

# Die Entbindung der Mütter

## Die Entbindung der Mütter

Ein Vortrag von Hunter Beaumont, Ph. D.

(Dieser Vortrag wurde im Juli dieses Jahres in München frei gehalten und mit Hilfe von Ursula Eibl überarbeitet und an manchen Stellen vervollständigt. Wir haben darauf verzichtet, meine etwas fremd klingende Sprache einzudeutschen, und haben bemüht, das gesprochene Wort in eine schriftlich verständliche Form zu bringen.)

Ich möchte Euch recht herzlich willkommen heißen - es ist sehr schön für mich, Euch alle hier zu sehen. Heute abend hätte ich einen amerikanischen 'talk', nicht einen deutschen Vortrag. Was ich vor habe ist was kleiner, mit weniger Gewicht. Ich möchte Euch nämlich nur berichten über Erfahrungen, die ich gemacht habe mit Menschen, mit denen ich über die Jahre gearbeitet habe.

Um das zu erleichtern, werde ich Euch bereits am Anfang die wichtigsten Quellen nennen, die mich bereichert haben und nicht - wie es eigentlich korrekt wäre - im Laufe des Vortrages. Es ist die Arbeit von C.G. Jung, James Hillman, Joseph Campbell und Wolfgang Giegerich. Auch die Gestalttherapie Fritz Perls, Robert Resnicks und Erv Polsters. Von der Objektbeziehungstheorie und der psychoanalytischen Entwicklungstheorie - besonders natürlich der von Margaret Mahler, habe ich ebenfalls viel gelernt. Unter den Analytikern sind mir Melanie Klein, Mardi Horowitz, Otto Kernberg, Heinz Kohut und Donald Winnicott mittlerweile wie gute innere Freunde geworden. Die phänomenologisch-stemische Psychotherapie von Bert Hellinger und die intensive Zusammenarbeit mit ihm haben mich sehr beeinflusst - sogar, im guten Sinne, geprägt. Auch Hameed Almas, dem es gelungen ist, die psychotherapeutischen und die spirituellen Traditionen miteinander zu verbinden, hat großen Einfluss auf meine Arbeit. Da ich einen ständigen inneren Dialog mit ihnen führe, begleiten sie uns alle heute abend.

Damit verständlich wird, was ich über die 'Entbindung der Mütter' berichten möchte, muß ich auch etwas zu meiner Methode sagen: Ich bin überzeugter Phänomenologe. Das hat zwei Konsequenzen. Die erste ist, daß ich versuche, in dem, was ich tue und worüber ich forsche, möglichst nahe am Spürbaren zu bleiben. Die Begriffe, die ich verwende, sind Beschreibungen, die darauf hinweisen und abbilden, was wir unmittelbar spüren und anhand der eigenen Erfahrung überprüfen können. Ich bemühe mich, intellektuell klar zu sein - jedoch mein Hauptan-

liegen ist, das Herz anzusprechen, die Ebene in uns, die uns nicht nur überzeugt, sondern auch berührt. Die zweite Konsequenz der phänomenologischen Haltung ist, daß wir dem, was in uns und auf uns wirklich wirkt, größeres Gewicht geben, als Theorien und ideologischen Überzeugungen. Das bedeutet, daß wir uns mehr für das, was wirklich wirkt, interessieren, als für das, was wir glauben, wollen oder gerne hätten. Angesichts neuer Beobachtungen opfern wir lieber unsere Ideologien und versuchen, den Verführungen zu widerstehen, unsere Erfahrungen unseren Ideologien anzupassen.

Dazu ein Beispiel. Wenn wir nach innen schauen, merken wir, daß es Erfahrungen gibt, die eindeutig mental sind, wie Gedanken, mathematische Formeln, Vorstellungen, Bilder oder Ideen. Und wir merken, es gibt Erfahrungen, die eindeutig körperlich sind, wie die Schmerzen einer Schnittwunde, eines Sonnenbrandes, wie die Kühle des Wassers oder die Wärme der Sonne auf der Haut. Und dann gibt es wichtige Erfahrungen, die in einem Zwischenbereich liegen, wie Offenheit, Sehnsucht, Hoffnung oder Einsamkeit. Das sind nicht Ideen, die wir uns im Kopf vorstellen. Wir spüren sie. Aber das, was wir spüren, ist auch nicht identisch mit dem Schmerz einer Schnittwunde - es ist ein Zwischenbereich unserer Erfahrung. Aus ideologischen Gründen oder aus einer bestimmten Weltanschauung sagen manche: "Das sind doch nur die Emotionen! Das sind nur Hormone". Ja, so können wir es sehen. Nur, wenn wir genau auf die Wirkung achten, die der Satz "das sind meine Emotionen" auf uns hat, spüren wir, wie wir uns der unmittelbaren Erfahrung entziehen und auf subtile Weise zu distanzieren Beobachtungen werden. Wenn wir aber sagen, "das ist meine Seele", bleiben wir eher mit unserem Erlebnis verbunden und, obwohl wir dann weiter objektiv beobachten können, sind wir dann jemand, der erfährt und nicht jemand, der eine Erfahrung hat.

Die subjektiv seelischen Erfahrungen wirken sehr stark und haben dadurch ihre Wirklichkeit. Erfahrungen wie Zufriedenheit, wie Ruhe, wie Geborgenheit motivieren uns sogar manchmal, auch gegen die Vernunft, auch gegen etwas, was körperlich gesund wäre, zu handeln.

Die Seele ist also dieser Bereich der Wirklichkeit!

Wenn wir uns eine Weile mit dem Erfahrungsbereich 'Seele' beschäftigt haben, können wir auf immer feinere Differenzierungen. Eine davon, die uns heute abend wich-

tig wird, ist die 'Kinderseele'. Ich weiß nicht ob es eine Kinderseele gibt - trotzdem verwende ich dieses Wort als poetischen Begriff. Die Kinderseele spürt noch immer, was wir als kleine Kinder wollten, und sie fühlt, wie sich das Kind von damals gefühlt hat.

Sie ist das in uns, was manchmal immer noch - mit 55 oder 60 Jahren - nach der Mutter verlangt, nach Geborgenheit, nach Ruhe, nach Zugehörigkeit - die noch immer etwas will und sucht. Das ist die Kinderseele. Und auch sie wirkt. Und daher gehört auch sie, phänomenologisch betrachtet, zu Wirklichkeit. Auch hier sagen manche, "aber das sind nur Erinnerungen", und auch dies Einwand ist nur zum Teil zutreffend. Denn es geht nicht um die Erinnerung an sich, sondern um ihre Wirkung auf uns heute. Es geht nicht um den Inhalt der Erinnerung, sondern um das, was sie noch immer mit uns macht. Die phänomenologische Vorgehensweise beschäftigt sich zuerst mit der Wirkung der Erfahrung und erst danach mit dem Inhalt der Erfahrung.

Beschäftigen wir uns auf diese Weise weiter mit der Seele, erfahren wir ihre subtilen Bewegungen - vor allem die sich öffnende und die sich schließende Bewegung. Wir merken, die Seele ist wie eine Blume, die sich manchmal öffnet und sich manchmal schließt. Ich glaube, für die meisten von uns ist es spürbar, wenn die Seele, hier im Brustbereich, aufgeht oder zugeht. Wenn sie sich öffnet, wissen wir, daß wir 'da' sind, präsent und berührbar sind. Und wenn sie sich schließt, wissen wir auch, daß wir nicht ganz 'da' sind. Eine Kränkung, zum Beispiel kann die Seele sofort dazu bringen, sich zu schließen, oder eine Enttäuschung - ein falsches Wort vom Freund oder vom Partner -, und die Seele geht zu. Kennt Ihr das? In einem solchen Moment reden wir dann vielleicht weiter, wir versuchen, das Gespräch am Laufen zu halten - auch wenn wir eigentlich nicht mehr da sind. Aber so ein Kontakt bleibt 'hohl' und bringt wenig Freude.

Diese Bewegungen der Seele können wir als subjektives Kriterium dafür nehmen, ob etwas für uns stimmig ist oder nicht stimmig.

Ihr könnt heute abend auch schauen, ob das, was ich beschreibe, Eure Seele eher öffnet oder eher schließt.

Menschen, die sich dafür interessieren, an sich zu arbeiten, tun dies in der Regel, weil sie merken, irgendetwas fehlt. Sie kommen nicht zu dem, was sie wirklich wollen. Sie erleben nicht "ich tue das, was ich will" - sondern sie erleben vielmehr "ich tue gerade das, was ich nicht will." Kennt Ihr das? Ihr wollt

irgendetwas Wichtiges im Leben, eine Beziehung vielleicht, die Euch erfüllt, oder einen Erfolg - sie stellen sich nicht ein. Ihr merkt, etwas fehlt mir oder irgendetwas stimmt nicht mit mir, irgendetwas steht mir im Wege, ich komme nicht zu dem, was ich eigentlich könnte. Manche haben ein Gefühl von innerer Leere, ein Gefühl von fehlender Zugehörigkeit oder ein Gefühl von Sinnlosigkeit. In den poetischen Begriffen von heute abend: sie leiden darunter, daß ihre Seele häufig 'zu' bleibt.

Was bringt eine Seele, die eigentlich leben will, dazu sich zu schließen? Die Psychoanalyse hat klar erkannt, daß einige dieser seelischen Verdichtungen auf Muster zurückzuführen sind, die in der Kindheit, in Folge von Traumata, Defiziten, stehengebliebenen Entwicklungen entstanden sind - hauptsächlich in der Interaktion mit der Mutter. Es gibt keinen Zweifel daran, daß diese Sichtweise hilfreich sein kann. Nur entsteht so bei vielen, die sich für die Psychoanalyse interessieren, der Eindruck, "wenn meine Mutter anders mit mir umgegangen wäre, dann ginge es mir heute gut." Oder anders gesagt, "ich bin Opfer meiner Mutter". Manche von uns haben die Erfahrung mit der Mutter eher negativ in Erinnerung: "Meine Mutter war für mich nicht da, meine Mutter hat mich nicht verstanden, meine Mutter wollte mich nicht loslassen". Und manche sagen: "Ich hasse meine Mutter". Manche idealisieren die Mutter: "Meine Mutter war wunderbar", und sie erzählen ausführlich, wie wunderbar sie war. Aber solche Idealisierungen und solche Vorwürfe sind auch Teil-Wahrheiten.

Beides mag zwar stimmen - aber wie so oft wird auch hier die Psychoanalyse mißverstanden. Solche Teil-Wahrheiten reichen selten aus, um eine gute Lösung zu finden. Und wenn wir auch hier darauf schauen, wie diese Auffassung. "wenn meine Mutter anders gewesen wäre, dann ginge es mir besser" in uns wirkt, dann spüren wir, wenngleich sie uns vielleicht ein Gefühl von Entlastung gibt, daß sie uns handlungsunfähig und abhängig macht. Sie führt dazu, daß wir implizit (daran) glauben, daß es uns nur dann besser gehen kann, wenn unsere Mutter anders wäre oder werden würde, als sie es ist. Unser Groll und unsere Enttäuschung über sie - auch wenn durch ihr Tun begründet - haben keine gute Wirkung in der Seele.

Im Einklang mit der phänomenologischen Vorgehensweise interessieren wir uns nun für die verschlossene Seele selbst. Was können wir über die Erfahrung, es fehlt mir etwas, feststellen, wenn wir ohne Bewertung phänomenologisch zu verstehen versuchen.

Wir können uns beispielsweise fragen, woran genau erkenne ich, daß mir etwas fehlt, oder uns fragen, wie fühlt es sich genau an, wenn die Seele zugeht.

Wenn wir hinter die Oberfläche schauen, erkennen wir, daß unsere Kinderseele noch etwas von der Mutter will. Wir sehen, wie sehr wir noch an ihr hängen. Nur deshalb hassen wir sie, weil wir noch immer etwas von ihr wollen. Aber hinter unserem Ärger und Haß verbirgt sich ein Wunsch. Und wenn wir uns fragen, "was ist dieser Wunsch, was will ich eigentlich noch von meiner Mutter", kommen wir allmählich zu der Erkenntnis: "ich wünsche mir, daß meine Mutter etwas tun würde, damit meine Seele aufgeht und zufriedener ist, damit ich mehr lebe und liebe". Immer noch, auch als Erwachsene, ist unsere Glück-Seligkeit mit unserer Mutter verknüpft. Wenn wir unsere Idealisierungen von der Mutter und auch unsere Wut, unsere Enttäuschungen und unseren Groll auf die Mutter auf eine phänomenologische Weise betrachten, merken wir, daß wir noch immer daran glauben, daß sie hat, was wir brauchen, damit unsere Seele sich wieder öffnen kann.

An diesem Verknüpftsein von Mutter und Zufriedenheit erkennen wir die bleibende Wichtigkeit der Mutter für die Seele. Aber wir können auch versuchen zu verstehen, wie die Mutter und die Seele miteinander verknüpft sind. Wir können uns fragen, "wie erlebe ich meine Mutter, wer ist sie wirklich, kenne ich sie eigentlich?" Und jeder von uns geht von dem Zeitpunkt aus, wie wir sie heute erleben, oder wie wir sie in der Pubertät oder als kleines Kind erlebt haben. Aber unsere ersten Erfahrungen mit der Mutter machten wir, als wir noch in der Gebärmutter waren, als wir noch ein Fötus waren. Und sogar nach ihrem Tod, während wir ohne sie noch weiter in der Welt leben, machen wir Erfahrungen mit ihr. Wer ist dann meine Mutter?

Für einen Fötus ist die Mutter die ganze Welt. Alles um mich herum als Fötus - alles ist meine Mutter. Wenn ich von mir aus anfangen, mein Umfeld - ganz nebulös - mitzubekommen, spüre ich zuerst meine Mutter. Sie ist die Welt, in der ich lebe. Wir sind zwei Seelen in einem Körper - und zwei Körper mit einer Seele.

Erfahrungen in der Therapie deuten darauf hin, daß kleine Kinder und sogar auch ungeborene Kinder sehr viel vom Zustand der Mutter mitbekommen und bereits in der Gebärmutter teilnehmen an der Regulierung ihrer Zustände. Verschiedene Psychotherapien

haben die Wichtigkeit der frühen und prä-natalen Mutter-Kind-Beziehung erkannt. Melanie Klein war die erste. Inzwischen arbeiten Stanislaw Grof und andere mit diesen frühen Erfahrungen. Das Problem bei solchen Beobachtungen und Überlegungen war immer, zu erklären, wie ein sehr kleines Kind so viel von der Mutter mitbekommt.

Bert Hellingers Arbeit mit Familienaufstellungen hilft uns, dieses zu verstehen. Sie bietet sogar eine einzigartige und überzeugende Gelegenheit, selbst am eigenen Leib zu spüren, wie ein Familiensystem auf uns wirkt.

Ich nehme an, daß manche von Euch schon einer Aufstellung teilgenommen haben. Für die anderen erwähne ich kurz, wie das ist:

Einer der Gruppenteilnehmer wählt Stellvertreter für die realen Mitglieder seiner Familie aus und stellt diese in ein räumliches Verhältnis zueinander. Wenn das sorgfältig gemacht wird, ist das Frappierende daran, daß die Vertreter anfangen, im Körper die Symptome und Empfindungen zu spüren, die die eigentlichen Mitglieder der Familie haben. In manchen Aufstellungen geht es sogar noch weiter. Manche Stellvertreter fühlen und reagieren wie die Menschen, die sie vertreten. Manchmal mit einer verblüffenden Genauigkeit. Es ist schwer zu glauben, aber wenn jemand das mal erlebt hat, es ist ein sehr überzeugendes Phänomen im eigenen Körper Gefühle und Erlebnisse anderer, fremder Menschen zu spüren!

Ich habe erlebt, daß ein Stellvertreter für ein reales, selbstmordgefährdetes Familienmitglied plötzlich bewußtlos wurde und umfiel, so daß sein Kopf auf den Boden knallte. In einer anderen 'Aufstellung' bekam eine Stellvertreterin, eine Ärztin, unvermittelt einen Schweißausbruch und extreme Schmerzen im linken Arm. Sie sagte: "Wir müssen abbrechen, ich bekomme einen Herzinfarkt". Daraufhin begann die Frau, deren Familie aufgestellt war, zu weinen, weil ihre Mutter - welche die Ärztin vertrat - vor acht Wochen beinahe an Herzinfarkt gestorben wäre. Diese Information hatten die Stellvertreter aber vor der Aufstellung noch nicht.

In solchen Aufstellungen begegnen wir immer wieder dem Phänomen, daß die Stellvertreter Gefühle bekommen, die eigentlich anderen Menschen gehören. Wenn jemand einen Schweißausbruch bekommt oder tatsächlich bewußtlos wird, alleine dadurch, daß er jemand anderen in einer Aufstellung vertritt, dann müssen wir diese Phänomene sehr ernst nehmen - auch wenn es schwierig ist, sie wissenschaftlich zu verifizieren.

Das Umfeld wirkt auf uns, ob wir es wollen oder nicht.

Nun, wenn das auf Erwachsene so wirkt, die in einem solchen Familienfeld aufgestellt werden, wie muß das erst für einen Fötus in der Gebärmutter sein oder für ein Kleinkind, das noch sehr eng mit der Mutter verbunden ist. Daß ein Fötus oder ein kleines Kind auch diesen Kräften des Feldes ausgesetzt ist, scheint unausweichlich. Dieses Feld von Informationen ist die Welt, in der ein Kind heranwächst und in der es sich zurechtfinden muß. Es erscheint mir legitim zu spekulieren, daß es einem kleinen Kind wie auch einem Fötus in der Gebärmutter kaum möglich ist, zu unterscheiden zwischen der Wirkung der Mutter an sich und der Wirkung des Feldes, in dem auch sie sich bewegt. Aus der Erfahrung der therapeutischen Arbeit scheint es mir sehr plausibel, daß ein Kind die Traurigkeit der Mutter und ihr Glück spürt. Die Wirkung der Menschen, die der Mutter nahe stehen und ihr Unterstützung anbieten, und die Wirkung derer, die ihr fehlen, nach denen sie sich sehnt und um die sie trauert, ihre Hoffnung, ihre Verzweiflung, ihre Freude, ihre Überforderung, all dieses - ist anzunehmen - spürt das Kleinkind und muß damit zurechtkommen. Daher kommt aus der Perspektive des Kindes die Frage: "Wer oder was ist dann meine Mutter?" Meine Mutter ist fast wortwörtlich aus dieser Perspektive meine Welt. Sie hält mich, sie ernährt mich, sie schützt mich, sie trägt mich, sie steht mir 24 Stunden am Tag zur Verfügung, sie leiht mir ihren Körper als mein Zuhause. Sogar der Stoff meines Körpers bildet sich aus dem Stoff ihres Körpers.

Und "meine Mutter" sind auch - aus dieser Perspektive - alle Menschen, die im Guten und im Schlimmen zu ihr gehören.

Wenn Menschen in der Psychotherapie der Frage, "wer ist meine Mutter wirklich?" aus der Perspektive des kleinen Kindes weiter nachgehen, begegnen sie noch einer weiteren Dimension des Mutterseins.

Eine junge Mutter erzählte mir neulich, daß sie erst bei der Entbindung begriffen habe, wie nahe Leben und Tod zusammenliegen. In der letzten Phase der Geburt sei es ihr gleich gewesen, ob sie lebe oder sterbe - nicht wegen der Schmerzen, sondern weil sie sich in diesem Moment so tief im Dienst des Lebens ergriffen fühlte und so klar gesehen hat, daß Leben und Tod zusammengehören.

Es hat Phasen gegeben, in denen fast ein Drittel der Frauen im Kindbett gestorben sind. Die Bereitschaft, das Risiko einzugehen

zu sterben, damit wir leben, ist auch die Mutter. Aber die Mutter hat - unausweichlich wie alle Menschen - auch ihre Verstrickungen, auch ihre Enge, auch ihren Schmerz und ihre Lebensenttäuschungen. Diese bekommen der Fötus und das Kleinkind auch mit. Was passiert, wenn die Seele des Kindes die Schmerzen der Mutter berührt, zum Beispiel bei der Geburt. Was passiert, wenn sie den Verstrickungen der Mutter begegnet, wenn sich die Seele des ganz jungen Kindes zur Mutter hinbewegt und in deren Seele eine kalte Stelle berührt oder eine wütende Stelle, oder eine bittere Stelle? Was passiert in Beziehungen als Erwachsene, wenn wir uns unserem Partner nähern und merken, er ist nicht 'da'? Ist es nicht so, auch für uns als Erwachsene, daß die Seele in diesem Moment zurückzuckt, sich zurückzieht, sich irgendwie zusammenrollt? Sie fühlt sich gekränkt, wird wütend und macht Vorwürfe. Und so ist es auch - vermuten wir - bei einem ungeborenen Kind und bei einem Kleinkind,

Sich Zusammenziehen ist eine gängige Methode, Schmerz zu bewältigen. Wenn wir beispielsweise einmal handwerkern und uns dabei mit dem Hammer auf den Daumen schlagen, dann ist das erste, was wir machen: wir umfassen den Daumen ganz fest mit der anderen Hand, um den Schmerz zu dämmen. Und wir wollen die Faust später nicht aufmachen. Und diese Anspannung breitet sich in unserem ganzen Körper aus.

So ist es auch mit der Seele. Die Seele bewegt sich hin und spürt: es ist niemand 'da', schreckt zurück und zieht sich zusammen. Die Präsenz, das 'Da-Sein' des anderen, ist für die Seele genauso entscheidend wie dessen körperliche Anwesenheit.

Präsenz entsteht, wenn die Seele offen ist.

hinbewegt und merkt, daß sie nicht präsent ist, zieht sich die Seele des Kindes zusammen und macht 'zu'. Und schon vor der Geburt beginnt das Kind auf diese Weise, sich von seinem eigenen Wesen zu trennen, von seiner eigenen Natur, von dem, was es in seiner Vollkommenheit ist. Es identifiziert sich mit dem Zusammengezogenen, mit dem Verhärteten, mit dem Kleineren, als wäre das die Ganzheit, und sagt "das bin ich". Und dann schicke ich diesen kleinen Anteil von mir durchs Leben, als wäre das wirklich der der ich bin, anstatt zu sehen, das ist nur ein zusammengezogener Teil von dem, was ich eigentlich bin.

Auf diese Weise entwickelt ein Kind eine Persönlichkeit. und aus dieser Persönlichkeit heraus schauen wir das Leben an. Wir kön-

nen sehr erfolgreich in der Gesellschaft in diesem Zustand funktionieren. Nur bestimmte Aufgaben sind nicht so einfach. Die Intimität aus diesem zusammengezogenen Zustand ist nicht einfach. Die Liebe und das Schauen und Spüren der Fülle des Lebens ist nicht einfach. Wir sind Gefangene in unserem eigenen, zusammengezogenen kleinen Ich. Wenn wir wirklich auf unser Glück warten müssen, bis sich unsere Vergangenheit ändert, bis sich das, wo wir herkommen, ändert, bleibt uns wenig Hoffnung.

Die Arbeit mit Aufstellungen macht deutlich, daß wir alle in Zustände kommen, in denen wir das Familienfeld spüren. Als Kleinkind diesem Zustand weiß ich nicht genau, was von meinen Erfahrungen mir gehört und was meiner Mutter: was ist mein Schicksal, was das Schicksal meiner Familie, was ist meine Verantwortung, was die Verantwortung meiner Mutter. Wenn die Kinderseele einen Schmerz der Mutter spürt, ist sie bereit, in die Bresche zu springen - aus Liebe Kleinkinder haben vor dem Tod keine Angst. Sich selbst zu opfern oder etwas sich zu nehmen - auch davor haben sie keine Angst, keine Hemmungen. Wir beten uns dabei selbst. Wir verlassen das, was wir wirklich sind - aus Liebe - hauptsächlich zur Mutter. Das ist eine Liebe - aber eine Liebe, die blind ist. Diese Liebe der Kinderseele kann nicht abgestellt werden. Ich entbinde meine Mutter, wenn ich meine Liebe von der Liebe der Kinderseele in eine Liebe der erwachsenen Menschenseele umwandle. Und ich bleibe an die Mutter gebunden, wenn ich sie immer noch ein Kleinkind liebe.

Ich mache in meinen Gruppen oft eine Übung: Wer ist sie, diese meine Mutter.

so aus: Die Gruppenteilnehmer (auch die die keine Kinder haben) stellen sich vor, würden ihre eigenen Kinder anschauen und sehen, daß sich die Kinder wegen ihrem Unverarbeiteten das Leben kaputt machen

Wenn Du als Mutter oder Vater Dein Kind anschaut und siehst, es macht sich kaputt wegen Dir - wie geht es Dir dann? Es bricht Dir das Herz! Etwas Schlimmeres gibt es kaum und die meisten Eltern sagen hemmungslos, ohne zu zögern: "Lieber sterbe ich, als daß es Dir schlecht geht". Ob sie das tun - das ist dann wieder etwas anderes. Aber dieses Gefühl ist da und diese Bereitschaft dazu ist da. Als Eltern, wenn wir nicht verstrickt sind und 'bei uns' sind leben wir dafür, daß es unseren Kindern geht. Und wenn wir merken, daß wir ihnen etwas angetan oder zugemutet haben - meistens un-

wissend -, was ihnen nicht guttut, dann tut es uns als Eltern weh.

Das therapeutische Feld während dieser Übung ermöglicht den Teilnehmern, diesen Schmerz zu spüren, das Feld trägt und hält sie. Ich lade sie dann dazu ein, sich in der Vorstellung 180 Grad umzudrehen und ihre eigenen Eltern anzusehen. Ist es denkbar, daß es den eigenen Eltern anders ginge, wenn sie uns, ihre Kinder, anschauen? Es ist nicht denkbar.

Wir haben alle, oder viele von uns, sehr schmerzhaft Dinge mit den Eltern erlebt: Zerstörerisches, Mißbrauch, zum Teil Vergewaltigungen, körperliche Übergriffe, Gewalt durch die Eltern, Aber die Eltern, die diese Dinge tun, sind nicht die eigentlichen, nicht die wesentlichen Eltern - das sind die verstrickten Eltern. Das sind die, die in ihrer Kindheit auch das, was sie sind, verloren haben, die etwas auf sich genommen haben. Das entschuldigt sie nicht, sie tragen trotzdem die vollen Konsequenzen dessen, was sie getan haben. Aber das zu erkennen hilft der Kinderseele, den Eltern die Verstrickung zurückzugeben - mit Liebe.

Die Unterscheidung zwischen Verstrickung und Wesen ist für viele Menschen der Ausweg aus dem Teufelskreis. Denn wir können die Verstrickung der Mutter, die Verstrickung der Familie bekämpfen, ohne die Mutter und die Familie zu bekämpfen. Wir können ihre Verstrickungen sogar hassen, ohne sie selbst zu hassen. Wir tun dies im Dienst des Wesens, im Dienst der eigenen Seele, der Seele der Mutter, des Vaters und der Großeltern.

Ein Beispiel: Jemand schaut seine Mutter mit der Liebe der erwachsenen Seele an und sieht, wie sie in ihrer Einsamkeit manchmal der Versuchung erlag, ihn so an sich zu binden, daß es für ihn nicht gut war. Es hat ihn damals geärgert und belastet. Wenn er sie jetzt - mit wissender Liebe - anschaut, dann sieht er seine Mutter in ihrem verstrickten Menschsein. Und wie damals zwingt ihn seine Liebe dazu, seiner Mutter zu helfen. Jetzt aber nicht aus der blinden Liebe eines Kindes, sondern aus der wissenden Liebe eines Erwachsenen. Die Hilfe besteht darin, sie vor ihrer eigenen Versuchung zu schützen, indem er sich mit Liebe verweigert, das zu tun, was ihre Verstrickungen von ihm verlangen. Wenn er ihr in seinem Herzen sagt: "Mutter, wenn ich das, was Du von mir verlangst, tue, dann steigt Deine Schuld. Eben weil ich Dich liebe, mache ich das, was Du von mir verlangst, nicht". Er ist dazu in der Lage, weil er das nicht aus Groll gegen die Mutter macht, sondern aus Liebe.

Die Entbindung der Mutter beginnt damit, daß wir lernen, sie so zu sehen, wie sie ist, ohne unser Herz zu verschließen. Zu lernen, sie in ihrem Kontext zu sehen, in ihrer Familie zusammen mit all den Menschen, die zu ihr gehören, ohne uns zu verhärtet und ohne in Versuchung zu kommen, ihr Retter zu werden und uns in ihr Schicksal einzumischen. Mit Liebe ihr zu sagen, "die Konsequenzen Deiner Verstrickungen lasse ich bei Dir. Bei Dir sind sie in guten Händen. Nein, das was Du im Auftrag der Verstrickungen verlangst, mache ich nicht. Das tue ich Dir nicht an."

Ein Problem, das wir oft dabei haben, ist: Wenn unsere Seele 'zu' ist, fühlen wir uns nicht fähig, unserer Mutter wirklich gegenüberzutreten. Wenn die Seele 'zu' ist, fühlen wir uns zu schwach.

Wo kommt die Kraft her, die Sicherheit, die Stärke, die wir brauchen, um der Mutter diese Sätze sagen zu können, um vor ihr stehen zu können, sie anzuschauen und diese klare, geerdete Haltung zu bewahren - wo kommt diese Kraft her, wenn wir vielleicht schon jahrelang seelisch verschlossen waren - wo finden wir die Kraft?

Wir haben mit dem Leben auch die Kraft von den Eltern und den Großeltern bekommen. Die Kraft ist nicht weg, sondern wir haben nur den Zugang zu ihr verloren. Sie wartet auf uns in der vergessenen Lebenslust und in dem Mut zum Leben, unserer Kinderseele. Unsere Eltern sind die einzigen Eltern, die einzigen Menschen auf Erden, die uns das Leben und die Kraft, es zu leben, geben konnten. Alle anderen Eltern hätten ein anderes Kind und uns gäbe es nicht.

Der Weg zurück zu der Kraft der Kinderseele und der Weg zu dem Wesen der Eltern und Großeltern ist derselbe Weg, nämlich dem, was ist, zuzustimmen. Nicht in dem Sinne, daß es unbedingt gut ist, sondern daß es das ist, was wirkt. Bezogen auf die fehlende Kraft besteht unsere Freiheit darin, auch anzunehmen und zuzustimmen, daß wir nicht zu unserer Ganzheit stehen. Auch dem Schmerz zuzustimmen, uns selbst betrogen zu haben und den Weg zurück zu dem, was wir eigentlich sind, nicht finden zu können. Genau diesen Schmerz zuzulassen, ohne Vorwurf, ohne Wut, ohne Bewertung - nur in diesen puren, phänomenologischen Konsequenzen - das ist der erste Schritt. Und das braucht, wie viele von Euch schon merken, eine gewisse Disziplin, weil wir in dem zusammengezogenen Zustand als erstes die Ferne zu unserer Ganzheit als Leere, als Vakuum, als Loch, als bedrohlich, als lebensgefährlich erleben.

Den meisten von uns fehlt die Fähigkeit, die Konzentration und die Präsenz, in die Leere einzutauchen, um zu erforschen, was da wirklich ist. Ist diese Leere das, wofür wir sie halten? Viele kommen nicht so weit, um das zu überprüfen. Sie fangen an, das abzutasten, sie erschrecken sich, sie wenden sich ab und hören auf. Wir brauchen Hilfe, um das zu lernen. Manchmal unterstützt leider Psychotherapie unsere Tendenz, der Mutter (oder dem Vater) die Verantwortung für unsere Not zu geben, anstatt daß sie uns hilft, fehlenden Mut und Geschick zu entwickeln.

Der Weg für viele, mit denen ich gearbeitet habe, ist, ihre eigene Kinderseele, die unschuldig geliebt hat, wiederzufinden und ihr Beistand dabei zu leisten, wissend zu lieben. Um die Kraft zu haben, die Mutter zu entbinden, muß ich zustimmen, daß die Wirklichkeit mich an sich bindet.

Der Nachteil dabei ist, daß wir oft schmerzhaften Erinnerungen und der Leere begegnen. Aber viele Menschen haben gelernt, sich langsam in diese Leere hineinzubegeben, sich nicht abschrecken zu lassen und das zu spüren, was in der Leere geduldig auf uns wartet.

Es ist möglich, daß wir uns daran erinnern, wie es war, vom Sein, verkörpert durch die Mutter, getragen zu werden, gehalten zu werden, ernährt zu werden, ohne daß wir etwas dafür tun müssen. Wer das kann, wer gelernt hat, in die Erfahrung von Leere hineinzugehen und die grenzenlose, unschuldige Liebe des Kleinkindes dort findet, der kann seine Mutter - wie sie ist - anschauen. In den Aufstellungen sehen wir auch oft, daß die Mutter nicht alleine ist - auch sie hat Eltern, die noch in ihrer Seele wirken. In den Aufstellungen sind wir immer wieder zu der Erkenntnis gezwungen, daß 'meine' Seele nicht getrennt ist von der Seele meiner Mutter, meines Vaters und meiner Großeltern. Es gibt nur eine große Seele.

Die Hinbewegung zur Mutter, wie sie ist, entbindet. Sie ist gleichzeitig die Bewegung zurück zu meiner Vollkommenheit und die Bewegung nach vorne. Heraus aus der Identifikation mit dem kleinen Ich. Das Ich, das die Mutter anschaut und sich mit Liebe vor ihr verbeugt, ist ein größeres Ich, als das Ich, das sie mit Haß oder Enttäuschung oder Verlangen anschaut.

Und das ist die Entbindung der Mutter. Das geschieht dadurch, daß ich Ihren Herzenswunsch für mich erfülle und zu mir stehe, wie ich bin. So, wie sie mich geboren hat.

Danke.