

Aus: Gunthard Weber (Hrsg.), Praxis des Familienstellens, C.-Auer-Verlag 1998

WILFRIED NELLES

INTERVIEW MIT BERT HELLINGER AM 12.4.97, vollständige Fassung

W. N. Herr Hellinger, Sie treten als Therapeut auf und sind doch kein Therapeut. Als was sehen Sie sich selbst?

B. H. Ich sehe mich auf der einen Seite als Lehrer. Aber vorher sehe ich mich eigentlich als einer, der Mitmensch ist, auf der mitmenschlichen Ebene mitschwingt und vielleicht etwas in Gang bringt.

Ich bin jemand, der den Einklang sucht, der bei etwas hilft, was sich im Verborgenen zeigt. Dem kommen diese Familienaufstellungen entgegen, indem sie auf einmal etwas ans Licht bringen. Aber auch das ist es eigentlich nicht. Im Grunde fühle ich mich als einer, der in Dienst genommen ist für etwas, das er nicht versteht.

W. N. Aber Sie lehren ja auch. Sie lehren etwa den rechten Umgang mit existentiellen Lebenssituationen, und Sie lehren auch so etwas wie die rechte Haltung und Handlungsweise für Therapeuten und Helfer. Woraus schöpfen Sie das? Aus dem Nichtverstehen?

B. H. Ja. Ich habe dabei für mich eine ganz einfache Orientierung: Ich fühle, wo der Fluß hingeht, bei mir selbst, und im Grunde gehe ich nur dorthin mit, wo der Fluß hingeht. Und wenn das plötzlich stoppt, wenn ich nicht weiterkann oder merke, ich bin auf dem Holzweg, dann höre ich einfach auf. Das kann sehr, sehr lange dauern, monatelang, wo ich dann einfach nichts tue und in dieser Ruhe verbleibe, bis von außen her, oft ganz überraschend, etwas auf mich zukommt, was mich in eine neue Richtung bringt.

Das ist das Eigentliche. Ich überlege gar nicht, jemandem zu helfen, existentielle Frage oder so, den Leuten was beizubringen... Das sind für mich überhaupt keine Fragen.

Es ist oft so, da kommt ein Anruf, und ich sage sofort zu. Und meine Frau sagt: "Hast Du schon wieder Arbeit angenommen!" Aber so ist es nicht, ich nehm das nicht an! Ich merke, wenn ich das jetzt nicht mache, dann ist in meiner Seele etwas gebrochen. Es ist also keine Überlegung dahinter, ob etwas interessant oder bedeutsam ist. Das einzige Kriterium ist: Bin ich mit meiner Seele in Einklang? Und das ist eigentlich ganz einfach, etwas ganz Schlichtes, und was sich daraus ergibt, kommt aus diesem Einklang, nicht aus einer Planung.

W. N. Das ist ja im Grunde ein spiritueller Vollzug Ihres eigenen Lebens.

B. H. Man könnte ihn spirituell nennen, aber ich bin mit solchen Begriffen sehr zurückhaltend. Vorhin hat mich jemand auf meinen gestrigen Vortrag ("Psychotherapie und Religion") angesprochen und gefragt, ob für mich Hingabe etwas Wichtiges sei. Ich sagte: "Nein, damit geht schon wieder die Vorstellung von 'Ich tue etwas' einher. Man wird einfach getrieben oder getragen von einem Feld." Dann sagte er: "Ist das dann nicht etwas ganz Natürliches, wo gar nichts dahinter ist? Schwingt man einfach mit diesem Natürlichem?" Da habe ich geantwortet: "Ja, das entspricht mir." Das ist also der letzte Verzicht, der Verzicht auf das Spirituelle, das Göttliche. Der ist dem Geheimnisvollen, dem, was ist, am meisten gemäß. Und der ist es, der in die Leere führt.

W. N. Das ist aber ein langer Weg vom Priester bis zu diesem letzten Verzicht!

B. H. Ja Gott, das war ja auch so... – das Priestertum kommt sicher aus Verstrickungen und unbewußten Aufträgen aus meiner Herkunftsfamilie, die dort einen Sinn gemacht haben, aber

ich habe das mit Hingabe und letztem Einsatz gemacht. Und dann bin ich auf einmal von etwas angestoßen worden, und es war ganz klar: Der Weg geht nicht weiter. Durch dieses Anstoßen an etwas bin ich dann in eine andere Richtung getrieben worden, aber auch wieder ohne Planung, mit ganz vielen sogenannten Zufällen, die sich rückblickend als Fügung oder Führung entpuppen, der ich mich anheimgebe, aber für die ich nicht einmal wage zu danken – das wäre schon wieder zuviel, als wäre da was Besonderes...

W. N. Da wäre wieder ein Gegenüber?

B. H. ... ja, ja, so, als hätte ich was bekommen. Ich glaube, das darf ich gar nicht. Ich nehm's schlicht als etwas..., ja, wie getrieben, aber getrieben auf eine ganz feine Weise, die mich bei mir sein läßt.

W. N. Die Sie nicht von sich wegtreibt, sondern zu sich hintreibt?

B. H. Ja. Diese Bewegung hat immer etwas zu tun mit einer Herausforderung. Wenn ich eine gewisse Zeit etwas gemacht habe, merke ich auf einmal ganz deutlich: Es ist unmöglich weiterzumachen und zugleich gesammelt zu sein. Auf einmal kommt eine Herausforderung, die Mut erfordert und neues Wagnis, und wenn man sozusagen blind hineingeht – das ist der Weg, wie es weitergeht. Der ist immer mit Risiko verbunden. So geht ja das Leben überhaupt voran. Dieses Denken in Sicherheiten steht dem ja völlig entgegen.

W. N. Mir fällt dabei der Heraklit-Satz ein: "Man kann nicht zweimal in den gleichen Fluß steigen."

B. H. Genau. Um bei Heraklit zu bleiben, der auf mich eine ganz tiefe Wirkung hat – auch seine Vorstellung vom Feuer, womit ja eigentlich nicht Feuer gemeint ist, sondern Blitz, der Blitz der Erkenntnis, der plötzlich aus dem Verborgenen aufscheint, und das ist ja auch ein Grundansatz meiner Arbeit bei den Aufstellungen – der Fluß ist ja ein doppeltes Bild: Man steht am Ufer und sieht ihn fließen und läßt ihn fließen, und man steigt hinein und wird getragen und läßt die Ufer hinter sich. Diese beiden Bilder stimmen zusammen, bilden in der Tiefe eine Einheit.

W. N. Gerade fließt der Fluß dieses Gesprächs immer weiter von meinen vorbereiteten Fragen weg...

B. H. ...dann lassen Sie uns doch mitfließen!

W. N. Ja, kein Problem. Mit Ihrer konkreten Arbeit bewegen Sie sich ja nun in der therapeutischen Szene, Sie nennen sie auch "Systemische Therapie", aber was Sie jetzt erzählen, geht ja weit über Therapie hinaus.

B. H. Ja, weit, weit. Ich mache manchmal gezielte Therapie, wenn ich jemandem zu einem Symptom etwas sage. Aber grundsätzlich geht meine Arbeit weit darüber hinaus. Man kann es Heil nennen. Nicht Heilung, sondern Heil, aber nicht im Sinne von Errettung, sondern Heil heißt, man kommt aus einer Verlorenheit oder einer Verstrickung wieder in Verbindung mit etwas Tragendem. Was immer das dann ist. Da gibt es schon Ordnungen, die uns vorgegeben sind. Wenn wir mit denen in Verbindung kommen, dann fühlt man sich weiter, ganz, nicht immer glücklich – darum geht es nicht, das Leid gehört dazu, die Sorge gehört dazu, die Herausforderung gehört dazu – es ist etwas, das zutiefst ruhig ist. Das ist das Kriterium: Man ist zutiefst ruhig.

Um nochmal zum Bild des Flusses zu kommen. Der ist ja auch manchmal reißend, reißt einen mit, fast besinnungslos. Im Krieg erlebt man das ja manchmal, und es ist trotzdem der gleiche Fluß, mit dem man in Einklang ist, auch wenn man auf diese Weise getrieben ist, und dann fließt er manchmal ganz langsam, ist ganz ruhig, und man ist ganz still. Beides gehört dazu. Es ist beides der gleiche Fluß.

Manche werden dabei auch zu Grausamem gerissen, was wir als fürchterlich erleben, und es ist dennoch dieser Fluß, mit dem man in Einklang ist. Das wäre die Konsequenz. Also nicht nur etwas Friedliches, sondern auch Kriegerisches.

W. N. Sie beziehen da keine moralische Position?

B. H. Überhaupt nicht! Überhaupt nicht! Das darf man gar nicht. Ich sehe das mit Schrecken manchmal, was da passiert, aber ohne Stellungnahme, ohne Entrüstung.

W. N. Das erinnert mich jetzt an eine Aufstellung aus einem eigenen Seminar. Es ging da um eine Frau – sie war die Mutter des Klienten –, die am Kriegsende von einem russischen Soldaten vergewaltigt worden sein sollte. Als ich das aufstellte, brach die Stellvertreterin schreiend zusammen und rief: "Das war nicht nur einer, das war eine ganze Armee!" Ich habe daraufhin alle Männer ihr gegenübergestellt, und als ich den ersten fragte, wie er sich fühle, zuckte der nur mit den Schultern und sagte lakonisch: "Es ist halt Krieg. So ist das eben im Krieg!" Durch den Körper der Frau ging bei diesen Worten ein Ruck. Sie blickte auf und sagte: "Sag das nochmal!" Als er den Satz wiederholte, stand sie auf, richtete sich kerzengerade auf, schaute ihn gerade an und sagte: "Das ist es!"

B. H. Das ist ein wunderbares Beispiel.

W. N. Sie kam dadurch in ihre Kraft und ihre Würde und hat sich selbst als Kriegerin gefühlt, und damit war sie erlöst.

Das ist etwas, was mich ganz tief berührt an dieser Arbeit, daß ich oft erlebe, wenn dieser Einklang da ist mit dem, was ist, dann werden aus Opfern Handelnde, und es kommt Kraft heraus.

B. H. Wenn man, wie es üblicherweise der Fall ist, in der Entrüstung bleibt, dann werden aus Opfern Täter. Sie haben das wunderschön unterschieden: Durch Anerkennung werden sie zu Handelnden, und das ist ein unglaublicher Unterschied. In unserer Entrüstungsgesellschaft hat so etwas aber leider kaum einen Platz. Die sind ja aufgeblasen, diese Entrüsteten, die haben kein eigenes Leid erfahren oder haben es verdrängt. Wer Leid oder auch Schuld erfahren und anerkannt hat, der hat das Entrüstetsein hinter sich gelassen...

W. N. ... dann wird man still.

B. H. Ja, dann wird man still und hat Kraft.

W. N. Was Sie da sagen, geht ja nun doch sehr ins Religiöse hinein, wie immer man das inhaltlich fassen mag...

B. H. Ich hab ja vorhin versucht, das einzukreisen, damit man das nicht mehr mit diesem Begriff vereinnahmt...

W. N. ...auch nicht im Sinne von "natürlicher Religion" oder "religiöser Haltung", wie Sie das gestern in Ihrem Vortrag anklingen ließen? Als natürliche Ehrfurcht oder Andacht?

B. H. "Religiöse Haltung" ist ohne Inhalt, während "Demut" oder "Andacht" Worte sind, die etwas ins Schwingen bringen, wo man sich sofort einklinken kann. Oder "Würde", oder "Achtung".

W. N. Sie benutzen gerne diese großen, etwas altmodisch klingenden Worte. Das sind ja auch die Begriffe, mit denen viele große Schwierigkeiten haben, die Ihnen den Ruf eines Konservativen einbringen.

B. H. Ja, ja. Aber da weiß man sofort, was das ist. Ob es aber religiös ist, ob der Begriff Religion überhaupt statthaft ist, das ist fraglich. Es gibt ja die Definition von Religion als Zurückbindung oder Eingebunden-Werden, das ist ja auch ein In-Einklang-Kommen, aber mit was das ist, ob das etwas ist, was über die Natur hinausgeht...? Es geht über mich hinaus, das auf jeden Fall. Aber das ist ja sowieso die Erfahrung, daß es um uns herum etwas Größeres gibt, in das wir eingebunden sind. Man kann dies "große Seele" nennen oder "morphogenetische Felder" oder wie man will, aber ob da etwas Göttliches dahintersteckt, das wissen wir nicht. Und für den Vollzug, für den Einklang genügt die einfachste Formulierung. Die hat eine viel größere Wirkung, als wenn man es religiös nennt oder spirituell. Da ist ein äußerster Verzicht mit drin, und gerade der macht die innere Leere möglich.

W. N. Diesen Verzicht leben Sie nicht nur, sondern Sie lehren ihn ja auch, als die angemessene Haltung eines Therapeuten und auch als Lebenshaltung generell.

B. H. Ja. Ich bin da hineingekommen in diesen Verzicht, in diese Leere. Nicht durch Anstrengung, durch Meditation oder so etwas, überhaupt nicht. Indem ich mit den Familien arbeite und sehe, wie klein mein Beitrag ist, wie sehr das von anderswoher gesteuert wird, da ziehe ich mich dann zurück. Es gab vor Jahren auch eine Situation, wo sich um mich herum eine gewisse Begeisterung breitgemacht hat, und da kam dann eine sehr schlimme Sendung in Panorama über meine Arbeit, die war wirklich infam, da konnte man die Absicht der Vernichtung hinter spüren. Aber diese Sendung hat mir unglaublich geholfen. Das hatte auf mich selbst wie auf das Umfeld eine so reinigende Wirkung. Die Begeisterung war auf einmal weg; das, was wirklich wirkt, kam viel mehr zur Geltung, und meine Person wurde zurückgeschraubt. Als ich nachher wieder zu arbeiten begann, war ich verändert. Auf eine Weise, die keine Übung hätte erreichen können.

In diesen Verzicht werden wir durch unser Erleben, durch unseren Alltag, was immer es ist, durch das gelebte Sich-Stellen und Sich-Bewähren hineingeführt, ohne eigenes Verdienst. Nicht ich habe verzichtet, sondern es hat sich einfach ergeben, daß das das Natürlichste der Welt ist.

W. N. Die normale Reaktion ist aber doch, daß man sich wehrt, wenn man so angegriffen wird, daß man sich rechtfertigt oder zurückschlägt oder empört ist. Was ist da bei Ihnen genau passiert?

B. H. Ich hab nichts gemacht, gar nichts. Ich hab mich einfach zurückgezogen. Das Merkwürdige war dann, daß ich keinen einzigen Anruf bekam, keine Bitte um Stellungnahme oder ähnliches.

W. N. Sie haben gestern in einer Antwort auf eine Frage gesagt: "Die Bindung an die Familie allein macht auch krank." Wie ist das zu verstehen?

B. H. So möchte ich das nicht sagen. Was ich meine, ist: Die Bindung an die Familie allein stoppt die Entwicklung. Der Weg beginnt mit dieser Bindung, und wenn man dort die Ordnung findet, und wenn diese Ordnung und die Bindung anerkannt wird, hat das die Wirkung, daß man frei ist. Dann geht man den nächsten Schritt, indem man sich mit Weiterem, Größerem verbindet; indem man Leute mit anderen Weltanschauungen anerkennen kann, ohne das Eigene zu verleugnen. Dann ist man in einem größerem System, weil etwas dazugekommen ist. Und je mehr von dem Widersprüchlichen in der Seele einen Platz bekommt, mit umso Größerem ist man verbunden. Da beginnt erst diese Andacht, dieses Sich-In-Dienst-Fühlen, dieses Berufen-Sein – nicht von jemandem, sondern indem man von innen her seinen Platz spürt. Dann ist man von der Familie gelöst, und die Verstrickungen können nicht mehr wirken.

W. N. Sie haben mal gesagt: "Ich bin einverstanden mit der Welt, so wie sie ist." Können Sie auch, um Ihr Beispiel nochmal aufzugreifen, mit solchen Attacken wie der von Panorama einverstanden sein?

B. H. Ja, kann ich. Damals war ich allerdings noch nicht so weit, ich habe da noch gelernt. Es gibt eine schöne Geschichte von einem Zen-Mönch. Da hat ihm eine junge Frau, die ein Kind bekam, gesagt, das Kind sei von ihm. Er sagte: "Ach so?", ist aus dem Kloster gegangen und hat sich um das Kind gekümmert. Nach ein paar Jahren hat sie dann gesagt: "Es ist gar nicht von dir, ich habe dich belogen", und da hat er wieder gesagt: "Ach so", und ist zurück ins Kloster. Es macht im Grunde ja gar nichts aus. Wer im Einklang ist, für den machen die äußeren Dinge gar nichts aus. Ich meine jetzt nicht, daß das ein Ideal ist, das man erstreben muß.

W. N. Das geht ja ganz schnell, daß man eine Erfahrung macht und dann eine Theorie, ein Ideal oder eine Überzeugung daraus macht. Das kann ja auch mit Ihrer Arbeit passieren. Ihr Kollege Albrecht Mahr hat in seinem Vortrag heute morgen ja eine schöne Parabel dazu erzählt: Der Teufel ist mit einigen Assistenten unterwegs, und sie treffen jemanden, der gerade in einer Familienaufstellung eine bewegende Erfahrung gemacht hat. Ein Assistent sagt: "Da ist uns eine Seele verlorengegangen, was machen wir jetzt?" Der Teufel antwortet: "Gar nichts. Wir warten bis morgen, dann hat er eine Überzeugung draus gemacht."

B. H. Genau. Ein wunderbares Bild. Man ist ja manchmal selber überzeugt, wenn man was entdeckt hat. Davor muß ich mich immer hüten, damit der Weg offenbleibt für das Nächste. Ein Bild, daß das gut umschreibt, ist der Weg, auf dem man weiterkommt, wenn man alles Bisherige hinter sich läßt, ohne Ausnahmen.

W. N. In den Aufstellungen gibt es einen Moment – wenn alle stehen und gesagt haben, wie sie sich an ihrem Platz fühlen –, an dem der Therapeut aus dem Rezeptiven zum Handeln wechselt. Damit greift er ja in das Leben des Klienten ein, nimmt Einfluß. Darf man das überhaupt? Was passiert da bei Ihnen?

B. H. Ich denke gar nichts. Ich merke einfach: Jetzt ist es so weit. Und dann stehe ich sprachlos, und auf einmal ist der Schritt da, den ich jetzt mache. Der ergibt sich aus dem, was unmittelbar vorher war, es wird nicht auf ein Ziel hingesteuert. Es gibt aber Ausnahmen, wo ich aus der Ausgangsaufstellung gleich sehe, wo die Lösung liegt. Aber manchmal weiß ich einfach nicht weiter, und dann kommt von irgendwoher ein Anstoß, manchmal auch aus dem Publikum, und das greife ich dann sofort auf. Und der Irrtum gehört auch dazu, er ist Teil des Prozesses. Der Irrtum führt zu einem Echo, das dann wieder zurückführt auf die Bahn. Auch da ist also etwas Heilsames drin, worauf ich mich verlasse.

W. N. Es gibt aber auch Irrtümer, die man nicht direkt bemerkt, und dann geht der Klient vielleicht mit einer Scheinlösung nach Hause.

B. H. Ja, aber auch der ist getragen. Manche stürzen auch ab, und es scheint, der Therapeut hat ihnen was angetan. Aber plötzlich sieht man, daß dahinter ein bestimmtes Bild steckt, die Vorstellung, in Kontrolle sein zu müssen. Für mich ist die wirksamste Methode überhaupt, ich vertraue ihn seiner guten Seele an.

W. N. Das heißt, Sie gehen vollkommen ab von dem Therapeuten, der irgend etwas löst?

B. H. Genau. Das heißt aber nicht, daß ich nicht auf die Lösung hinarbeite oder so tue, als wollte ich sie nicht. Der Strom geht ja auf Lösung hin. Und wenn das so ist, gehe ich mit dem Strom und freue mich dann, wenn ich die Lösung habe. Wenn es jedoch stockt, ziehe ich mich zurück. Dann geht der Strom beim Klienten weiter. Dann ist die ganze Energie bei ihm.

W. N. Das ist dann auch nichts Negatives? Es wirkt ja auf den äußeren Betrachter oder auch die Betroffenen oft schockierend, wenn der Therapeut die Aufstellung einfach abbricht.

B. H. Nein, das ist absolut nichts Negatives. Der Prozeß geht dann in der Seele des Klienten weiter. Was ist das denn eigentlich, was wirkt? Doch nicht der Therapeut! Was wirkt, ist die

Wirklichkeit! Wenn mich das Schicksal des Klienten in den Dienst nimmt für die Lösung, ist es gut. Wenn ich mich aber dagegen stelle und die Lösung sozusagen künstlich herbeiführen will – das geht nicht. Diese Art von Lösungswillen ist zum Scheitern verurteilt.

W. N. Das heißt dann auch, konventionell gedacht, daß Sie für die Lösung keine Verantwortung übernehmen. Ihre Verantwortung besteht darin, daß Sie Ihr Bestes tun, um in Einklang zu sein, in Einklang mit sich selbst. Ist das richtig?

B. H. Ja. Was immer mit dem Ergebnis gemacht wird, kann der Qualität meiner Arbeit nichts wegnehmen, wenn ich in Einklang war. Wenn ich aber wirklich was falsch gemacht habe – weil ich etwas wollte oder so –, dann übernehme ich dafür auch die persönliche Verantwortung. Es kann da dann auch schwerwiegende Dinge geben, womit man konfrontiert wird – aber dann ist es immer noch meine Grundlage, daß die Irrtümer und auch die Schuld Meilensteine in der Entwicklung sind. Erst an diesen Reibungsflächen gibt es wieder einen Funken von neuer Erkenntnis, ein neues Feuer, was dann entzündet wird. Die Vorstellung, daß es immer so gerade gehe, ist gegen die ganze Natur. Die ist ja auch auf Kampf und Gegensätzen aufgebaut, von Tötern und Opfern, auch von Vernichtetwerden für ein größeres Ganzes, ohne daß einer sich um meine individuelle Seele kümmert.

Oft ist es dann so, wenn die Vorstellung da ist, da sei etwas schiefgegangen, und ich kümmere mich nicht drum, dann stellt sich nach einigen Tagen etwas ganz anderes heraus. Oder wenn einer umgekehrt sagt: "Da war ja überhaupt nichts", das sagt noch gar nichts aus.

W. N. Mich hat beeindruckt, mit welchem Respekt Sie Anregungen aus dem Publikum behandeln, und wie sehr Sie den Menschen, die Ihre Arbeit anwenden und verbreiten, und die Sie ja noch nicht einmal ausgebildet haben, zu vertrauen scheinen.

B. H. Ich bin oft sehr berührt, was da kommt, und freue mich, wie das weitergeht. Es erscheint mir völlig verrückt, daß man sich eine Wirklichkeit, die man sieht, in die eigene Tasche stecken möchte. Das ist für mich völliger Unsinn. Wenn mich jemand fragt, ob er etwas verwenden darf, was ich gesagt oder getan habe, dann tut mir das richtig weh. Als hätte ich ein Verfügungsrecht über Wirklichkeiten oder über Einsichten. Die sind mir doch geschenkt worden und sind für jeden da! Wenn einer das aufgreift und weiterführt, da habe ich überhaupt keinen Anspruch drauf. Ich bin angestoßen worden und gebe diese Anstöße weiter und freue mich, wenn andere sie auch wieder auf ihre Weise weitergeben.