere Schuld im System häufig der Hintergrund von **Psychosen** ist.

Was als Schuld im System empfunden wird, ist sehr vielfältig, etwa auch wenn jemand um sein Erbe gebracht worden ist. Für mich als Mitarbeiterin in der Schwangerschaftskonfliktberatung ist in diesem Zusammenhang besonders beeindruckend und wichtig, dass die Seele Schwangerschaftsabbrüche offenbar tief innen als Schuld empfindet, die anerkannt und getragen werden muss. So jedenfalls legen es Aufstellungen nahe.

Soviel zum Aspekt Bindung.

Nun zum zweiten Aspekt, dem der **Ordnung**, an dem viele beim ersten Hören Anstoß nehmen. Worum geht es dabei?

Vorweg ist zu sagen, dass Hellinger zu seinen Aussagen über Ordnungen in Familiensystemen nicht als theoretisches Postulat, sondern über die Erfahrung aus unzähligen Familienaufstellungen gekommen ist, und zwar über die Rückmeldungen der Stellvertreter.

In jedem Familiensystem gibt es eine bestimmte Rangordnung, die von den Mitgliedern als stimmig erlebt wird und die offenbar mit dem jeweiligen Zeitpunkt des Eintritts in das System zusammenhängt. Wer früher da war, hat Vorrang vor den später Hinzugekommenen. Deshalb haben ältere Geschwister Vorrang vor den jüngeren, die Eltern haben als Eltern Vorrang vor den Kindern - als Paar sind sie gleichrangig, denn keiner von beiden war früher im System. Meist wird es als stimmig erlebt wenn der Mann rechts steht, also an erster Stelle, aber das ist kein „Muss“ – und die Kinder dem Alter nach den Eltern gegenüber. Jedes Familienmitglied hat also einen bestimmten Platz im System. Wenn jemand nicht an dem für ihn „richtigen“ Platz ist, ist das eine Störung mit oft schwerwiegenden Auswirkungen.

Ganz besonders wichtig ist, dass die Eltern Eltern sind und die Kinder Kinder. Das heißt zum einen, dass es ungut ist, wenn die Kinder für die Eltern deren Unerledigtes tragen. Das heißt zum anderen: Wenn z.B. zwischen dem Paar Spannungen bestehen und die Tochter vom Vater als „Bundesgenossin“ oder der Sohn von der Mutter als emotionale Stütze gebraucht wird, ist das gegen die Ordnung. Stellvertreter in einer Aufstellung äußern oft sehr massiv und direkt, dass sie an einem falschen Platz stehen, wenn sie sich in einer Partnerposition vorfinden, etwa wie im ersten Beispiel Bernd als Stütze und Partnerersatz neben seiner Mutter. Sie spüren sehr genau - das Kind ist dann nicht mehr in der Kindposition.

Für diese Störung der Ordnung wird sich das Kind später in irgendeiner Form selber bestrafen, etwa durch Krankheit, weil es tief in seinem Herzen diese falsche Position als Anmaßung empfindet, auch wenn es sie aus Liebe zu Vater oder Mutter eingenommen hatte. Nach seinem tiefsten inneren Gefühl steht ihm als Kind nicht der Platz als Partner oder Partnerin neben Mutter oder Vater zu; angemessen ist vielmehr die Kind-Position, und was zwischen den Eltern ist, ist deren Sache und geht das Kind nichts an.

Nach Hellinger besteht ein „riesiges Gefälle“ zwischen Eltern und Kindern, die Eltern sind immer die Großen, die Kinder immer die Kleinen. Die angemessene Haltung für das Kind gegenüber seinen Eltern ist das Nehmen und Danken.

Das Nehmen von den Eltern und das Nehmen der Eltern ist von zentraler Bedeutung für das weitere Leben eines Menschen. Es erfordert Demut und fällt oft sehr schwer, nämlich dann, wenn ein Mensch Vorwürfe gegen seine Eltern hat, etwa der Meinung ist, sie hätten vieles an ihm versäumt, vieles falsch gemacht, und sich deshalb von ihnen distanziert und abwendet.

Ein Mensch, der seine Eltern kritisiert, verachtet, sich über sie erhebt, etwa indem er ihnen ihre Versäumnisse und Fehler verzeiht, bleibt in jedem Fall kindlich an sie gebunden. „Nur was wir lieben gibt uns frei...“ Und er schadet sich damit auch deshalb selber, weil mit sich selber nicht im Reinen ist, sich selber ablehnt, wenn er seine Eltern ablehnt. Jeder ist ja gewissermaßen auch seine Eltern.

Die Weigerung, von den Eltern zu nehmen bzw. die Eltern zu nehmen, ist häufig der schon erwähnte 2. Hintergrund späterer Depressionen. Also nicht nur, wenn ein Elternteil tatsächlich fehlt, wie in den Beispiel von Verena, können Depressionen entstehen, sondern auch wenn ein Kind Eltern, die real da waren, nicht „nimmt“, weil es Vorwürfe hat. In unseren Seminaren ist das immer wieder ein ganz zentrales Thema.

Die Weigerung, die Eltern, insbesondere die Mutter, zu „nehmen“, scheint in vielen Fällen auch bei Brustkrebs eine Rolle zu spielen. Der Zusammenhang ist so häufig, dass der Blick darauf oft am schnellsten zur zentralen Dynamik führt, ohne eine Aufstellung des kompletten Systems der Herkunftsfamilie. Ich möchte Ihnen diese Dynamik und die Arbeitsweise in einem solchen Fall mit einer weiteren kleinen Aufstellung verdeutlichen.

Beispiel Charlotte, „Mitte und Maß“ S.197f

Charlotte soll die Krankheit aufstellen und sich neben sie stellen. Sie wählt für den Krebs eine Frau; zuerst stehen sie schräg nebeneinander.

Skizze Anfangsaufstellung:



Anweisung an Charlotte: Nimm sie an die Hand. Die Krankheit schaut Charlotte an, diese weint; dann stellt sich die Krankheit ihr gegenüber, sie schauen lange in die Augen, Krebs nickt freundlich, nach einer Weile geht Charlotte auf die Krankheit zu, innige Umarmung, lösen sich wieder, schauen sich in die Augen.

Hellinger zu Charlotte: Wer ist denn die Krankheit in Wirklichkeit? Ich habe die Mutter gesehen.“ Charlotte: „Ja, das macht Sinn“, ist sehr bewegt.

Manchmal arbeitet Hellinger in solchen Fällen ohne jede Aufstellung und macht der Frau, während sie noch neben ihm sitzt, nur Vorschläge wie, „Ja“ zu sagen, oder „Liebe Mama“. Seine Erfahrung ist: „Viele Krebspatientinnen sterben lieber, als dass sie sich vor ihrer Mutter verneigen.....Sterben ist leichter“.

Manchmal ist über diese schlichten Sätze, wie Hellinger sie hier vorgegeben hat, hinaus auch noch ein Ritual sinnvoll, etwa eine tiefe Verneigung oder ein Niederknien vor dem zuvor abgewerteten Elternteil. Ein solches Ritual wirkt auf viele Menschen altmodisch und wird bisweilen als Zumutung empfunden. Wenn der Vollzug aber möglich ist, hat er oft eine sehr befreiende und heilende Wirkung.

Soviel zunächst mal zum Aspekt der Ordnung. Im nächsten Abschnitt, in dem es um Ausgleich gehen wird, spielt die Ordnung dann auch noch einmal eine Rolle

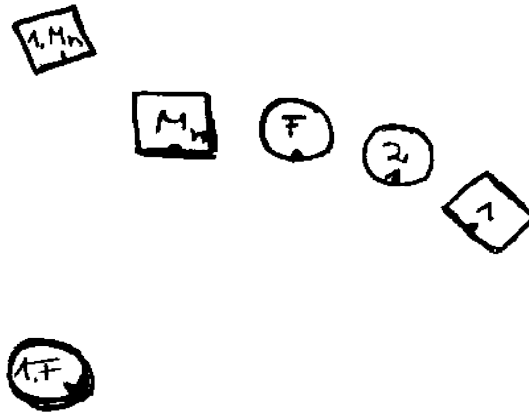
Nun also zum dritten wichtigen Aspekt, dem **Ausgleich**.

Mit diesem Stichwort ist vor allem Folgendes angesprochen: Alle, die zu einem Familiensystem durch Geburt oder als Partner dazugehören, müssen auch dazugehören dürfen und geachtet werden. Geschieht dies nicht, empfindet das System dies offenbar als Unrecht, bzw. als Störung der Ordnung, und es gibt dann Versuche von Kindern oder Enkeln oder anderen Systemmitgliedern, dieses Unrecht auszugleichen bzw. die Ordnung wieder herzustellen. Es ist, wie wenn so etwas wie ein „Sippengewissen“ existieren würde, das für Ausgleich und Ordnung sorgt.

Zur Veranschaulichung möchte ich mit Ihrer Hilfe das Gegenwartssystem von **Hans und Sabine** stellen. Es handelt sich um eine Patchwork-Familie.

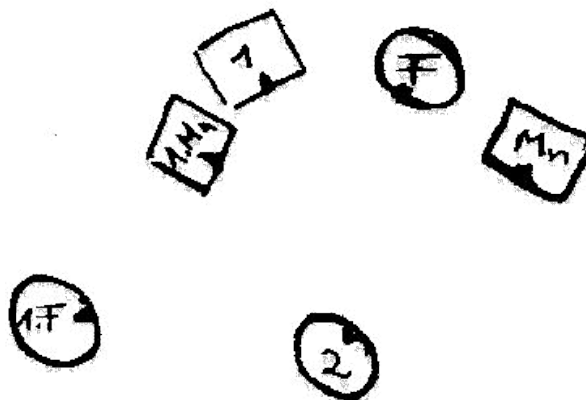
Hans und Sabine sind verheiratet und haben eine gemeinsame kleine Tochter. Sabine hat aus einer ersten Beziehung einen 10jährigen Sohn, Hans war schon einmal kinderlos verheiratet. Zum ihrem Gegenwartssystem gehören die früheren Partner dazu.

Skizze Anfangsaufstellung:



Sabine hat das Gefühl, nichts mehr mit ihrem 1. Partner zu tun zu haben; für sie ist diese Beziehung längst abgeschlossen, zumal sie mit diesem Mann nicht lange zusammen war. Hans ist immer noch sauer auf seine 1. Frau, die sich „wegen einem anderen“ von ihm getrennt hat. Sabines Sohn steht links neben seiner jüngeren Halbschwester, also noch nicht einmal direkt neben seiner Mutter, und sein Vater ist für ihn völlig außer Sicht und Reichweite. Etliche Personen haben keinen guten Platz, und damit sind Schwierigkeiten vorprogrammiert - Sie alle kennen sich selber solche Fälle. Das System wurde dann folgendermaßen geordnet, und alle waren zufrieden.

Skizze Endaufstellung:



Wichtig sind folgende Punkte:

Die früheren Partner müssen geachtet werden, sie gehören zum System dazu, und zwar als die ersten – die neuen Partner sind „nur“ die zweiten. Der Sohn aus der früheren Beziehung hat ältere Rechte an Sabine als Hans. Hans hat gegenüber ihm grundsätzlich weder Vaterrechte noch Vaterpflichten – was er für seinen Stiefsohn tut, muss von Sabine extra gewürdigt werden.

Ausgeklammerte frühere Partner der Eltern werden in der Regel durch ein Kind aus einer späteren Beziehung vertreten. Dadurch erklären sich manchmal Probleme, die ein Kind hat und macht. Es versucht, auf diese Weise an einen ausgeklammerten Früheren zu erinnern. Dazu später noch Genaueres.

Diese Dynamik, dass Ausgeklammerte und Abgewertete vertreten werden, gibt es nicht nur bezogen auf frühere Partner, sondern auf alle ausgeklammerten und/oder abgewerteten Systemmitglieder. Sie wird als Identifizierung bezeichnet und bedeutet für den Nachgeborenen, dass er irgendwie nicht sein eigenes Leben leben kann. Die Dynamik ist in einer Familienaufstellung meist klar erkennbar und lösbar.

Eine Erkrankung, die mit dem Ausschluß einer früheren Partnerin(eines früheren Partners) manchmal in Verbindung steht, ist die Neurodermitis. H. formuliert das so, dass ein Kind mit Neurodermitis oft den Segen einer früheren Partnerin des Vaters brauche.

Abwertung, Ausklammerung und Missachtung des Mannes durch die Mutter bilden oft den Hintergrund, wenn eine Tochter Bulimie entwickelt. Das Kind darf seinen Vater nicht lieben, und es ist, wie wenn es das, was es vom Vater bekommt, nicht nehmen bzw. behalten darf. Hellinger schlägt lösende Sätze vor wie: „Mama, ich nehme ihn jetzt als meinen Vater. Ich nehme dich und nehme ihn. Mir schmeckt's bei dir und schmeckt's bei ihm.“

Auch bei an Asthma leidenden Menschen kann der Hintergrund sein, dass die Liebe zu einem Elternteil nicht fließen konnte. Diese „unterbrochene Hinbewegung“ passiert entweder durch eine reale frühe Trennung, vor allem von der Mutter, etwa durch einen Klinikaufenthalt. Aber auch ohne eine äußere Trennung geschieht es manchmal, dass ein Kind einen Elternteil nicht haben konnte, etwa weil der eine Elternteil in seinem System verstrickt war und es nicht aushalten konnte, dass das Kind auch zum anderen Elternteil hinwollte. Zur Genesung braucht es die Erlaubnis, dass es die Liebe auch zum anderen Elternteil hin fließen lassen darf (Fall **Camilla**, Schäfer S.74f).

Die genannten systemischen Hintergründe von körperlichen und seelischen Krankheiten kamen in unzähligen Aufstellungen mit Erwachsenen ans Licht. Manche von Ihnen haben bei einigen der genannten Erkrankungen, etwa bei Neurodermitis oder Asthma, aber vielleicht weniger an Erwachsene gedacht, sondern an Kinder: an Ihre eigenen, an Nichten oder Neffen, an Kinder von Freunden oder Bekannten. Oder an Jugendliche mit Drogenproblemen oder Essstörungen.

In der Tat sind viele der beschriebenen Dynamiken zum Verständnis von Erkrankungen bei Kindern und Jugendlichen hilfreich, und oft gibt es eine wirkliche Heilung nur unter Einbeziehung dieser systemischen Ebene. Auch bei Verhaltensauffälligkeiten oder Störungen wie **Einnässen, Stottern und Hyperaktivität** finden sich oft systemische Verstrickungen im Hintergrund, besonders bei schweren und hartnäckigen Formen oder wenn ein Kind verschiedene Symptome parallel zeigt. So wird etwa berichtet, dass ein 10jähriger Bub ab der Nacht nach einem Aufstellungsseminar, in dem es um mehrere schlimme Selbstmorde in der Familie seiner Mutter ging, dauerhaft nicht mehr einnässte (Fall **Florian**, Schäfer S.70). Oder dass Stottern und auto-aggressives Verhalten bei einem 12jährigen nach und nach völlig aufhörte, nachdem sein Vater das Verhältnis zu seinem eigenen Vater in Ordnung gebracht hatte. Er hatte diesen Vater, der im Krieg viele traumatische Erlebnisse gehabt hatte, immer verachtet (Fall **Edwin**, Schäfer S.82f).

Wenn wir auf Verhaltensauffälligkeiten, Störungen und Erkrankungen bei Kindern blicken, fällt uns die Einsicht in systemische Zusammenhänge bisweilen relativ leicht, etwa wenn wir das Verhalten eines Kindes als Reaktion etwa auf die Trennungssituation seiner Eltern deuten können. Und wir wissen natürlich auch, dass die Reaktionen des Kindes nichts in Ordnung bringen, nichts verhindern und nichts ausgleichen können.

Schwerer fällt uns diese Einsicht, wenn die systemischen Zusammenhänge nicht so offensichtlich sind und vor allem, wenn es um uns selber als Erwachsene geht. Doch: Wir bleiben Kinder unserer Eltern, bleiben ihnen und anderen Vorfahren gegenüber die „Kleinen“, so wie unsere Kinder uns gegenüber. Und unsere unbewussten Versuche, etwa über Krankheit und Leiden Unrecht auszugleichen oder geliebte Menschen „retten“, führen nur zu weiterem Leid.

Diese kindliche Liebe, die, oft unbewusst, Schlimmes ausgleichen oder verhindern will, ist eine verstrickte, blinde Liebe. Das Kind maßt sich etwas an, was ihm nicht zusteht, sondern Sache der „Großen“ ist – der Eltern, Großeltern, oder noch weiter zurück. „Schrumpfen“ ist angesagt!

Schlußteil

Familienaufstellungen können mit Stellvertretern in Seminaren durchgeführt werden und ohne Stellvertreter in der Praxis. Immer wieder kommen Menschen zu mir, die sich zwar gerne mit dieser Methode eine Unterstützung holen würden, die aber aus verschiedensten Gründen nicht an einem Seminar teilnehmen wollen oder können. Für sie gibt es das Familienstellen ohne Stellvertreter. Auch da kann die Dynamik in der Familie sichtbar gemacht werden und kann dann im Folgenden nach einer guten Ordnung und heilenden Sätzen gesucht werden.

Was in Familien krank macht und was in Familien heilt, dazu möchte ich nun die wichtigsten Aspekte zusammenfassen:

Schwere Schicksale von Einzelnen Familienmitgliedern, z.B. eine schwere Krankheit, ein früher Tod, schlimme Erlebnisse im Krieg, müssen im Blick sein, ebenso schwere Familienereignisse wie Vertreibung, Flucht, Verlust der Heimat, Zerstörung des Familienbesitzes, damit sie nicht unheilvoll in nachfolgenden Generationen weiter wirken. Das Verdrängen und Nicht-mehr-darüber-sprechen kann sonst schlimme Folgen haben.

Die **Bindungskräfte** in Familien sind immer da, daher ist immer wichtig, dass niemand aus der Familie ausgeklammert wird, dass klar ist, wer alles dazugehört, und dass alle auch dazugehören dürfen.

Wenn zudem auch noch die **Ordnung** in der Familie beachtet und geachtet wird, dann braucht niemand in die Bresche springen und einen **Ausgleich** vollziehen.

Familienaufstellungen, so tiefgreifend, befreiend und beglückend sie oft wirken, sie sind keine Ultra-Kurz-Therapie, wie sie gelegentlich missverstanden werden, sie sind ein wichtiger Anstoß oder ein Heilungsimpuls, nicht mehr und nicht weniger.

Zu den Auswirkungen von Aufstellungen auf körperliche Erkrankungen möchte ich abschließend Albrecht Mahr zitieren. Im Vorwort des Buches von Bert Hellinger „Wo Schicksal wirkt und Demut heilt“ schreibt er:

„Gerade auf diesem Gebiet ist eine nüchterne und bescheidene Haltung angezeigt – und die Offenheit für Überraschungen. Körperliche Erkrankungen folgen eigenen Gesetzen, und eine sorgfältige medizinische Betreuung ist selbstverständlich.“

Andererseits sollte beachtet werden:

Ein Symptom kann eine Einstiegshilfe sein. Wichtig ist, dass sich der Blick weitet und öffnet auf größere Zusammenhänge, denn eine Krankheit kann ihre Wurzel außerhalb der kranken Person haben, sie kann aus dem System der Familie kommen, ohne dass von außen betrachtet irgendein Zusammenhang erkennbar ist.

Literatur:

Hellinger, B. (1999) Mitte und Maß Kurztherapien. Heidelberg

Hellinger, B. (2001) Wo Schicksal wirkt und Demut heilt.

Ein Kurs für Kranke. Heidelberg

Schäfer, T. (2002) Wenn Liebe allein den Kindern nicht hilft.

Heilende Wege in Bert Hellingers Psychotherapie. München

Kutschera, I. und Schäffler, Ch.(2000) Was ist nur los mit mir?

Krankheitssymptome und Familienstellen. München