

Interview, erschienen in KGS-Hamburg Okt/2010

In Frieden mit der Wahrheit

Peter Orban gilt als einer der bekanntesten Therapeuten in der Aufstellungsarbeit, deren Begründer Bert Hellinger ist. Einen Namen hat sich der Psychologe und Soziologe bereits seit den 1970er Jahren als Astrologe gemacht, 1983 gründete er mit der Heilpraktikerin und Autorin Ingrid Zinnel die Praxis Symbolon für Astrologie, Therapie und die Ausbildung in diesen Bereichen. Ab März 2011 bietet Peter Orban in Berlin eine Ausbildung in der Aufstellungsarbeit an. Den Begriff „Familienstellen“ verwendet er ausdrücklich nicht, da sich die Arbeit seit gut zehn Jahren verändert vom lösungsorientierten Setting mit Familiensystemen hin zu einer eher minimalistischen Form, die die „Bewegungen der Seele“ oder als zweite Strömung das „Gehen mit der Gottesliebe“ im Fokus hat. Thomas Simon-Weidner vom KGS Berlin hat Peter Orban zu Form und Inhalt der Aufstellungsarbeit befragt

Dein Weg in die Aufstellungsarbeit ist ein sehr persönlicher. Was hat dein Interesse an dieser Methode geweckt?

Ich war schon ungefähr 15 Jahre lang Therapeut, als ich das erste Mal von einem gewissen Herrn Hellinger hörte. Blut geleckt habe ich an der Stelle, als Bert Hellinger in einem seiner Vorträge Folgendes über das Gewissen sagte: „Das Gewissen ist wie ein guter Schäferhund, der um die Herde herumläuft, damit keiner aus der Herde wegläuft oder ausgegrenzt wird.“ Ich hatte mich vorher 20 Jahre lang mit dem Gewissen und vielen Theoretikern wie Freud und Jung beschäftigt, aber nirgends fand ich ein so klares Bild, was das Gewissen ist. Da wollte ich tiefer eindringen. Und da ich in dieser Zeit schon mit Bildern Therapie machte, war der Weg von den Bildern zu den Familienmitgliedern – die ja auch als Bilder in uns vorhanden sind – nicht mehr weit. Bei Familienaufstellungen werden die Bilder von den Stellvertretern dargestellt, was für mich bis heute ein unerreichbares System von Präsenz darstellt. Jeder Stellvertreter ist Repräsentant für einen Teil der dargestellten Seele – das ist in dieser Komplexität in keiner anderen Form möglich.

Kann bei den Aufstellungen jeder teilnehmen oder ist eine gewisse Sensibilität als Voraussetzung nötig?

Ich nehme in den Aufstellungen als Stellvertreter am liebsten die ohne Erfahrungen – einfach weil sie keine Vorstellung davon haben, was sie tun sollten. Stattdessen spüren sie in sich hinein und bemerken dann Anzeichen von Übelkeit oder ein Schulterzucken oder das Bedürfnis sich abzuwenden. Menschen mit Aufstellungserfahrungen sind oft viel kopflastiger und fragen sich, ob das wohl sinnvoll ist, was sie da gerade tun. Auf die Unvorbereiteten kann ich mich zu 100 Prozent verlassen. Kurzum: Jeder kann es.

Liegt die Ursache dafür, dass es funktioniert, darin, dass wir alle Menschen sind und gleiche Konstellationen im Sinne von archetypischen Programmen gespeichert haben? Oder liegt es an der Präsenz, während ein bestimmtes System aufgebaut wird, die jeder mitspüren kann?

Ich weiß es nicht. Natürlich habe ich mich lange damit beschäftigt und mittlerweile lautet die Antwort eines Profis: Wir werden einfach bestimmte Dinge nicht erfahren. Ob man das mit wunderschönen Worten wie Rupert Sheldrake ausdrückt, der diese Phänomene als morphogenetische Felder bezeichnet, – aber weiß man denn, was das ist und wie es funktioniert? Nein, man weiß lediglich, dass sich etwas überträgt. Aber warum, dahinter steht nach wie vor ein Fragezeichen. Offen gestanden will ich es auch gar nicht wissen. Ich weiß nur, dass es funktioniert.

Wenn jemand sein Problem aufstellt, weiß man ja über den geschichtlichen Hintergrund wenig. Wie geht man vor, um in die Geschichte reinzukommen?

Wenn man Familienaufstellung gelernt hat, steht einem ein bestimmtes Repertoire von Fragen zur Verfügung. Das Repertoire ist aber so groß, dass man nicht alles anbringen kann. Deswegen muss man sich als erstes auf seine Wahrnehmung verlassen: Was sagt sie mir, in welche Richtung es geht? Wenn ich feststelle, dass bei jemandem eine gewisse Traurigkeit vorherrscht – und das nicht, weil ihn seine Freundin gerade verlassen hat, sondern weil die Traurigkeit von Geburt an sein Leben begleitet – stelle ich daraufhin ganz bestimmte Fragen. Manchmal komme ich erst nach zehn Fragen zum Punkt, manchmal schon nach zwei Fragen – das weiß ich vorher nie. Was bei den Einzelsitzungen eine zweistündige Anamnese beansprucht, muss in einer Aufstellung mit zehn Fragen erreicht werden.

Geht man immer primär auf die Kernfamilie ein?

Im Moment kommt in meiner Arbeit gehäuft das Thema Schicksal vor. Ein Beispiel: Vor 14 Tagen kam eine etwa 70-jährige Dame zu einer Aufstellung, die von Psychologie und Psychotherapie keine Ahnung

hatte. Sie wollte etwas für ihren Bruder tun, der schon an seinem dritten Lebenstag seine Mutter verlor. Als er mit 14 in die Lehre ging, wurden ihm von einer Lokomotive beide Beine abgefahren. Und jetzt mit 50 oder 60 hat er Halskrebs. Diese Frau wünschte sich von mir, dass wir etwas für ihren Bruder tun – vielleicht ihn sogar heilen. Ich habe daraufhin eine Frau aufgestellt – eine Frau deshalb, weil in der griechischen Mythologie Schicksalsgottheiten immer weiblich sind –, habe sie (schwarz angezogen) auf einen Stuhl gestellt und gesagt: „Das, liebe Yvonne (Name geändert), ist das Schicksal. Und jetzt nehme ich deinen Bruder und stelle ihn zehn Meter entfernt auf.“ Der Stellvertreter des Bruders spürte eindeutig Angst, aber ich ermunterte ihn, weiter auf das Schicksal zuzugehen. Und je näher er kam, desto mehr fiel die Angst von ihm ab. Dann hat er seinen Kopf auf den Bauch des Schicksals gelegt, hat sich auch auf diesen Stuhl gesetzt und gesagt: „Jetzt geht es mir gut.“ Dann habe ich die Stellvertreterin der Klientin – die sehr stark weinte – aufgefordert, auch zum Schicksal zu gehen und sich dazusetzen. Ein weiterer Bruder des Geschwisterpaares war anwesend und ihn habe ich auch zum Schicksal gebeten, wo er sich weinend niederließ. Das Schicksal stand einfach majestätisch da und sagte: „Ihr macht es genau richtig.“ Damit war der Knoten gelöst.

Zur Aussöhnung mit dem Schicksal – passt da der Slogan „der Alte mit der Trauerarbeit“ von ...?

Ich würde statt Aussöhnung das Wort Zustimmung vorziehen. Die Zustimmung kann aber nur gegeben werden, wenn die Aussöhnung erfolgt ist. Ich habe noch ein anderes Bild. Es kommen zunehmend Aufstellungen vom Zweiten Weltkrieg. In diesen Fällen stelle ich nicht Vater und Mutter oder Oma und Opa auf, sondern in der Regel die Kameraden desjenigen, um den es geht. Ein Beispiel: Ein Enkelkind, dessen Großvater in Stalingrad war, kam zu mir. Auf die Frage, ob der Großvater nach Hause gekommen ist, antwortete der Enkel mit Ja. Nach nochmaligem Nachfragen wurde er unsicher und ich sagte: „Ich glaube nicht.“ Auf einmal verstand er die Frage. Körperlich war der Opa nach Hause gekommen, aber seine Seele nicht. Also habe ich die Kameraden aufgestellt – die lebenden und die toten. Und auch die russischen Soldaten – die lebenden und die toten. Und ich stellte Zivilisten auf, die Opfer. Der Opa schaute sie an, lächelte und dachte: „Jetzt ist es gut, denn jetzt sind alle gesehen, die dazu gehören. Es waren keine Familienmitglieder, aber jetzt sind es Familienmitglieder.“ Wenn du neben jemanden im Schützengraben über Monate liegst, dann wird das dein Bruder. Das sind meine Erfahrungen.

Was ist das Ziel von Aufstellungen?

Versöhnung. Was man versucht aufzustellen, ist die Wahrheit. Die Wahrheit, dass der Opa, obwohl er körperlich nach Hause gekommen ist, emotional in Stalingrad geblieben ist. Oder die Wahrheit: Ich kann nicht mein Schicksal besiegen. Erst wenn diese Wahrheit im Raum steht, dann gibt es Versöhnung – vorher nicht. Wenn mich jemand fragt, was heilt, antworte ich: Die Wahrheit heilt. Die Wahrheit führt zu Zustimmung und Versöhnung. Für einen Raucher heilt die Wahrheit, dass er Raucher ist. Das ist die Wahrheit. Und die Zustimmung zu dieser Wahrheit ist der erste Schritt zur Heilung.

Früher dachten wir immer, wir müssen etwas ändern, wir müssen kämpfen und Ziele haben. Kann man sagen, es war falsch, immer über seine Ziele hinauszuschießen?

Ich habe im Laufe meiner Arbeit gelernt, dass man in dem Moment verloren hat, in dem man gegen etwas kämpft. Wenn man gegen das Rauchen kämpft, hat man verloren. Mit Kampf und Einstellungsänderung im Sinne von positivem Denken oder von Vernunft – die Luft ist so herrlich und ich verpöste sie mit Zigarettenqualm – kommt man nicht weiter. Ein erreichenswertes Ziel ist: Du bist Raucher, aber du verzichtest heute. Das reicht schon. Vielleicht auch nur die nächste Stunde und dann muss man wieder neu entscheiden.

Die Freiheit, so zu entscheiden, kommt erst, wenn man anerkennt, was wirklich los ist.

Dann kommt eine gewisse Freiheit. Eine richtige Freiheit haben wir nie.

„Schicksal“ ist ja kein Familienmitglied im Sinne der „Familienaufstellung“. Ist es das, was du als Erweiterung deiner Arbeit mit dem Aufstellen der Archetypen in deiner neuen Ausbildungsgruppe erreichen willst?

Ja, das verstehe ich unter diesem neuen Ansatz. Die Archetypen buchstabieren unser Leben. Sie sagen uns, was unsere Essenzen sind, die immer gleich bleiben werden. Dazu gehört Schicksal, dazu gehört die Anima, der Täter, der Krieg, die Liebe, Sexualität – das sind die großen Archetypen. Wenn die Griechen sagten „Ich gehe heute saufen“, dann sagten sie: „Lieber Bacchus, mach, dass ich heil wieder nach Hause komme.“ Oder wenn sie in den Puff gingen, sagten sie: „Liebe Venus und liebe Aphrodite, bitte begleitet mich und helfe, dass ich keine Geschlechtskrankheit kriege.“ Und dann gingen sie los und keiner verurteilte diese Vorhaben.

Unser Verstand meint, dass er weiß, was gut und was schlecht ist. Meiner Meinung nach ist der Verstand ein schlechter Berater.

Ich würde sagen, er ist ein notwendiger Berater. Wir brauchen Vorbilder, die uns moralische Wertvorstellungen vermitteln. Wir haben gelernt, dass man sich die Hände wäscht, bevor man isst. Das mag richtig sein, aber heute ist die Hygieneforschung weitergekommen und hat herausgefunden, dass Händewaschen gar nicht so gesund ist, weil man sich damit alles wegwäscht, woran man wachsen kann. Es gibt einen wundervollen Film über eine Geburt, die Dr. Leboyer begleitet hat, die wirklich das Herz berührt. Am Ende des Films fragt ihn einer der Universitätsprofessoren über seine Auffassung zur Hygiene, weil er während der Geburt keine Handschuhe trug, und Dr. Leboyer antwortet: „Wenn Sie ein hygienisches Kind wollen, müssen Sie es zehn Minuten kochen.“ Das veranschaulicht, dass die Regelsysteme diejenigen sind, die im Moment für unsere gesellschaftliche Situation Sinn machen. Ob sie richtig sind, weiß ich nicht, aber sie sind heute notwendig.

Wenn man also die archetypischen Elemente in sich bejahen kann – wie einzelne Stimmen oder einzelne Seiten des Lebens – nach dem Motto, erst das Zusammenspiel macht das Leben aus, – heißt das, alles ist in uns vorhanden und muss in uns nicht nur seinen Platz finden, sondern auch eine Zustimmung?

Wenn man etwas bejaht, ist man schon sehr weit. Der erste Schritt besteht darin, sie überhaupt erst einmal zu erkennen. Man muss sich die Freiheit einräumen, dass es sie in mir und auch in dir gibt. Das ist der wichtigste erste Schritt.

Wenn wir den Wünschen nach Erleuchtung, also einem gelassenen Zustand des Lebens, nachgehen ...

... dann sind wir mit unserem Leben nicht im Einklang, außerdem ist der Wunsch nach Erleuchtung kein Archetypus. Bei Jung und auch bei den Griechen kam der alte, weise Mann als Archetypus vor, aber von Erleuchtung habe ich weder hier noch da etwas gefunden.

Aber gibt es da eine Verbindung? Könnte man sagen, dass dieser Stoff auch archetypisch aufgeladen ist?

Ich erlebe Folgendes bei Menschen, die sich auf dem Weg befinden, sich aus der Welt zu entfernen und sich zu entrücken zu Gunsten eines höheren Zieles – ob man es Vollendung, Erleuchtung oder wie auch immer nennt: Wenn ich mit diesen Menschen therapeutisch arbeite, fühlen sie sich auf ihrem Sitzkissen durchaus wohl und beherrschen den Schneidersitz und die stille Andacht aus dem Effeff, aber das Geld für den Unterhalt, das erwirtschaften sie nicht. Fast immer stellt sich bei der therapeutischen Arbeit heraus, dass ein solcher Mensch auf dem Weg zu einem geliebten Toten ist. Das kann man auch im Horoskop sehen: In der Regel haben sie einen Fische-Aszendenten oder den Herrscher des ersten Hauses in den Fischen oder im zwölften Haus! Das heißt aber wörtlich: Ich will mit einer großen Liebe zu einem Toten, und dann entfliehe ich der Welt. Das Blöde ist, dass ich nur zu einem Toten komme, wenn ich selber tot bin, also muss ich gucken, dass ich das Leben zum Sterben bringe.

Sind Weisheit und Spiritualität heute fast schon ein identischer Begriff geworden?

Ich würde sagen, Spiritualität hat mit Weisheit so gut wie gar nichts zu tun. Der große deutsche Weisheitslehrer Jakob Böhme hatte vorher keine Esoterikseminare besucht. Der hatte auch keinen Guru. Er war Schuster und hat in die sich drehende Schusterkugel geguckt und irgendwann fing er an zu reden und die Menschen haben angefangen, das aufzuschreiben. Der war sehr weise. Aber war der erleuchtet? Keine Ahnung. Weise Männer und Frauen gab es zu allen Zeiten. Ob Buddha erleuchtet oder weise war – das weiß ich nicht.

Sind Engel auch Teil der Archetypen?

Du kannst in Trance in eine Engelexistenz gehen, aber das ist eine geistige Spielweise. Die meisten Menschen verwechseln geistig mit körperlich oder seelisch. Wenn man akzeptiert, dass ein Engel ein rein geistiges Wesen ist, führt das dazu, dass man auch den Teufel und Vampire als rein geistige Wesen akzeptieren muss. Aber: Geistige Wesen haben keine Seele und schon gar keine Realität. Es sind imaginäre Spielkameraden. So wie wir sie hatten, als wir vier Jahre alt waren. Aber was sollten wir heute damit, außer der Welt zu entfliehen?

Wenn jemand meditiert und „innere Hygiene“ betreibt, indem er sich selbst beobachtet, – kann man dann sagen, dass er auf dem spirituellen Weg ist?

Wenn du akzeptierst, dass der spirituelle Weg ein Weg der Vorstellung ist, – ja. Wenn du glaubst, dass es etwas Besonderes ist, dann irrst du dich. Spirituell heißt: Ich lebe in einer Welt der Vorstellungen – Vorstellung über Engel, Vorstellung über Heilung, über mich selbst und so weiter. Spirituell zu sein ist nichts Besonderes.

Und es ist keine Religion und keine Alternative zu einer Religion, es ist keine Kultur und keine Alternative zu einer Kultur?

Nein, es ist eine geistige Spielwiese! Man kann darauf spielen. Auch jede Religion ist nur ein System von Vorstellungen. Alle Religionen sind rein geistige Wesenheiten – sie basieren auf Vorstellungen, wie etwas sein sollte. Sie haben nichts mit der Realität oder mit Zustimmungen, wie etwas ist, zu tun.

Ein tolles Interview, für das ich mich sehr bedanke!

PETER ORBAN: „Aufstellungsarbeit“ • **Ausbildung über 9 Wochenenden, Beginn 18.-20. März 2011, weitere Termine bis Mai 2013 bitte erfragen** • Teilnehmerbeitrag: 2.780 Euro (Zahlungsweise bitte erfragen), zzgl. U/V • Ort: Berlin-Wannsee • Information und Anmeldung: Brigitte Körfer, Telefon 030-323 30 50, E-Mail brigitte.koerfer@heilpraktiker-berlin.org oder Rüdiger Deneke, Telefon 030-46 81 40 55, E-Mail rdeneke@web.de, www.peter-orban-berlin.de