

Vortrag Hofgeismar, 1. März 2002

Liebe, die bindet, und Liebe, die löst

Ich möchte Ihnen zunächst einige Fallgeschichten erzählen. Ganz gewöhnliche Geschichten aus dem Alltag des Familienstellens, nichts Besonderes. Es werden ja viele Geschichten darüber erzählt oder geschrieben, und meine sind auch zwei oder drei von vielen. Aber ich erzähle sie natürlich anders als der eine oder andere Journalist, ich erzähle sie im Kontext der Wirklichkeit, wie ich sie erlebe, und dieser Kontext ist vor allem geprägt vom Blick auf die tatsächlichen Vorgänge, auf die Hintergründe und auf die **Wirkung** dessen, was beim Familienstellen geschieht.

Wenn man zum Beispiel sieht oder hört oder liest, dass der Therapeut einen Klienten auffordert, sich vor seinen Vater zu knien und die Stirn auf den Boden zu senken, ist dies eine treffliche Gelegenheit, sich über solche Zumutungen zu entrüsten. Wenn man aber das **wirkliche** Verhältnis von Vater und Sohn anschaut und auf die Wirkung einer solchen rituellen Verneigung **für den Sohn** schaut, bekommt man ein vollkommen anderes Bild. Dann wird man nämlich sehen, dass dadurch das Vater-Sohn-Verhältnis in Ordnung gebracht wird und der Sohn (!) (der **Sohn**, nicht der Vater, für den ist eine solche Verneigung relativ unwichtig) eine tiefe Erleichterung erfährt. So werden Depressionen, Süchte und Krankheiten geheilt und kommen Männer wieder in ihre Kraft. Man kann natürlich sagen: Das ist es mir nicht wert, der Preis einer tiefen Verneigung ist mir zu hoch dafür, ich bleibe lieber beim Alkohol, aber man muss schon den **ganzen** Vorgang betrachten, um ihn beurteilen zu können.

Nun aber zu meinen Geschichten. Ich beginne mit einer jungen Frau, ich nenne sie Rita.

Rita ist neunzehn, sie geht noch zur Schule. Sie tut dies sehr ungern. Einmal hat sie die Schule schon gewechselt, aber es hat sich nicht viel verändert. Sie meint, es fehle ihr an Selbstbewusstsein und Selbstsicherheit. Sie fühle sich total klein und hilflos. Wenn man sie so sieht, möchte man es kaum glauben – sie ist groß, ausnehmend hübsch und spricht im Kreise von fast dreißig unbekanntem, zumeist viel älteren Leuten sehr klar und scheinbar sicher. Auch lächelt sie ein wenig, als sie von ihren Problemen spricht, als sei sie heimlich stolz auf sich (das sagt mir, dass das Kind in ihr einer geliebten Person aus ihrer Familie treu ist im Unglück und sich damit wohl fühlt). Das versteht sie allerdings nicht, als ich ihr meine Beobachtung mitteile. Ihr Selbstgefühl ist, dass es ihr schlecht geht. Sie fühlt sich nicht angenommen von der Welt. *„Wenn ich zu Hause bin, ist alles gut. Da geht es mir prima. Aber sobald ich nach draußen gehe, fühle ich mich unsicher und möchte am liebsten sofort wieder weg. Ich habe auch keinen Freund, es klappt einfach nichts.“*

Ich bitte sie, aus dem Kreis der Seminarteilnehmer zwei Leute als Repräsentanten auszuwählen und sie im Raum nach ihrem inneren Gefühl an einen Platz zu stellen: eine Person für sie selbst und eine für „die Welt“.

Sie schaut mich etwas erstaunt an: „Die Welt?“

„Ja“, sage ich, „nimm einfach jemanden, der die Welt repräsentiert, einen von den Teilnehmern hier, egal, ob Mann oder Frau.“

Sie wählt eine Frau für sich und eine für die Welt und stellt beide auf, etwa drei Meter voneinander entfernt. Die Welt steht Ritas Stellvertreterin mit dem Körper halb zugewandt; mal schaut sie sie freundlich an, mal schaut sie, mit sich selbst beschäftigt, weg.

So stehen beide eine Zeit, dann beginnt die Welt, sich langsam zu bewegen. Mit kleinen Schritten erkundet sie den Raum, behutsam tastend. Immer wieder schaut sie freundlich einladend zu Ritas Stellvertreterin, um dann wieder selbstversunken ihre Kreise zu drehen – kleine um sich selbst, große um Rita. Diese schaut sie an – staunend, unsicher, wie hin und her gerissen zwischen dem Impuls, sich der Bewegung anzuschließen, und der Frage: Darf (oder kann) ich denn das? Hilfe suchend schaut sich die Stellvertreterin im Raum um, schaut nach mir, nach der neben mir sitzenden Rita (dem Original) und dann wieder nach der Welt. Manchmal legt sie eine Hand an den Mund und beißt sich leicht auf einen Finger – wie ein Kind, das nicht weiß, was es machen soll, das unsicher ist, ob es sich bewegen darf. Rita selbst weint. Nach einer Weile bitte ich sie, jemanden für ihre Mutter aufzustellen.

Kaum steht die Mutter da, bricht Ritas Stellvertreterin in Tränen aus. Sie geht zur Mutter und fällt ihr in die Arme. Beide stehen lange Zeit eng umschlungen, dann lösen sie sich etwas, bleiben, immer noch Arm in Arm, nebeneinander stehen und schauen auf die Welt, die weiter ihre Kreise zieht.

Ich nehme Ritas Stellvertreterin von der Mutter weg und bitte sie, ihr zu sagen: „Mama, schau bitte freundlich, wenn ich mich der Welt zuwende und mit ihr glücklich werde.“

Das fällt ihr sehr schwer – erst nach ein, zwei Wiederholungen gelingt der Satz. Die Mutter ist einen Moment lang enttäuscht, dann nickt sie. „Es tut weh, aber es ist in Ordnung.“ An meine Adresse sagt sie dann noch: „Ich bin eine gebrochene Frau.“ Ich bitte Ritas Stellvertreterin, noch hinzuzufügen: „Ich sehe deine Enttäuschung und es schmerzt mich. Aber ich lasse das jetzt bei dir.“

Beide atmen tief durch, schauen sich entspannt an und sind erleichtert, und Ritas Stellvertreterin wendet sich wieder der Welt zu. Diese lächelt ihr freundlich zu, einladend, aber unaufdringlich. Ritas Stellvertreterin schaut ihr wie gebannt auf die Füße, die sich in einem gemächlich tänzerischen Schritt

bewegen. Lachend, etwas unbeholfen und zögernd noch, versucht sie, in diesen Schritt einzufallen, in Einklang zu kommen. Sie sieht aus wie ein kleines Kind, das einen neuen Tanz lernt und allmählich Spaß daran findet. Auch Rita selbst lächelt vorsichtig.

„Kannst du etwas damit anfangen“, frage ich sie, als die beiden Stellvertreterinnen wieder aus ihren Rollen geschlüpft sind und sich auf ihre Plätze gesetzt haben?

„Irgendwie schon“, meint sie zögernd, „aber meine Mutter redet mir nicht rein, sie hat mich längst losgelassen.“

„Das glaube ich dir“, sage ich, „aber was ist mit *dir*? Hast du *sie* losgelassen? Kannst du sie lassen, mit ihrer Enttäuschung vom Leben?“

„Ach so. Ja, da könnte was dran sein.“

„Und, bist du jetzt bereit, auf die Welt zuzugehen, mit ihr zu tanzen und von ihr zu lernen?“

„Ich versuch's.“

„Okay, das war's dann.“

Das war's wirklich, das war die ganze „therapeutische“ Arbeit, die ganze „Familienaufstellung“. Rita ist entlassen, wieder sich und der Welt überlassen. Dort gehört sie hin, dort ist ihr Platz, und ich, der Berater oder Therapeut, habe dort nichts verloren. Ich habe ihr etwas gezeigt – nein, noch nicht einmal das, ich habe dazu beigetragen, dass ihr etwas gezeigt **wurde** und sie sehen und fühlen konnte, wo für sie eine Lösung für ihr Problem liegt.

Einige Hinweise habe ich ihr im weiteren Verlauf des Seminars schon noch gegeben, denn wenn jemand sagt: „Ich versuch's“, dann ist er noch nicht wirklich bereit für eine Lösung. Das Versuchen dient vor allem der Gewissensberuhigung von Leuten, die (noch) nicht bereit sind, wirklich etwas zu ändern. Aber darauf kann ich sie höchstens hinweisen, der Rest ist allein ihre

Sache. Wenn sich der Berater da einmischt, nimmt er dem Klienten etwas weg (und lädt sich selbst etwas auf, was ihm weder gehört noch zusteht, und leidet dann irgendwann unter „burn out“). Rita hat jetzt ein Bild, das sie leiten kann. Das Bild wird in ihrer Seele wirken, sie braucht es sich nicht einmal zu merken. Sie kann es ruhig vergessen. Je weniger sie bewusst „an ihrem Problem arbeitet“, umso kraftvoller wird die Wirkung des Bildes sein.

Vorher hatte sie auch ein Bild, ganz unbewusst: das Bild ihrer traurigen, vom Leben enttäuschten Mutter, der sie treu bleiben und beistehen wollte, während ein Teil von ihr sehnsuchtsvoll-ängstlich auf die Welt schaute, wie sie sich drehte und sie zum Tanz einlud. Die Liebe zur Mutter ließ es nicht zu, dass sie einfach mittanzte, dies wäre dem kindlichen Gewissen wie ein Abfall von der Mutter, wie Verrat vorgekommen. Ohne es zu wissen, sagt sie innerlich zur Mutter: „Wenn die Welt dich enttäuscht hat, will ich auch nichts von ihr wissen. Ich halte mich ihr fern und bleibe bei dir.“

Dieses kindliche Gewissen ist sehr mächtig, so mächtig, dass man sich ihm kaum entziehen kann – zumal es unbewusst wirkt. Wir fühlen es als das Gefühl von Schuld und Unschuld. Es steht unserem Wollen oft völlig entgegen. Das war auch der Hintergrund des Lächelns auf Ritas Gesicht, als sie von ihren Problemen erzählte: das Gefühl der Unschuld. Dies ist ein sehr schönes Gefühl und ein sehr mächtiges inneres Bild, das Bild der Unschuld. Damit fühlen wir uns wohl, auch - ja gerade – im Leiden! Denn im Mit-Leiden gehören wir dazu.

Wir wünschen uns zum Beispiel eine erfüllte Liebesbeziehung, aber wenn die Eltern in der Liebe gescheitert sind und darunter gelitten haben, gibt es eine Kraft in uns, die die Erfüllung dieses Wunsches verhindert oder, wenn wir uns doch trauen, uns im Innersten schuldig fühlen und vielleicht sogar krank werden lässt. Oder wir zerstören – scheinbar mutwillig –, was uns am Herzen liegt. Es ist nicht einfach nur Mutwillen, der dort am Werk ist. Es ist die kindliche Bindungsliebe, der eines über alles geht: dazuzugehören! Dazuzugehören zur

Familie, zur Mutter, zum Vater, zu den Geschwistern, den Großeltern – und hier vor allem zu denen, die ein schweres Schicksal hatten. Diese Bindungsliebe ist die Basis von dem, was wir „mein Gewissen“ nennen, und sie steckt die Bahnen unseres Lebens ab.

Auch Ritas Gefühl, nicht gut genug zu sein, überall zu versagen (das übrigens im krassen Widerspruch zu ihren tatsächlichen Leistungen in der Schule oder ihrer Fähigkeit, sich in diesem Kurs zu artikulieren, steht), hängt mit dieser Verstrickung zusammen. Das eigentliche Versagen besteht darin, dass sie es nicht geschafft hat, der Mutter zu helfen, sie aus ihrer Depression zu holen.

Ähnlich war es schon bei ihrer älteren Schwester, die ein halbes Jahr vorher bei mir war. Auch sie traute sich nichts zu, wusste nicht, welchen beruflichen Weg sie einschlagen sollte, fühlte sich überall überfordert. Die Aufstellung deckte auf, was hinter ihrem Versagergefühl steckte: Die Eltern hatten sich getrennt, und sie, die älteste Tochter, hatte es nicht geschafft, dies zu verhindern. Ich begegne diesem Muster immer wieder bei Menschen, die sich als unfähig, schwach, unwert, erschöpft erleben: Sie haben es nicht geschafft, ihre Eltern oder deren Beziehung glücklich zu machen.

So erging es auch Kurt, einem vielseitig begabten, gut aussehenden Mann Mitte dreißig. Nach zwei Aufstellungen war in sein Berufsleben eine gewisse Kontinuität mit zaghaften Erfolgen gekommen, was eine erhebliche Verbesserung gegenüber dem vorherigen Zustand darstellte. Aber die Frauen verließen ihn immer noch nach einiger Zeit, obwohl seine Sanftheit in Verbindung mit einer tiefen Stimme und einem groß gewachsenen, kräftigen Körper sie sehr anzog. Also war er noch einmal gekommen und hatte mir erzählt, dass er auch sexuelle Probleme habe – eine sexuelle Vereinigung kam immer nur mit starker Nachhilfe der Partnerin zustande. Bis zur Vereinigung

war alles bestens, aber dann machte er buchstäblich schlapp. Später, wenn die Hürde mithilfe der Partnerin überwunden war, ging es dann wieder.

Ich konnte mir zunächst keinen Reim darauf machen und stellte ihn allein auf. Ich sah eine tiefe Traurigkeit in seinem Gesicht und stellte eine Person hinzu „für das, was dich traurig macht“. Die Traurigkeit wurde tiefer, sein Körper leicht unruhig. Dann sah ich plötzlich, dass es um die Mutter ging. Ich stellte sie dazu, und er begann leicht zu weinen.

„Sag zu ihr: ‚Mama, ich habe versagt‘“, schlug ich ihm vor.

Er sagte es und begann heftig zu weinen.

„Ich habe es nicht geschafft, dich glücklich zu machen.“

Dies brach den Bann vollends, er wurde von heftigem Weinen erschüttert. Das war die Wurzel seiner Versagensangst, die sich sogar in seinem Körper festgesetzt hatte. Die Eltern hatten sich getrennt, als er achtzehn war, aber die Mutter war schon lange vorher nicht mehr glücklich gewesen in der Beziehung, und der Sohn wollte sie glücklich machen – natürlich vergebens.

Ist es die Aufgabe von Kindern, ihre Eltern glücklich zu machen, deren Leben Sinn zu geben, ihre Ehe zu retten? Natürlich nicht. Manchmal beklagen (längst erwachsene) Kinder sich, dass ihre Eltern genau dies von ihnen erwartet oder sie sogar dazu benutzt haben. Dies mag in vielen Fällen stimmen, ist jedoch für die Lösung völlig unerheblich. Im Gegenteil: Wenn man dieser vorwurfsvollen Haltung Raum gibt und vielleicht sogar, wie viele Therapien es tun, ihren emotionalen Ausdruck fördert, verfestigt man das Problem. Dann bleibt nämlich das Kind das Opfer, und Opfer sind per definitionem hilflos und ohnmächtig und können daher auch nichts ändern. Handlungs- und lösungsfähig sind nur „Täter“. Gerade da, wo es im äußeren Geschehen eine klare Täter-

Opfer-Konstellation gibt, muss der Therapeut dem Opfer zumuten, seinen Beitrag zum Geschehen zu sehen und anzuerkennen. Im vorliegenden Fall ist es so, dass es letztlich die Liebe **des Kindes** ist, die die Eltern retten **will**. Daher kann die Lösung nur bei dieser Liebe ansetzen und gelingen.

Ritas und Kurts Aufstellungen zeigen den grundsätzlichen Weg (der in anderen Fällen immer eine jeweils eigene Gestalt hat), wie man sich aus dieser Verstrickung, diesem Bann lösen kann (von Kurt weiß ich inzwischen, dass die Aufstellung gewirkt hat). Nicht, indem sie sich von der Mutter abwendet. Nicht, indem sie etwa sagt: Damit will ich nichts zu tun haben. Auch nicht, indem sie sagt: Ich mache es besser. All dies würde sie nur noch stärker bannen. Je mehr ich mich dem Schicksal meiner Familie entziehen will, umso mehr gerate ich in den Bann dieses Schicksals, denn mein Gewissen, die kindliche Bindungs Liebe (die auch dort wirkt, wo äußerlich Streit, Kampf, Hass oder Kälte dominieren), lässt den Abfall im Bösen nicht zu. Die einzige Lösung ist ein Abfall im Guten.

Dieser Abfall im Guten ist jedoch sehr schmerzhaft, deshalb vermeiden wir ihn. In ihm erleiden wir den Schmerz, den die Begegnung mit der Wirklichkeit, mit dem Sosein des Lebens und der Welt, in uns auslöst. Und dem Schmerz, den die Liebe mit sich bringt, und den nur die Liebe aushalten kann. In diesem Fall ist es ganz konkret der Schmerz des Verzichtes: Das Kind muss darauf verzichten, der Mutter zu helfen. Darin liegt auch der Schmerz des Ego, das auf diese Weise gestützt wird. Es muss nämlich erkennen, dass es viel zu klein ist, eine so große Aufgabe zu bewältigen. Nicht nur die Relation zwischen Kind und Eltern, sondern auch die zwischen dem Ich und der Welt wird damit in Ordnung gerückt. Wer dies in Liebe aushält, wird innerlich geläutert und verwandelt. (Im übrigen: Auch die Welt können wir nicht retten, sie ist, wie die Eltern, viel zu groß für uns. Die Idee, die Welt zu retten oder die Menschheit zu erlösen oder zu verbessern entspricht dem kindlichen Bedürfnis, die Eltern zu retten oder zu

ändern; und nicht selten steckt dahinter ganz konkret eine entsprechende familiäre Konstellation).

Rita muss also ihre Mutter anschauen, ihre Liebe zu ihr fühlen und der Tatsache ins Auge schauen, dass sie ihr nicht helfen kann; dass sie liebt und in ihrer Liebe völlig hilflos ist. Das kann gelingen, wenn sie erkennt, dass die Mutter ebenfalls liebt. Wenn sie ihr also in die Augen schaut und sagt: „Mama, wenn die Welt dich enttäuscht hat, will ich auch nichts von ihr wissen. Ich halte mich ihr fern und bleibe bei dir“, dann wird sie sehen, dass es der Mutter mit diesem Satz nicht besser, sondern schlechter geht. Denn keine Mutter möchte, dass ihr Kind ihr eigenes Leid weiter trägt. Damit würde ja alles nur noch schlimmer. Wenn das Kind jedoch sagt: „Mama, ich sehe deinen Schmerz (oder was immer es ist), ich achte ihn und lasse ihn – mit Liebe – bei dir“, dann reagiert die Mutter erleichtert.

Aber für das Kind ist es sehr, sehr schwer, diesen Satz zu sagen. Denn in diesem Satz begegnen wir einer grundlegenden und sehr schmerzhaften Tatsache: der Tatsache, dass wir uns dem Leben so fügen müssen, wie es ist. Mehr noch: Wir müssen uns ihm hingeben, uns ihm ganz geben. Denn wer sich einem Tanz nur widerstrebend oder resignierend fügt, der tanzt in Wirklichkeit nicht. Nur wer sich der Musik und dem Rhythmus ganz überlässt, kommt in den Genuss des Tanzes.

Es ist manchmal schrecklich, zu sehen, wie weit die Bindungsliebe geht. Auch da, wo jemand unzweifelhaft das Opfer der Willkür eines anderen oder einer Gruppe ist, wirkt im Verborgenen diese Liebe. Das heißt, das Opfer opfert sich (unbewusst) aus Liebe (Treue) zu einer Person aus der Familie, die ein ähnliches Schicksal hatte, oder, z.B. beim Inzest, um der Mutter ein solches Schicksal zu ersparen oder dem Vater sein Schicksal zu erleichtern.

In einem der ersten Seminare, die ich geleitet habe, war eine Frau mit einer schweren Familiengeschichte, nicht wenige würden sie wohl als Horrorgeschichte bezeichnen. Ihr Vater hatte sie (und, wie ich allerdings erst später erfuhr, auch ihre Geschwister beiderlei Geschlechts) vom vierten Lebensjahr an auf schwerste Weise sexuell missbraucht. Er hatte nichts und niemanden ausgelassen. Mit vierzehn hatte sie ihm, mit einem Küchenmesser in der Hand, Einhalt geboten. Er hatte sie nicht mehr angefasst, aber sich gut zehn Jahre später an ihrer Tochter vergriffen. Darauf hatte sie ihn angezeigt, und er war zu einer Gefängnisstrafe und zu Kontaktverbot mit der Familie verurteilt worden. Als ich die Familie aufstellte, war in den Augen ihrer Stellvertreterin sofort zu sehen, dass sie den Vater liebte. Ich setzte mich neben die Klientin, schaute sie an und sagte:

„Du liebst deinen Vater ja!“

Einen Moment war Stille, man hätte eine Nadel fallen hören können, dann sagte sie:

„Ja“.

Dann kamen die Tränen.

Sie liebte ihren Vater, trotz allem. Sein Verhalten war durch nichts zu rechtfertigen, und doch war und blieb er ihr Vater. Er war aus der Familie getilgt, wenn überhaupt von ihm die Rede war, hieß er nur „das Schwein“, und alle litten sie darunter. Alle, nicht nur er! Viel mehr als unter seinen Taten litt Petra darunter, dass sie glaubte, ihn nicht lieben zu dürfen.

Es war nicht leicht, für mich als Gruppenleiter nicht und erst recht nicht für sie und ihre Familie, aber sie schaffte es, beides auseinander zu halten und damit „in Ordnung“, in die rechte Ordnung, zu bringen: Die Tatsache, dass er ihr Vater und sie seine Tochter war und dass sie den Vater als Tochter haben und lieben durfte, und die Tatsache, dass ihr geliebter Vater ein Kinderschänder war, der

ihr selbst, ihren Geschwistern und ihrer eigenen Tochter schwere körperliche und seelische Schmerzen zugefügt hatte, um seiner Lust Willen. Sie konnte den Vertreter ihres Vaters in der Aufstellung anschauen und ihm beides sagen, sie konnte ihn als Vater nehmen und als Sexualpartner zurückweisen und die Schuld bei ihm lassen.

Und einige Jahre später, anlässlich des Todes ihrer Mutter, konnte sie ihm auch wieder leibhaftig gegenüber treten – wie sie sagt, mit Distanz, aber ohne Hass und ohne Groll. Ich habe später auch mit ihrer Tochter gearbeitet, die damals krank war – sie hatte Bulimie und hatte sich vergebens durch mehrere – auch stationäre - Therapien gequält - und die heute voll und gesund im Leben steht. Die Heilung hatte aber schon unmittelbar nach der Aufstellung ihrer Mutter eingesetzt. Schließlich ist auch ihr Mann noch gekommen, um seinen Platz in dieser schwierigen Konstellation zu finden. Es hat ihm gut getan zu sehen, dass Frau und Tochter den Vater nehmen und lassen können, wie er ist, und er konnte jetzt der Tatsache (es **ist** ja eine Tatsache!) zustimmen, dass in seinen Kindern auch dieser Schwiegervater weiterlebt.

Was ist hier die Ordnung, die Ordnung der Liebe?

Dass Kinder ihre Eltern lieben, ganz gleich, was diese getan oder unterlassen, verbrochen oder geleistet haben.

Man mag fragen: „Hat der Vater denn das verdient?“ oder „Jetzt soll die Tochter ihn auch noch lieben!“, aber darum geht es nicht. Es geht um die Tochter (wenn sie die Klientin ist) und darum, was für *sie* lösend ist, was *sie* mit sich in Einklang bringt, was *ihrer* Seele Frieden bringt. Hier war das vollkommen klar. Interessanterweise schauen viele von denen, die sich – vorgeblich – für Missbrauchs- (und andere) Opfer engagieren, in eine andere Richtung. Anstatt auf das, was den Betroffenen hilft, in Frieden zu kommen, schauen sie auf die Tat und den Täter. Im Falle von Petra war es so, dass sie sich durch Malen mit ihrem Erleben auseinandergesetzt hatte – sie hatte den Missbrauch auf Leinwand

gebannt, um sich seiner damit zu entledigen. Das Frauenhaus in ihrer Heimatstadt hatte großes Interesse an ihren Bildern und wollte eine Ausstellung veranstalten. Dazu wollte Petra noch einige Bilder malen, doch dann kam die geschilderte Aufstellung dazwischen. Nach der Aufstellung malte sie – aber sie malte nicht mehr den Missbrauch, sondern seine Überwindung. Sie malte plötzlich einfach schöne, zarte Bilder über die Liebe und andere Themen. Es machte ihr Spaß, sie fing an, eine neue, positive Welt zu entdecken. Damit wollte das Frauenhaus dann keine Ausstellung mehr machen, die **Überwindung** des Missbrauchs war für die engagierten Frauen kein Thema. Sie wollten den Missbrauch, nicht die Lösung. Petra hat sich zuerst darüber geärgert, aber dann hat sie gesehen, dass es so ist, dass die Frauen an *Opfern* interessiert waren – aber sie war kein Opfer mehr. Das Frauenhaus brauchte sie nicht mehr, und sie brauchte das Frauenhaus nicht mehr.

Das Thema „sexueller Missbrauch“ oder Inzest ist äußerst komplex, und den Opfern ist mit nichts weniger gedient als mit der üblichen Entrüstung und eifernder Täterverfolgung. Ich rede hier von der psychologischen Ebene und davon, was dem Opfer wirklich hilft, nicht von der rechtlichen Ebene, auf der der Täter zur Verantwortung gezogen werden muss. Die Schuld liegt immer beim Erwachsenen. Aber für eine Lösung *für das Kind* ist es wichtig, *dessen* seelische Verstrickung mit zu sehen.

Manchmal entstehen zwischen Vater und Tochter (um einmal den üblichsten Inzestfall zu nehmen) regelrechte Liebesbeziehungen. Eine Klientin, Mutter von vier Kindern, hat mir einmal gesagt, die sexuelle Beziehung zu Ihrem Vater sei die schönste Liebesbeziehung gewesen, die sie je hatte. Häufig ist auf beiden Seiten Liebe im Spiel, und manchmal auch Lust – auf beiden Seiten. Es ist wichtig, dass das Kind das anerkennt, dass die Frau, die dies erlebt hat, sich eingesteht, dass auch Lust dabei war (wenn es so war). Dieses Eingeständnis wirkt immer erleichternd. Aber auch dort, wo das Kind den

Übergriff nur erleidet, ist versteckt Liebe dabei. Manchmal ist es Liebe zur Mutter, die nicht mehr mit dem Vater schlafen will, wo das Kind sich quasi für sie opfert – dann hilft der Lösungssatz: „Mama, für Dich habe ich es gerne getan“. Manchmal ist es die Verbundenheit mit einer Ahnin, die Ähnliches erlitten hat. Und manchmal ist es die Liebe zum Vater, zum Täter – das Kind „sieht“ (auf einer tiefen seelischen Ebene, die dem äußeren Erleben durchaus widersprechen kann) seine Einsamkeit und will ihn retten oder trösten, um jeden Preis.

Der Therapeut oder Berater kann dies nur sehen, wenn er sich innerlich nicht auf die Opfergeschichte einlässt und nicht für das Opfer Partei ergreift. Wenn er oder sie dies nicht kann, verstrickt er die Klientin noch mehr. Wer im Sinne moralischer Entrüstung mit Fingern auf die Täter zeigt, kann dem Opfer nicht helfen. Nur aus der inneren Distanz heraus lässt sich erkennen, wem das Opfer in seinem Opfersein treu ist, wem es in Liebe folgt oder für wen es in Liebe etwas übernimmt.

Wenn man dies ans Licht bringen kann, erhält das Opfer seine Würde als Mensch zurück. Das scheint sehr merkwürdig, aber nur auf den ersten Blick: Indem jemand seinen eigenen Anteil am Geschehen sieht und anerkennt, kommt er in eine aufrechte Haltung. Er (oder sie) ist nicht mehr gekrümmtes, erniedrigtes Opfer, sondern übernimmt eine aktive Rolle. Dieses Aktive ist meistens eine in der Tiefe der Seele wirkende Liebe, und das Anschauen und Fühlen dieser Liebe heilt.

Es gibt eine Liebe, die bindet, und eine Liebe, die löst, die frei macht. Die bindende Liebe kann man auch als kindliche Liebe bezeichnen, die lösende als erwachsene. So wie sich das Erwachsensein aus der Kindheit ergibt, so wächst auch die erwachsene, lösende Liebe auf dem Boden der kindlichen, bindenden

Liebe. Es ist ein Wachstumsprozess, keine Alternative, die man beliebig wählen kann. Ohne Anerkennung der Bindung gibt es keine Lösung. Und auch in der Lösung ist man nicht frei im Sinne von losgelöst oder unabhängig, sondern als jemand, der sein Gebundensein nimmt und ihm zustimmt.

Kinder sind an ihre Eltern gebunden, an ihre Geschwister, an die Geschwister der Eltern, an die Großeltern usw. Die Bindung ist umso stärker, je näher die Verwandtschaft und / oder je schwerer das Schicksal ist, dass ein Familienmitglied zu tragen hat(te). Wenn zum Beispiel ein Geschwister behindert ist oder als Kind gestorben ist, ist die Bindung zu diesem Geschwister meist stärker als zu den anderen. Ebenso, wenn ein Onkel im Krieg gefallen ist. Alle Mitglieder der Familie, die ein besonderes Schicksal hatten, haben in der Seele der anderen einen besonderen Platz.

Woher diese Bindung kommt, weiß ich nicht. Manchmal werde ich gefragt, ob sie etwas Natürliches, etwas Genetisches sei, oder ob sie gesellschaftlich bedingt sei. Ich kann das nicht beantworten, und ich glaube, niemand kann das. Hinter der Frage steckt meist die Hoffnung, wenn es etwas Gesellschaftliches, also etwas Erworbenes sei, könne man es ändern, könne man sich dem entziehen – indem man z.B. die Gesellschaft verändert oder indem sich die gesellschaftlichen Rollen und die eigene Haltung dazu sich verändern. Diese Hoffnung trägt. Denn auch wenn die Ordnungen, die sich beim Familienstellen zeigen, gesellschaftlich bedingte Ordnungen sind (was ich annehme), sind sie das Resultat einer hunderttausende Jahre langen menschlichen Evolution (von früheren Evolutionsstufen, die ebenfalls noch in uns wirken, ganz zu schweigen). Die Sippen- und Familienbande haben die menschliche Evolution erst ermöglicht. Sie sind, bei aller Begrenzung und allem Leid, das sie auch hervorbringen, ein evolutionär überaus erfolgreiches Modell, und als solches wirken sie in uns quasi wie Naturgesetze. Sie mögen in Bewegung sein und sich

im Laufe der Zeit auch ändern – aber in evolutionären Zeitspannen. Und diese Änderungen entziehen sich weitgehend unserem Wollen.

Die Bindung an die Familie und Sippe zeigt sich in den Aufstellungen als Liebe. Das Ich fühlt diese Liebe oft nicht oder will sie nicht fühlen, aber in der Seele existiert und wirkt sie. Das ist außerordentlich wichtig, denn es bedeutet, dass die Lösung nur über die Liebe gelingen kann. Wir müssen den Ort finden, wo die Liebe fließt, müssen diese Liebe sehen und fühlen. Das ist die Aufgabe der Therapie – wenn wir es denn Therapie nennen wollen. Nur dann können wir uns lösen, was heißt, den (schmerzhaften) Schritt von der kindlichen Liebe zur erwachsenen Liebe gehen. Manche empfinden die Bindung als Last, die sie loswerden möchten. Das ist sehr verständlich. Wenn zum Beispiel Mutter und Großmutter depressiv waren, hat die Tochter Angst, ebenfalls depressiv zu werden. Sie versucht, sich davon abzugrenzen, anders zu werden. Sie empfindet dieses potentielle Erbe als Bedrohung. Das funktioniert aber nicht, sondern ist der sicherste Weg in die Depression. Warum? Wegen der Bindungs Liebe, weil die Bindung als Liebe auftritt. Diese Liebe erfordert es, dass wir auf diejenigen zugehen, mit denen wir verbunden sind, und sie umarmen, und dass wir uns dem, was wir fürchten, zustimmend stellen. Als erstes müssen wir uns unserer Herkunft zustimmend stellen, zunächst und in erster Linie unseren Eltern.

Es ist ein verbreitetes Missverständnis, dass das Familienstellen (oder Bert Hellinger) die Liebe des Kindes zu den Eltern *fordere*, im Sinne einer moralischen Norm. Tatsache ist, dass diese Liebe *ist* – sie ist eine *tatsächliche Gegebenheit*. Beim Familienstellen geschieht nicht mehr, als dass diese Tatsache ans Licht gebracht wird, weil erst auf der Basis dieser Tatsache Lösungen gelingen können. Die Lösungen selbst gehen über diese kindliche Liebe weit hinaus.

Denn das Kind (hier vor allem verstanden als das Kind im Erwachsenen) liebt *für sich*. Selbst da, wo es sich opfert, möchte es seine Eltern und sein Bild behalten. Seine Liebe will die Wirklichkeit nicht wahrhaben, sondern sie durch das Opfer beeinflussen, überlisten. Es hat Angst, alles zu verlieren, wenn es die Wirklichkeit anschaut, wie sie ist. Vor allem hat es Angst, die Eltern und seine Liebe zu ihnen zu verlieren – das ist schlimmer als der Tod. Wenn es gar nicht mehr gegen die Wirklichkeit ankommt, dann nimmt es zur letzten Rettung Zuflucht: Es leugnet die Liebe und versucht, sie zu ersticken. Damit erstickt es selbst.

Die kindliche Liebe ist also tatsächlich eine Ich-Liebe. Ihr Gegenpol ist aber nicht etwa die Nächstenliebe - diese ist lediglich eine trickreiche Variante der kleinen Ich-Liebe - sondern die *Liebe zur Wirklichkeit*. Die große Liebe ist groß, weil sie die Wirklichkeit aushält, wie sie ist. Weil sie nicht eine Idee liebt oder ein Bild, sondern das Leben, wie es ist. Sie hält es zum Beispiel aus, dass die Mutter leidet oder aus dem Leben gehen will, ohne dass man sich einmischt, ohne dass man ihr durch Mit-Leiden ihr Schicksal erleichtern oder nehmen will; oder dass der Partner ganz anders ist, als ich ihn gerne hätte; oder dass die Welt so ist, wie sie ist. Sie hält das nicht nur aus, sondern sie hält es *liebend* aus, ohne sich abzuwenden, ohne hart oder zynisch zu werden. Diese Liebe löst – sie löst aus Verstrickungen und aus dem Bann, in dem uns die kleine Liebe ebenso wie das Leugnen der Liebe (der Kampf) gefangen hält.

„Man muss der Wirklichkeit zustimmen, wie sie ist“, habe ich Bert Hellinger oft sagen gehört. Ein großer Satz, und ein schrecklicher. Denn die Wirklichkeit, wie sie ist, ist das nicht eine Aneinanderreihung von Furchtbarem, Schrecklichem? Kriege, wo man hinschaut, Mord, Vergewaltigung, Tod, Folter, Hunger, Elend, Krankheit ... Zustimmen, dem zustimmen? Ganz zu Anfang meiner Arbeit als Familiensteller habe ich ihn einmal gefragt, ob er das denn wirklich kann, der

Wirklichkeit zustimmen mit allem: „Ja schon“, hat er ganz ruhig gesagt, „obwohl es auch für mich oft schrecklich ist, was ich da sehe. Aber ich stimme schon zu.“

Wie geht das? Man muss einen weiten Blick haben, einen, der das Ganze umfasst, über das jeweilige Einzelschicksal hinaus, aber ohne dieses aus dem Blick zu verlieren. Man muss in der Lage sein, sich berühren zu lassen, ohne dabei stehen zu bleiben. Und man muss davon Abstand nehmen, Ereignisse zu bewerten. Man muss lernen, einfach hinzuschauen und sich von der **Wirklichkeit** führen und belehren zu lassen. Dies geschieht beim Familienstellen, dies ist es, was die Tiefe und die Kraft dieser Arbeit ausmacht.

Es gibt nichts Schreckliches, das beim Familienstellen nicht auftaucht, und es gibt nichts, was so schrecklich ist, dass es nicht zu einem tiefen Frieden und einer tiefen Andacht führt, wenn man sich ihm offen stellt – offen, das heißt ohne den Versuch, es zu verändern. So verständlich unsere Wünsche nach einer anderen, heileren Welt auch sein mögen – sie führen nur zu Schlimmerem; und so verständlich und manchmal geradezu überwältigend der Drang ist, vor dem Schrecken der Welt im Ganzen oder schlimmen persönlichen Schicksalen im Einzelnen die Augen zu verschließen, wegzuschauen und sie aus unserem Bewusstsein zu verbannen – dieses Wegschauen ist die Ursache unseres Leidens.

Die Wirklichkeit wirkt auch ohne unsere Zustimmung, sie ist darauf nicht angewiesen. Aber **wir** sind darauf angewiesen. Denn aus eben dieser Wirklichkeit, sei sie schrecklich oder schön, speist sich unser Leben, beziehen wir unsere Kraft – und wenn wir uns dagegen stellen, haben und sind wir verloren.

Ich erlebe es fast jedes Wochenende, dass die Teilnehmer nach der ersten Runde eines Seminars ebenso erschrocken wie beeindruckt und gefesselt sind, wie tief diese Arbeit geht und wie „wahr“ sie ist. „Wahr“ nicht in einem metaphysischen oder philosophischen Sinne, sondern als klares inneres Gefühl, dass hier eine Wirklichkeit aufscheint, die allen gemeinsam und im Innersten vertraut ist, die alle aber auch fürchten, weil sie keine Ausflüchte mehr lässt.

Dieses Erschrecken kann man auch in der öffentlichen Wahrnehmung des Familienstellens beobachten. Anders als in den Kursen kann der Leser eines Artikels oder eines Buches sich die Sache selbst aber noch relativ leicht vom Leibe halten (und damit seine Abwehr aufrecht erhalten), während die Kursteilnehmer buchstäblich mit Leib und Seele in den Prozess hineingezogen werden. Dabei erleben sie dann, wie der Schrecken, wenn man ihn lässt, in eine Tiefe führt, in der sich Stille, Frieden und Liebe ausbreitet – und zwar ganz von allein, nur durch das vorurteilsfreie Nehmen der Wirklichkeit.

Dieser Friede ist kein Friedlichsein, diese Liebe ist kein Liebsein. Sie sind natürliche Zustände, die zu uns gehören; sie werden uns zuteil, wenn wir uns dem, was ist, offen zuwenden. So ist denn die Liebe am Ende eine Liebe zu dem, was ist, eine Liebe zur Wirklichkeit. In dieser Liebe sind wir frei.

Dies ist freilich eine andere Art von Freiheit als die, nach der die meisten streben. Sie will das Wirkliche, das Gegebene, nicht überwinden, sondern fügt sich ihm. In diesem Sich-Fügen, im Erkennen und Anerkennen unserer Bindungen und Grenzen, zeigt sich erst der Horizont dieser Freiheit.

Das Bild des Flusses scheint mir gut geeignet, dies zu verdeutlichen. Das Wasser des Lebens fließt nur, indem es von der Landschaft, in die sich die Quelle ergießt, begrenzt wird. Die Eigentümlichkeiten dieser Landschaft

machen aus dem Wasser einen Fluss. Ohne Grenzen würde das Wasser einfach versickern. Damit es den Weg zum Meer findet, muss es sich diesen Grenzen fügen – die Ufer und das Flussbett geben dem Wasser erst die Möglichkeit, lebendig zu fließen und seinen weiten Weg zu nehmen. Natürlich: Es reibt sich an seinen Grenzen, sie sind in ständiger Bewegung und werden durch das Wasser auch geformt und, in langen Zeiträumen, verändert, aber als Grenzen bleiben sie und geben dem Fluss die Richtung und die Kraft zu fließen. Und mehr, als dass er sich an ihnen reibt, fügt er sich. Tatsächlich entsteht und verändert sich der Fluss nur, indem das Wasser sich den vorgefundenen Bedingungen fügt. Genau dadurch wandeln sie sich im Laufe der Jahrtausende. Würde er sich ständig gegen seine Grenzen auflehnen, käme er nicht weit. Gelegentlich hält er es zwar nicht aus und überschwemmt die Ufer, aber er kehrt immer wieder zurück. Seine Identität als Fluss setzt die Grenzen voraus.

Unsere Identität als Menschen setzt ebenfalls unsere Begrenztheit voraus. Wir werden geboren, wachsen, wandeln uns, werden – vielleicht – alt und sterben. Aber wir werden auch in eine bestimmte Welt hinein geboren, in eine bestimmte Zeit, eine bestimmte Kultur, eine bestimmte Familie. All dies ist uns vorgegeben und nicht veränderbar. All dies begrenzt uns und formt uns, und es macht auch unsere jeweilige Einzigartigkeit aus.

Am Anfang von all dem, genauer gesagt: an *unserem* Anfang, steht die Familie, stehen vor allem die beiden Menschen, aus denen wir entstanden sind: unsere – leiblichen! – Eltern. Ihnen müssen wir uns zuwenden, wenn wir mit uns selbst in Einklang sein wollen. Wir sind, was wir sind, durch unsere Eltern, und darüber hinaus durch unsere Familie und Sippe. Sie alle prägen uns nicht nur viel mehr, als wir annehmen, sondern sie (und ihre Geschichte, ihre Schicksale) machen uns geradezu aus. Wir **sind** unsere Eltern, und zwar **beide** Eltern!

Eine der vielleicht überraschendsten – und gewiss nicht dem Zeitgeist entsprechenden – Einsichten Bert Hellingers ist, dass unser Lebensweg weniger durch Erziehung und gesellschaftliche Einflüsse als durch Ereignisse und Muster geprägt ist, die aus der Familiengeschichte stammen und, völlig unbewusst, über Generationen weitergetragen werden. In den tieferen Schichten unserer Seele folgen wir Ordnungen und Gesetzen, die uns vorgegeben sind und uns an unsere Herkunft und die Schicksale unserer Familie binden. Erst wenn wir diese Bindungen anerkennen, wenn wir **wollen**, *was wir sind*, fließen wir als kraftvoller Strom dem Ozean entgegen.