

Die Stimme des Grenzwächters – Erfahrungen mit einer Aufstellungsform

Regula Heller Rosselet

Wie es dazu kam ...

Die Aufstellungsform mit der Figur des Grenzwächters ist mir zugekommen an einem Seminar mit Ritualen und Aufstellungen mit Malidoma Somé und mehreren Aufstellern im Sommer 2006. Mit der Verbindung von Ritual- und Aufstellungsarbeit hatte ich mich schon seit ein paar Jahren beschäftigt. Diesmal wollte ich jedoch auch ein eigenes Thema aufstellen lassen, und ich hatte ein klares Bild, wofür es für mich gehen sollte: einen Übergang zu vollziehen in einen neuen geistig-spirituellen Raum, weit offen für die Intuition (innere Stimme), der womöglich einzigen Orientierung dort. Die Vorstellung, diesen neuen Raum zu betreten, löste in mir Furcht und Respekt aus. Ich fühlte ein Bedürfnis nach Schutz, umsichtiger Vorbereitung dieses Schrittes, wollte mich achtsam um das geeignete „Rüstzeug“ für diesen Schritt kümmern. Ich bat Michael Weber um eine Aufstellung. Im Vorgespräch erzählte ich ihm von einem Bild, das Richard Baker Roshi beschrieben hatte: Im japanischen Nô-Theater gebe es eine imaginäre Linie, um die sowohl der Schauspieler wie auch die Zuschauer wissen; ist diese Linie überschritten, spricht der Schauspieler aus einem anderen, einem überzeitlichen Raum¹. In der Veranstaltung mit Richard Baker hatten wir in Zweiergruppen mit einer solchen Linie im Raum experimentiert und waren beeindruckt von ihrer Präsenz und Kraft. Für meine Aufstellung wünschte ich mir nun auch eine solche Grenzlinie im Raum, die zwischen meiner bis jetzt gewohnten und akzeptierten Wahrnehmungsweise und dem neuen spirituellen Raum, den ich spürte, liegen sollte. Dazu wollte ich auch noch eine Instanz, welche diese Grenze hütet und auf deren Unterstützung ich hoffte. Michael Weber nahm alle meine Wünsche auf und leitete für mich eine sehr dichte und klare, bewegende Aufstellung. Von der Instanz des Grenzwächters kamen viele hilfreiche Hinweise, die es mir schließlich ermöglichten, die Grenze sicher zu überschreiten. Diese Aufstellungsform ließ mich fortan nicht mehr los. Ich bekam die Gelegenheit, sie im November 2007 auf der Tagung *Das weite Land der Aufstellungsarbeit* in Gmunden in einem Workshop vorzustellen².

Eine weitere Begebenheit, die mich sehr berührt hat, möchte ich hier noch erzählen: Ich hatte Michael Weber im Dezember 2006 bei einem Weiterbildungsworkshop noch einmal arbeitend erleben können. In einer Pause bat ich ihn, doch wieder einmal ein Lied zu singen und es mit seinem Berim-

baospiel zu begleiten. Er tat das. Im Frühjahr darauf starb Michael Weber. Kurz nach meinem Workshop in Gmunden begegnete ich auf derselben Tagung einem Kollegen, der mir sagte, er habe Michaels Pausenlied damals aufgenommen und könne mir die Datei überspielen. Ich bin Michael sehr dankbar. Die Grenzwächterform werde ich weitertragen.

Die Aufstellungsform hat drei Hauptrepräsentanten: den *Fokus* (Stellvertreter des Aufstellenden), ein Ziel bzw. etwas, das mit dem *Raum* oder Gebiet *jenseits der Grenze* zu tun hat bzw. gewissermaßen das Sprachorgan dieses „anderen“ Bereiches ist, und dann eben die *Grenzwächterin* den Grenzwächter: eine Instanz, die sich auf beiden Seiten auskennnt und die Grenze hütet. Die Grenze ist die Linie im Aufstellungsraum, die sich durch die Blickrichtung der Grenzwächterfigur ergibt. Die Grenzwächterfigur hat die Aufgabe, dem Fokus zu ermöglichen, die Grenze genauer kennenzulernen, und vermittelt eventuell die Kommunikation mit dem anderen *Raum*. Weiter hat der Grenzwächter auch dafür zu sorgen, dass die Grenze nicht ohne entsprechende „Befugnis“ bzw. Vorbereitung überschritten wird. Oft schützt der Grenzwächter damit den Fokus vor Schritten, deren Konsequenzen ihm vielleicht nicht voll bewusst waren. Weitere Repräsentanten können dazukommen wie zum Beispiel Ressourcen, Begleiter, Familienmitglieder, die bei dem Thema eine entscheidende Rolle spielen, verlorene oder zurückgelassene eigene Qualitäten oder Möglichkeiten ...

Grenzwächtererfahrungen

Im Folgenden will ich über ein paar Aufstellungen mit der Grenzwächterfigur berichten und anschließend einige meiner bisherigen Überlegungen zu dieser Form darlegen.

Sigrid³ – Die Liebe zur Erde bringen

Bei der Geburt ihres Sohnes hatte Sigrid ein Nahtoderlebnis, bei dem sie sich im Himmel befunden und eine unendliche Liebe erlebt habe. Ihres Kindes wegen sei sie zurückgekehrt. Seither komme ihr das Leben farblos vor, es sei, als ob sie die Liebe im Himmel zurückgelassen habe und sie hier nicht mehr leben könne.

Ich schlage ihr die Grenzwächterformvor mit Stellvertretern für sie als Fokus, den Himmel, die Liebe und den Grenzwächter, der über die Grenze zwischen dem Bereich des Himmels und der Erde wacht.

Die Liebe steht jenseits der Grenze im Bereich des Himmels und blickt auf den Himmel. Der Himmel blickt über die Grenze hinweg zum Fokus; er leite die Liebe, von der er „geflutet“ werde, zum Fokus weiter – das sei aber sehr anstrengend.

Als die Liebe sich dreht und zum Fokus blickt, wird es für den Himmel leichter. Aus dem Himmel wird die Mutter von Sigrid herausgezogen.

Ganz plötzlich überschreitet nun der Fokus die Grenze, der Grenzwächter reagiert sofort und verschiebt sich gleichzeitig. Gefragt, ob diese Aktion des Fokus für ihn in Ordnung sei, sagt er, solange der Fokus nicht zu nahe zum Himmel hingehe, sei das okay. Die Grenze verläuft jetzt neu zwischen Himmel und Liebe, sodass Fokus und Liebe sich auf derselben Seite der Grenze befinden. Sigrid kommt jetzt selbst in die Aufstellung. Der Himmel sagt zu ihr: „Die Liebe ist ein Geschenk von mir an dich, das zu dir gehört, solange du lebst. Du darfst es nicht zurücklassen, denn du brauchst es im Leben auf der Erde.“ Sigrid sagt: „Ich hatte geglaubt, die Liebe da verloren zu haben.“ Und zur Mutter hin: „Ich dachte, verzichten zu müssen.“ Die Mutter steht nahe beim Himmel und blickt liebevoll auf Sigrid. Sigrid geht auf die Liebe zu und bleibt lange mit ihr in innigem Kontakt, nimmt sie zu sich; ihr ganzer Körper entspannt sich, sie weint sehr und wiederholt immer wieder: „Ich hatte Dich so vermisst!“ Ungefähr ein Jahr später berichtet mir Sigrid von den Veränderungen, die sie seit der Aufstellung bei sich wahrgenommen hat: Es sei hinterher lange sehr gut gegangen, ohne dass die früheren Zustände – das Gefühl, es ziehe sie vom Leben weg – wiedergekommen seien, doch auch dann seien die Phasen kürzer und die Intervalle zunehmend länger geworden. Ihr viereinhalbjähriger Sohn sei ab dem Zeitpunkt ihrer Aufstellung viel ruhiger geworden. Und ganz von sich aus habe er plötzlich einmal zu ihr gesagt: „Mama, jetzt bin ich angekommen!“

Matthias – Der Grenzwächter vertritt den „kleinen Jungen“

Matthias ist trotz guter Qualifikationen schon seit längerer Zeit auf Stellensuche. Er fragt sich, was es brauche, um die Schwelle zu überschreiten, die ihn aus der Arbeitslosigkeit herausführe.

Wir stellen auf den Fokus, die neue Stelle, den Grenzwächter und eine Ressource zur Unterstützung des Fokus.

Die neue Stelle steht im Bereich jenseits der Grenze. Der Fokus fürchtet sich vor der Ressource, hat Angst, sie anzuschauen („ich darf davon nicht nehmen“). Der Grenzwächter zeigt sich nicht wie eine „Instanz“, sondern eher als Person, die kindlich-ängstlich zu Boden schaut und über Übelkeit klagt. Es wird ein expliziter Strukturebenenwechsel vorgenommen und die Person, um die es geht (Mutter und/oder Schwester von Matthias), dazugestellt. Der Fokus gibt das, was er für diese Person(en) tragen wollte zurück.

Jetzt kann er die Ressource ohne Angst anschauen, und die neue Stelle fängt an, sich für ihn zu interessieren. Der Grenzwächter kann jetzt seine Rolle und Funktion wieder übernehmen, ohne „Überlagerungen“ zu zeigen.

Matthias berichtet ein paar Wochen später, dass sich in ihm spürbare Erleichterung eingestellt hätte und seine Bewerbungen mehr Echo fänden. Eine feste Stelle hat er noch nicht, doch haben sich interessante befristete Aufträge ergeben.

Frieda – Die Weisheit der Trümmerfrau

Friedas Anliegen ist es, mehr in Kontakt zu kommen mit einer wichtigen Veränderung, die in ihrem Leben anstehe und die sie schon als „in der Luft liegend“ wahrnehmen könne. Es scheine ihr um einen radikal neuen Schritt zu gehen, denn sie habe sich bisher gefühlt wie eine „Trümmerfrau“, die aus den Trümmern des Krieges unter grosser Anstrengung wieder Brauchbares schaffe. Jetzt möchte sie sich von der anstrengenden Trümmer- (und Trauer-)arbeit lösen, sich von der „Trümmerfrau“ verabschieden.

Aufgestellt werden der Fokus, „das, was in der Luft liegt“, die Trümmerfrau und der Grenzwächter.

Zwischen dem Grenzwächter, der die Grenze zwischen Fokus und „dem, was in der Luft liegt“ markiert, und dem Fokus findet ein intensiver Dialog statt darüber, was es brauche für den Schritt zum Neuen. Er sagt zum Fokus: „Es gibt kein Zurück, wenn Du die Grenze überschritten hast.“ Er rät dem Fokus, vorher in eine Klausur, „in die Höhle“ zu gehen und die Trümmerfrau mitzunehmen; diese werde dann von selbst weggehen, wenn es Zeit sei. Diese Klausur wird in der Aufstellung symbolisch vollzogen in der Zuwendung und Begegnung zwischen Fokus und Trümmerfrau. Sie ist erleichtert, dass sie gesehen und gehört wird, und schließlich gibt sie dem Fokus einen (imaginierten) Korb voll gelbem Sand. Frieda erkennt nun: „Ich komme ja durch die Trümmerfrau in neuen Raum dessen, ‚was in der Luft liegt‘!“ Später sagt sie: „Die Begegnung mit der Trümmerfrau war sehr wichtig!“

Die Aufstellung hatte sich gleichsam in drei Phasen gegliedert: Nach einer Explorations- und einer Prozessphase folgte eine Phase von großer Stille. Frieda sagt „es ist etwas Bedeutsames passiert.“

Frieda gab mir folgendes Feedback: Sie habe diese Form in der Einzelarbeit erlebt als „emotional anstrengend, aber wirkliche innere Arbeit – fast noch intensiver als eine ‚normale‘ Aufstellung“, ihr Erleben sei „eins zu eins“ gewesen, „das heißt, innen und außen passierte das Gleiche“.

Ziemlich genau ein Jahr später beschreibt Frieda die Veränderungen, die seither in ihrem Leben stattgefunden haben, und sagt: „Die Aufstellung gab mir gleichsam die innere Erlaubnis, einen Schritt in die neue Richtung zu setzen, ohne genau wissen zu müssen, was da kommen würde.“ Der wichtigste erste Schritt sei dabei gewesen, sich der „Trümmerfrau“ ganz zuzuwenden. Es sei wie ein Initiationsritus gewesen, bei dem sie die „Trümmerfrau“ als Res-

source habe erkennen und integrieren können (statt sie „loszulassen“). Damit sei ein Aspekt von Tiefe in ihr Leben gekommen: Die Aufstellung habe den darauf folgenden Veränderungsprozess vorbereitet, indem „was vorher mehr im Kopf (in der Luft) war, auf die Erde/in die Welt gekommen“ sei. Sie habe einen wichtigen alten Trauerprozess jetzt erst leben und erkennen können, dass dieser Weg nicht nur Leid beinhalte, sondern ihr Zugang gewähre zu ganz vielen Qualitäten, die vorher „abgespalten“ gewesen seien.

Lina – Aus dem Land der Mutter ins Land des Vaters zurückkehren

Lina möchte gerne in ihr Heimatland (aus dem ihr Vater stammt) zurückkehren, nachdem sie viele Jahre im Land, aus dem ihre Mutter kommt, gelebt und gearbeitet hatte. Sie möchte sich damit aber nicht wieder in die Geschichte des Vaters verstricken, von der die Grenze zwischen den Ländern sie irgendwie geschützt habe. Das Ziel, das sie sich wünscht, nennt sie „Zuhause“. Dazu möchte sie auch noch die „Sicherheit“ von der Mutter und deren Land. Der Grenzwächter wird, nachdem er aufgestellt ist, zum „freien Element“ erklärt. Im ersten Bild ist Zuhause jenseits der Grenze, da, wo auch die Sicherheit (Stellvertreter ist ein Mann) steht. Diese steht ganz nahe beim Grenzwächter, seine Linie durchschneide die Linie ihres Blickes, der auf jemanden gerichtet sei, der dort stehe. (Später erklärt der Stellvertreter der Sicherheit, er habe ein starkes Bedürfnis gehabt, die Grenze als Linie im Raum zu markieren, damit sie „sicher“ sei.) Auch der Fokus schaut in jene Richtung. Als das, worauf die Sicherheit blickt, dazugestellt wird, ist für den Stellvertreter und auch für Lina sofort klar, dass es sich um den Vater handle. Der Grenzwächter hat zum ganzen Geschehen erstaunlich wenig zu sagen; er komme sich vor wie an einem Bahnhof, wo er „neutral“ und emotionslos beobachte, wie die Züge ein- und ausfahren. Der Fokus will sein Gepäck loswerden und ist unzufrieden mit dem Grenzwächter, der ihr da nicht helfen kann – „der versteht überhaupt nichts“, sagt sie. Die Sicherheit fühlt sich zum Vater gehörig. Der Vater findet die Äußerung des Grenzwächters (Bahnhof und Züge) sehr wichtig, er kommt dadurch in Bewegung und überschreitet mithilfe der Sicherheit, die ihm die Hand reicht, die Grenze und geht von dort ganz weit nach hinten. Am liebsten würde er gehen, sagt er. Nun erst bewegt sich der Grenzwächter, und zwar so, dass Zuhause nicht mehr jenseits der Grenze steht, sondern nur noch der Vater und die Sicherheit. Zuhause und Fokus fühlen sich gut. Es ging offenbar nicht um die Grenze zwischen Ländern, sondern um die der sicheren Abgrenzung zur Geschichte des Vaters ...

Alice – „Gleichwertigkeit“ finden

Alice fällt es nicht leicht, klar zu formulieren, was sie möchte, obwohl die Innigkeit ihres Wunsches deutlich spürbar ist.

Sie wünsche sich „Gleichwertigkeit“, damit sich ihr Leben „gut weiterentwickeln“ könne. Oft habe sie so eine Wut, wenn sie Ungleichheit erlebe; sie strahlt und sagt, „die Wut ist auch eine Ressource“. Es werden neben Fokus und Grenzwächter die Gleichwertigkeit und die Wut aufgestellt. Der Fokus sieht anfangs niemanden. Jenseits der Grenze steht die Gleichwertigkeit; ihr wird übel. Der Grenzwächter ist überlagert von Emotionen, die zu ihm als nicht menschliche Instanz nicht gehören können. Nach dem „Herausziehen“ einer weiblichen Person aus dem Grenzwächter wird es kurz besser, doch es ist noch mehr. Ich stelle noch die dazugehörigen „Ereignisse“ auf. Alice wählt eine Frau dafür. Die Wut legt sich zu Füßen jener Frau, die sehr zu leiden scheint. Alice kann sich den Zustand dieser Frau erst nicht erklären, als diese jedoch sagt, sie erlebe intensive Gefühle und Wahrnehmungen, als gehe es irgendwie um Vertreibung, sagt Alice, ihr Vater und Großvater seien Sudetendeutsche in Tschechien gewesen. Die Gleichwertigkeit sagt: „Ungleiches gleich behandeln ist auch Unrecht.“ Im nun folgenden Prozess der Aufstellung sieht und würdigt Alice die Ereignisse, respektiert aber auch die Grenze, die sie davon trennt („ihr früher, ich später“), indem sie erklärt, nun aufzuhören, dort etwas tun zu wollen. Sie werde sich ihrem eigenen Leben zuwenden und die Grenze fortan achten. Dies bringt allseitige Erleichterung. Als ich Alice ein halbes Jahr später auf einer anderen Veranstaltung wieder begegne, erzählt sie mir von neuen Impulsen (Qigong, Tanz), die sie dank der Aufstellung habe aufnehmen können.

Vorläufige Betrachtungen zur Aufstellungsform mit Grenzwächter

In der Reflexion – auch mit KollegInnen – hat sich für mich Folgendes ergeben: Es ist eine besonders kraftvolle Form, die Bauch und Herz anspricht. Sie eignet sich zum Beispiel zur Vorbereitung des Vollzugs „spiritueller“ Schritte oder ist hilfreich, wenn ein Thema mit einem besonderen Schutzbedürfnis angegangen werden soll. Die Form ist nicht logisch (wie zum Beispiel die des Tetralemmas und anderer Strukturaufstellungen von Matthias Varga und Insa Sparrer), sondern hat eher einen rituellen oder „magischen“ Charakter, der an Märchen und Mythen erinnert; ihre Faszinationskraft bündelt die Themen auf das Wesentliche. Meist findet ein Paradigmenwechsel statt, das heißt, die Systemgrenzen werden verändert (erweitert), die Aufstellung findet nicht innerhalb eines Systems statt, sondern zwischen Systemen.

Es handelt sich nicht um eine Aufstellung von inneren Teilen; der Grenzwächter ist irgendwie mehr als zum Beispiel der/die „alte Weise“, seine Haltung ist neutraler, und: jeder, der diesen Weg gehen will, muss an ihm vorbei. Die Figur des Grenzwächters ist nichts Individuelles, sondern gilt für jeden Übergang. Nur die Fragen und Antworten sind bei jedem anders. Die Grenzwächterfigur hat kein eigenes Interesse an der Sache, sie ist nicht ein Teil, der integriert werden will, sondern sie bleibt eigenständig. Deshalb kann

sie ihre Funktion auch nur wahrnehmen, wenn sie nicht „überlagert“ ist von Personen aus dem Familiensystem (diese müssen gleichsam aus ihr „herausgezogen“ und separat aufgestellt werden, damit sie frei und unbefangen sein kann).

Der Grenzwächter hat in der Aufstellung oft eine ähnliche Funktion wie die Figur des blinden Sehers Teiresias im griechischen Drama: Er sieht mehr, anders und anderes als die „normal“ Sehenden. Oft wird er anfangs nicht gehört oder er löst Furcht aus: Ist eine Grenze einmal überschritten, gibt es oft kein Zurück mehr. So birgt jede neue Dimension bis zu einem gewissen Grad das Risiko bzw. die Angst, es könnte sich mit ihr um den Tod handeln, und insofern erinnert jede Grenze auch an unseren letzten und endgültigen Übergang⁵.



Regula Heller Rosselet, lic. phil. I, geboren 1958, Sprach- und Literaturwissenschaftlerin (Italianistik, Vergleichende Literaturwissenschaft, Germanistik), dipl. Shiatsutherapeutin SGS, Ausbildung in systemischer Beratung und Therapie (wisl, Wiesloch/D) sowie Fortbildung in systemischer Aufstellungs- und Rekonstruktionsarbeit (Apsys, Graz/A); lebt und arbeitet in eigener Praxis in Männedorf/Zürich.

Anmerkungen

- ¹ In einer Veranstaltung zum Thema Buddhismus und Psychotherapie (wobei ihn insbesondere die Aufstellungsarbeit interessierte) – Richard Baker Roshi hat das Bild bei verschiedenen Gelegenheiten verwendet.
- ² Der Titel der Tagung war „Zu lieben, nicht zu hassen bin ich da. – Vom Kampf der Gegensätze zum Dialog der Unterschiede“. Anlehnend an dieses Zitat aus Sophokles' Antigone neue Wege (in der Aufstellungsarbeit), Courage und Loyalität gehen.
- ³ Die Namen der Klienten und Details zu ihrem Hintergrund sind abgeändert.
- ⁴ Matthias Varga von Kibéd und Insa Sparrer.
- ⁵ Die für Antigones Handeln maßgebende Grenze ist die zwischen den Welten der Lebenden und der Toten: Da sie sich bei den Toten länger aufhalten werde als bei den Lebenden, nehme sie lieber in Kauf, den König zu erzürnen als die Götter.