

Systemische Naturtherapie Panel Köln 2007

Guni

VOM UNTERSCHIED IN GESCHLOSSENEN RÄUMEN ODER IN DER FREIEN NATUR ZU LEBEN

Im Freien aufstellen? Ist man da nicht zu abgelenkt und ungeschützt? Ist es dann nicht schwer, die Energie der Gruppe zusammenzuhalten?

Solche oder so ähnliche Fragen hören wir, wenn wir davon erzählen, dass wir auch in der Natur Systemaufstellungen machen.

Vom Standpunkt „innerhäusiger“ Menschen sind diese Einwände auch wert berücksichtigt zu werden. Auch wir haben die Erfahrung gemacht, dass es nicht leicht ist, vom Arbeiten „Drinne“ zum Arbeiten „Draußen“ zu wechseln, wenn eine Gruppe in einem Haus stattfindet. Zu sehr erleben wir die Natur gewohnheitsmäßig als Freizeitraum, dessen wir uns bedienen um zu entspannen. Oder aber wir sehen sie als Wildnis, in der wir uns den Naturgewalten ausgesetzt fühlen, uns fürchten überwältigt zu werden.

Wie anders ist das Erleben aber, wenn wir mit Sack und Pack ausziehen, um für einige Zeit in der Natur zu leben und zu arbeiten: zu gehen, im Kreis zu sitzen, Holz für ein Kochfeuer zu suchen, uns an ihm zu wärmen und die Kleider zu trocknen, gemeinsam zu kochen und zu essen, schlafen, pinkeln oder paddelnd eine Insel oder Bucht ansteuern

...

Dann wird die Natur zu einem Raum, in dem wir „Drinne“ sind, der uns hält, erhält, Zeichen setzt, mit uns spricht, uns herausfordert, uns nährt und schützt. Dann nämlich, wenn wir Leib, Herz und Verstand öffnen für einen Dialog mit ihr und wenn wir bereit werden, ein Teil von ihr zu sein. Dann beginnen die Phänomene der Natur in Resonanz zu kommen mit unseren leiblichen, psychischen und geistigen Prozessen. Oder besser gesagt: wir merken, dass diese wechselseitige Kommunikation eigentlich ständig stattfindet.

Dann beginnt diese geheimnisvolle Zwiesprache der Natur und ihrer Räume mit uns und unseren Räumen – subtil, überraschend, herausfordernd, kraftvoll, was immer. Aus „Draussen und Drinnen“ wird „Hier und Drüben und Dazwischen und Drumherum“.

Wenn wir in der Natur leben und aufstellen, gehen wir von unserem Wohnzimmer zu unserem „Gruppenraum“, indem wir einen Platz finden, an dem wir uns gern und gut als Gruppe niederlassen können. Das kann eine Waldlichtung sein, ein wurzeldurchzogener Boden unter großen Bäumen, Kies oder Sand am Meeresufer. Nicht einmal das Wetter ist so entscheidend – wir haben auch im strömenden Regen schon aufgestellt, im Wind und in der Sonne – das geht wirklich.

Es kann passieren, dass eine Frau in einer Aufstellung ein schweres Kriegs-Schicksal ihrer Ahnen würdigt mit der Bitte um Segen für ihren eigenen Weg. Plötzlich merken wir, dass in der Ferne, in Richtung der Ahnen, ein verbrannter Baum steht, wie ein Mahnmal. Und wir sehen, dass dort, wohin ihr eigener Weg in die Zukunft führt, gerade die Sonne aus den Wolken über dem Meer hervorkommt.

UNSERE WELTSICHTEN BEDINGEN DIE WEISE, WIE WIR DIE WELT WAHRNEHMEN

Heinz v. Förster, Wissenschaftler und Kybernetiker, behauptete einmal, er habe das kürzeste Theaterstück der Welt erfunden. Da geht also ein wunderschöner roter Samtvorhang auf und auf der Bühne sieht man: eine Frau, einen Mann, einen Baum. Der Mann zeigt auf den Baum und sagt laut und etwas theatralisch: „Dort steht ein Baum!“ Darauf die Frau: „Woher weißt du, dass dort ein Baum steht?“ Der Mann: „Weil ich ihn sehe!“ Darauf die Frau mit einem kleinen Lächeln: „Aha“. Der Vorhang fällt. (etwas verändert aus: von Förster, H. und Pörksen, B. (1998): „Wahrheit ist die Erfindung eines Lügners“, S. 24)

Gewöhnlich sind wir uns einer Welt „da draußen“ gewiss. Wir leben so, als würden wir die Welt da draußen im Gehirn abbilden. Und das so, wie sie „wirklich“ ist. Wenn auch auf dem Kopf stehend. So haben wir es in der Schule noch gelernt! Mit Hilfe unserer Sinne fotografiert unser Bewusstsein die Welt, macht Schnappschüsse von ihr.

Doch gibt es diese von uns und unserer Weise der Wahrnehmung völlig unabhängige Existenz des Baumes, wie es der Mann in dem Theaterstück behauptet? Diese, wie Heinz von Förster sagt, beobachterunabhängige Existenz der Umwelt.

Die Entwicklungen in der Physik, der Biologie, der Gehirnforschung, der Wahrnehmungspsychologie, der Kognitionsforschung im letzten Jahrhundert rütteln an dieser Weltsicht.

Dass da etwas existiert, bezweifeln sie alle nicht. Doch wie wir dieses Etwas wahrnehmen und was davon wir wahrnehmen, hängt wesentlich von unserer biologischen Struktur ab. Auch von unserem kulturellen, sozialen und familiären Rahmen, von unserer Sprache, dem

momentanen Zustand usw. Was in einem absoluten Sinn als „wirklich“ genannt werden kann, bleibt unentscheidbar. Was wohl sicherlich nicht existiert, so die derzeitigen Aussagen, sind gesonderte Dinge mit einem aus sich selbst bestehenden Sein.

„Als Teenager,“ schreibt Serge Kahili King, ein Schamane aus Hawai, „lebte ich auf einer Farm. Manchmal sprach mein Vater über das Getreide und die Tiere, wie es die Nachbarfarmer taten. Und manchmal sprach er zu demselben Getreide und zu denselben Tieren, als ob sie intelligente Wesen seien, die ihn verstehen und auf ihn reagieren können.“ (Serge Kahili King: Weisheiten aus Hawai, S. 33)

Wir, in unserer westlich –modernen Weltsicht, sind geschult in einem Wahrnehmen, das trennt! Das Gegenüber wird vergegenständlicht, vor allem in seiner Dienlichkeit erfasst. In unserem Alltagsbewusstsein verhalten, handeln, sprechen, denken wir in einer Weise, die schnell benennt, einordnet, kategorisiert. Die Dinge werden dadurch empfindungslos und passiv gemacht. Wir überspringen die Wahrnehmung in ihrer sinnlichen Präsenz und nehmen bewusst nur mehr deren Bedeutung wahr.

PERSÖNLICHE ERFAHRUNGEN

Als ich drei oder vier Jahren war, hatte ich ein Erlebnis, das sich mir tief eingeprägt hat. Ich spiele auf einer Frühlingswiese, stehe unter einem kräftigen Baum und viele Blumen, insbesondere die kleinen wunderbar duftenden Veilchen blühen da. Eine ganze Weile stehe ich da ... still ... und plötzlich bemerke ich staunend: die Veilchen leben ja. Ich spüre ihre Lebendigkeit, ihren Atem, ihr Gesicht, nehme ihr Sein wahr. Und sie sprechen zu mir, auch wenn es keine Menschenlaute sind. Noch erstaunlicher: Ich kann sie verstehen. Es ist wie zeitlos, ein ganz verändertes Gefühl von Dasein, von in der Welt sein. Es ist, als ob nicht „Ich“ - dieses bewusste Ich - die Blume sehe, sondern die Blume mich ansieht.

Habiba und Cito wissen ein Lied davon zu singen, wie wir anfangs dafür plädierten, die TeilnehmerInnen mehr zu informieren, worauf sie sich da einlassen, sie mit den Reise-Plänen des jeweils folgenden Tages bekannt zu machen. oder ihnen zu erklären, worauf diese oder jene Prozessgestaltung denn hinausliefe.

Wir wussten noch nicht, dass die Träume der Gruppenmitglieder und ihre Fragezeichen bei der Morgenrunde uns den Weg weisen würden. Ich wusste noch nicht, wie das Verschwinden des für die ganze Gruppe

eingekauften Tees (für den ich verantwortlich war) eine Metapher für eine ganz persönliche Reise werden würde.

BEISPIELE AUS DEN WEITERBILDUNGEN

Wie sich Aufstellungsprozesse und die Phänomene der Natur ineinander verweben können – dazu noch eine Geschichte.

Griechenland: Es ist Ostern, Gründonnerstag. Eine Gruppe von ca. 20 Menschen.

Es hat seit 2 Tagen fast nur geregnet, tut es immer noch. Wir wandern auf einen kleinen Berg. Dort oben, unter dem Vordach der Kapelle suchen wir Zuflucht und Gudrun hat sich diesen Platz für ihre Aufstellung gewünscht. Sie verspürt dauerhafte Niedergeschlagenheit und wenig Kraft für ihre Projekte.

Habiba und Guni leiten sie, während Cito und Christine hoffnungsvoll beginnen, Holz für ein Feuer aufzuschichten. Weit unten im Tal ist der Friedhof des Ortes zu sehen.

Der Regen lässt allmählich nach, das Feuer lässt sich entzünden und kommt rauchend in Gang. Auch die Aufstellung scheint sich zu verdichten (ohne dass Cito und Christine hören könnten, worum es geht). Jetzt eben zieht eine Herde Schafe im Tal an den Friedhof, er bekommt Besuch: dicht drängeln sie sich um das Eingangstor.

Eine feierliche Stimmung entsteht in der Aufstellung – Gudrun umarmt weinend zwei Personen, spricht mit einer Frau und umarmt sie auch. Soeben ist sie den früh verstorbenen Geschwistern ihrer Mutter wieder begegnet

Nächster Tag. Karfreitag. Die GruppenteilnehmerInnen haben in der Landschaft, jeder für sich, ein Stück Lebensbiografie wiedergefunden und anhand einiger Fragen nachempfunden. Irene ist ihrem abgetriebenen Kind wieder begegnet und hat in der Runde den Wunsch geäußert, ihm einen würdigenden Abschied zu bereiten.

Wir gehen zum Friedhof, setzen uns auf einer kleinen Wiese außerhalb der Mauern ins Gras. Eine alte, gebückt gehende, in Schwarz gekleidete Frau betritt den Friedhof und wendet sich einem der Gräber zu. Irene bricht in Tränen aus, weint lange. Wir halten sie, Guni tritt mit ihr näher an die Friedhofsmauern heran, sie sprechen leise, für uns unhörbar, langsam ebbt die Trauer ab, Frieden breitet sich aus. Das alte Mütterchen verlässt schlurfenden Schrittes den Friedhof. Ich schaue auf die Uhr. Es ist fünf Minuten nach 3 Uhr, Karfreitag Nachmittag.

Als wir zu unserem Lagerplatz zurückkehren kriegen wir Besuch: zwei Beamte der örtlichen Polizei, ein stattlicher Mann mit strenger Miene und

eine zierliche Frau mit Englisch-Kenntnissen. Sie fragt nach dem Grund unseres allzu ausgedehnten Aufenthaltes an diesem Ort und konstatiert dann: „We have a little problem. You have to leave immediatly.“ Diese eine Nacht bleiben wir noch. Am nächsten Tag besteigen wir frühmorgens unsere Paddelboote und ziehen weiter.

BEISPIEL AUS EINEM MYTHENSPIEL

Ich möchte ein weiteres Beispiel aus unseren Weiterbildungen erzählen, das uns in diesen Dialog mit der Umwelt führte, uns die Verbundenheit aller Geschehnisse deutlich machte und dadurch die unmittelbare Erfahrung in einem noch ausgedehnteren Raum spiegelte und trug. Wir, eine Gruppe von etwa 25 TeilnehmerInnen, lagern in einer von Felsen eingeschlossenen, wunderschönen Bucht auf einer kleinen Insel. In der Ferne sehen wir ein Kloster auf einem Hügel, ansonsten ist die Insel unbewohnt. Auf Grund der Prozesse in der Gruppe taucht plötzlich die Figur von Minotauros auf. Vielleicht kennen einige von Euch den Mythos von Minotauros? In diesem Mythos gibt es diese Szene, in der Theseus, der große griechische Held mit Minotauros dem von einem Stier und einer Menschenfrau gezeugten, in einem Labyrinth gefangen Lebewesen kämpft und ihn tötet.

Wir beschließen, diesen Mythos zu spielen. Das Mythenspiel ist ein szenisches Verfahren, mit dem Christine und ich in einem Freundeskreis seit vielen Jahren experimentieren. Wenn es uns als stimmig erscheint, führen wir es mittlerweile auch in Fortbildungen, Seminaren ein oder stellen es auf Kongressen vor. Die Gruppe spielt einen Mythos oder ein Märchen oder bestimmte selbst gewählte Szenen. Dabei werden ganz bestimmte Richtlinien vorgegeben z.B. es geht nicht um Schauspielkunst, sondern das sich einlassen auf eine Rolle – es wird wortlos bzw. nur mit Ausdruckslauten gespielt usw. Ich möchte hier nicht näher auf das Mythenspiel eingehen, da es mir im Moment um einen anderen Punkt geht. Doch wer Interesse hat, kann uns nach dem Panel daraufhin natürlich gerne ansprechen.

Im Spiel auf dieser Insel kam es zu einer heftigen Auseinandersetzung zwischen den beiden Figuren. Minotauros, gespielt von einer Frau, ließ sich von Theseus nicht besiegen. Und er, der Spieler von Theseus, geriet in diesem Kampf mehr und mehr an die Grenze von tätlicher Gewalt. Wir, in der teilnehmenden Beobachtung, wurden sehr besorgt und waren auf dem Sprung einzugreifen. Es war dann doch nicht notwendig, allerdings waren wir alle betroffen und erschüttert. Wir schlugen dann einen Prozess vor, in dem sich die beiden, Minotauros und Theseus, die Frau und der Mann, an der Bühnengrenze in relativ großem Abstand gegenüberstanden. Wir luden sie ein, in Zeitlupe und

ohne Worte aufeinander zuzugehen, sich dabei jedoch immer in die Augen zu schauen. Es war sicherlich ein Prozess von 15 Minuten, bis die beiden aus der so spannungsgeladenen und intensiven Konfrontation zu einer vorsichtigen und dann unendlich zarten und feinen Begegnung fanden. Wir anderen waren mit voller Aufmerksamkeit dabei und sehr berührt und standen spontan auf, als die beiden sich in den Arm nahmen und bildeten einen Kreis um sie. In dem Moment erklang vom Kloster die Glocke und die Mönche begannen zu singen, Gregorianischer Gesang begleitete uns die ganze halbe Stunde, die wir in diesem engen Kreis verbunden standen. Weder vorher hatten wir die Mönche gehört, noch hörten wir sie nachher wieder.

Der Spieler des Theseus, der sich selbst als einen sanften, liebevollen Menschen kannte, doch in seiner Rolle so heftig mit seiner Täterseite konfrontiert worden war, fand am nächsten Morgen einen kleinen toten Vogel. Der sprach mit ihm in einer Sprache, die den Mann zutiefst bewegte und lange begleitete. Immer wieder kam er während der Weiterbildung auf dieses Ereignis zurück. Und in einer Aufstellung konnte er die Zusammenhänge zu Gewaltereignissen, die insbesondere seine Schwester betrafen, herstellen.

KULTUREN NAHE AN DER NATUR

Überall wo Kulturen sehr nahe an der Natur leben, gibt es die Annahme über die Welt, dass alles lebt, dass in allem Bewegung ist. Und wenn alles lebendig ist, kann auch mit allem kommuniziert werden. In einer Welt, in der wir alles als lebendig wahrnehmen, sind wir nicht mehr Beobachter von außen. Wir sind verbunden, sind Teil in wechselseitiger Abhängigkeit mit allem. Über Aufstellungen erfahren wir diese Verbundenheit zu all den sozialen oder geistigen Systemen, in die wir eingebunden sind – die Familie, die Arbeitswelt, die Sprache, unser kultureller Kontext.

Die Spiegelung von Aufstellungsprozessen oder innerpsychischen Vorgängen durch Natur – und Umweltereignisse scheint mir diese noch zu vertiefen und in ihrer Wirkung zu verstärken. Wir werden mitgenommen in einen Raum, in dem wir über Spuren der Verbundenheit aller Menschen hinaus die Verbundenheit allen Seins erahnen und erfahren.

Über unser Denken, das zeigen uns ja auch schon Aufstellungen, über unser Denken können wir solche Erfahrungen nicht herbeiführen. Manchmal tauchen sie, wie bei meinem Kindheitserlebnis, einfach auf. Wir staunen oder erschrecken dann, je nachdem wie wir sie aufnehmen. Doch wir können dieser Sichtweise die Tore öffnen. Wir können uns ihnen öffnen, indem wir unsere Aufmerksamkeit und Achtsamkeit darauf

richten. „Die Absicht auf Etwas zu richten, kann dieses Etwas ins Dasein rufen“, sagen Schamanen.

Es gibt eine Stelle zwischen Großhirn und den Sternen, da hört der Himmel auf und das All beginnt“, sagt der Schriftsteller Tom Robbins, (aus „Salomes siebter Schleier“ von Tom Robbins S. 77) und an anderer Stelle „Menschen, die erkennen, dass diese Fähigkeit der Meister der Realität ist, heißen „Weise“ und solche, die danach handeln „Künstler“.