

Klingende Systeme

Tonius Timmermann

Aufstellungsarbeit und Musiktherapie

Online-Ausgabe 2010

Umschlaggestaltung: nach Goebel/Riemer
Umschlagfoto: © Fabienne Seithel
Satz u. Diagramme: Drißner-Design u. DTP, Meßstetten

Online Ausgabe, 2010
ISBN: 978-3-89670-775-8
© 2003, 2010 Carl-Auer-Systeme Verlag, Heidelberg
Alle Rechte vorbehalten

Bibliografische Information Der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische
Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Informationen zu unserem gesamten Programm, unseren Autoren
und zum Verlag finden Sie unter: www.carl-auer.de.

Wenn Sie Interesse an unseren monatlichen Nachrichten aus der Häusserstraße haben,
können Sie unter <http://www.carl-auer.de/newsletter> den Newsletter abonnieren.

Carl-Auer Verlag
Häusserstr. 14
69115 Heidelberg
Tel. 0 62 21-64 38 0
Fax 0 62 21-64 38 22
E-Mail: info@carl-auer.de

.....

Inhalt

Dank ... 7

Vorwort ... 8

Teil I: Einleitung ... 13

1. Mein Zugang zur Aufstellungsarbeit ... 14
2. Heilsame Rituale in der Psychotherapie ... 18
3. Hintergrund und Methodik phänomenologisch-systemischer Aufstellungsarbeit ... 23

Entwicklungen und Ausformungen ... 23

Das „wissende Feld“ oder die „Große Seele“ ... 29

Die Vorgehensweisen beim „Familienstellen“ und den „Bewegungen der Seele“ ... 34

Teil II: Die besonderen Qualitäten der Musiktherapie ... 39

4. Jenseits von Sprache ... 40
5. Spiel und Improvisation als Zugang zur Seele ... 44
6. Musik und Seele ... 50
7. Das Instrumentarium ... 53
8. Psychotherapeutische Techniken in der Musiktherapie ... 59

Rezeptive Musiktherapie ... 60

Aktive Musiktherapie ... 61

Besondere Qualitäten ... 63

Die Techniken ... 65

Teil III: Systemaufstellungen und Musiktherapie in der Praxis ... 73

9. Einzelarbeit ... 74

Dora ... 75

Helene ... 81

Ingeborg ...	83
Die Einzelmethode im Überblick ...	86
10. Gruppenarbeit ...	87
Melanie ...	88
Karl ...	88
Harald ...	90
Paolo ...	92
Uwe ...	93
Roswitha ...	96
Friederike ...	99
Erika ...	104
Die Gruppenmethode im Überblick ...	108

Teil IV: Neue Impulse für therapeutisches Denken und Handeln ... 111

11. Ethik und Haltung ...	112
12. Konflikt und Lösung ...	116
13. Raum (Aufstellung) und Zeit (Prozess) ...	118
14. Selbstverwirklichung in der Gemeinschaft des Lebendigen ...	121

Literatur ... 125

Über den Autor ... 128

2. Heilsame Rituale in der Psychotherapie

Viele Leserinnen und Leser werden sicher aus der eigenen Kindheit „magische Heilrituale“ kennen, wie sie die Eltern an uns vollzogen haben, z. B. wenn die Mutter „Heile, heile Segen ...“ sang, der Vater ein Kreuz machte oder Spucke auf der wehen Stelle verrieb und überzeugend verkündete, dass es jetzt gleich nicht mehr wehtue. Durch Aufmerksamkeit, Zuwendung und noch einiges mehr ging der Schmerz dann weg.

Rituale in den traditionellen Kulturen beziehen häufig die Ahnen als unsichtbar wirkenden Teil der jeweiligen Menschengruppe mit ein. Sie gehören zur Gesamtheit dazu. Rituale dienen im weitesten Sinne einer umfassenden biopsychosozialen Ökologie und Heilung, einer Versöhnung zwischen dem Menschen und der kosmischen Ordnung, zwischen dem Teil und dem Ganzen, dem Einzelnen und dem übergeordneten System. Rituale bieten Gelegenheit, wieder in Einklang zu kommen mit sich und der Welt, seine Mitte und sein inneres Gleichgewicht zu erhalten oder wieder zu finden. Traditionell spielen in Ritualen die Künste eine wichtige Rolle, und hier haben sie auch ihre Wurzeln. „Cultura“ heißt so viel wie Pflege von Körper, Seele und Geist, worin das Streben nach einem Erhalt der Gesundheit auf allen Ebenen enthalten ist – vom Ackerbau bis zum Spiel.

„Kunst kommt von Können“ definiert den Leistungsaspekt, das Artistische, Geübte, Professionelle. Kunst als Kundtun betont Botchaft und Erkenntnis. „L'art pour l'art“ will die Kunst von allen Zwecken reinigen. Der Aspekt ihrer praktischen Nutzlosigkeit ist ja gerade der Freiraum, der andere Dimensionen menschlicher Existenz beleben kann. Ursprünglich war aber Kunst immer auch an Funktionen gebunden. Der Schamane ist Priester, Künstler und Heiler in Personalunion, vereinigt also die Bereiche Religion, Kunst und

Heilung in sich und inszeniert sie im Ritual. Elemente, die dort zur Wirkung kommen, sind: Tanz, Schauspiel, Kultobjekte wie Fetische, Masken, Gewänder, spezielle kultische Musikinstrumente, die Musik, die damit gemacht wird, und die Gesänge, die dazugehörigen Mythen, Gedichte und Geschichten (Näheres in Timmermann 1994, S. 48 ff.). Durch Intensivierung aller Sinne wird die Aufmerksamkeit fokussiert, ein Leerwerden vom Alltagsbewusstsein ermöglicht und damit ein Offenwerden für ein anderes Bewusstsein, eine „religio“, ein Sich-wieder-Verbinden mit dem innersten Wesen.

An den Wurzeln der Kultur entwickeln sich den Gesetzmäßigkeiten der Seele entsprechende Rituale, in denen die Einheit von Religion, Kunst und Heilung gegenwärtig ist. Ursprünglich kommt das Ritual aus dem Spiel und der Improvisation. Es entsteht intuitiv aus dem Inneren oder Unbewussten, taucht auf und wird dann manifest. Sein Beginn ist ein ungeordneter Impuls, der sich nach bestimmten Gesetzmäßigkeiten ordnet. Solche gefundenen Ordnungen werden zu Wiederholungsmustern, da in ihnen wesentliche Erfahrungen gemacht werden. So werden Rituale zu „Verdichtungen von Abläufen, die sich im Sinne einer komprimierten, kollektiven und symbolischen Handlung wiederholen ... Sie stellen damit eine machtvolle nichtverbale Sprachform dar“ (von Schlippe u. Schweitzer 1996, S. 191).

Auf der alltäglichen Ebene ist die Totenklage hierfür ein gutes Beispiel. In einer Radiosendung über „Ozeanische Musik“ war zu hören, wie eine Frau an der Bahre eines nahen Verwandten eine Totenklage anstimmte. „Dabei handelt es sich um einen von Text und Melodie her frei improvisierten Klagegesang. Ihre Stimme wird immer wieder von Schluchzern geschüttelt, aber sie singt immer weiter. Der Schmerz überwältigt sie nicht, da sie ihm eine Form geben kann, zum Beispiel über den Rhythmus. Der Atem ist die Phrasierung und die Trauer ihrer Seele der Inhalt des Liedes. Andere Frauen stimmen ein, auch sie sehr ergriffen, dann endet das Schluchzen allmählich, der Gesang wird ruhiger und klingt aus“ (Engert-Timmermann 1992, S. 6). Dieser Prozess spiegelt eine eigene Qualität des improvisierten musikalischen Ausdrucks: Im Tun entfalten sich allmählich Form und Ordnung, so dass man sich auch im kraftvollen Sein geschützt fühlt und unnötige Dramatisierung überflüssig wird.

In den modernen therapeutischen Ritualen nähern sich die Bereiche Religion, Kunst und Heilung wieder einander an, vor allem in

den Therapien, die mit dem Künstlerischen arbeiten: Malen und Gestalten, Bewegung und Tanz, Musik – und alle diese Möglichkeiten seelischen Ausdrucks und Erlebens kombinierenden Vorgehensweisen. So ist es nicht verwunderlich, dass eine vergleichbare Szene, wie die nachfolgend beschriebene, sich spontan in einer musiktherapeutischen Gruppe ereignete.

Helga wurde in einer Sitzung von einem tiefen Schmerz erfasst, und sie musste sehr heftig weinen. Sie bat die anderen Gruppenmitglieder, mit ihr zu „jammern“, und ließ das Weinen in lauten, langen Tönen zu, ähnlich wie Kinder es manchmal tun. Andere Gruppenmitglieder stimmten allmählich ein, und aus dem Jammern wurde nach und nach eine Stimmimprovisation, die ruhig und heiter ausklang.

So wenig man sich über diese Szene zu wundern braucht, entspricht sie doch einem anthropologischen Grundbedürfnis, desto erstaunlicher ist doch der Mut dieser in Deutschland sozialisierten Frau, die sich vertrauensvoll darauf einließ, mit ihren Gefühlen mitzugehen und sie zum Ausdruck zu bringen, getragen und begleitet vom Mittönen der Gruppe. Natürlich hat dies auch mitgestaltenden Charakter. Es ist die lebendige Interaktion zwischen dem Einzelnen und der Gruppe, die in dem Geschehen wirkt. Die entsprechenden musikalischen Formen entstehen ohne Plan und sind doch nicht beliebig – sie bilden sich nach inneren Gesetzmäßigkeiten. Auch die äußere Regelmäßigkeit des lebendigen Rituals entspricht dem inneren Gesetz, das immer wieder neu belebt und lebendig erfahren werden muss, damit es wirkt. Im Prinzip ist es nicht an Kulturen gebunden, sondern an die Wirklichkeit des Menschen überhaupt.

Auch in Aufstellungen gibt es immer wieder Szenen, die an traditionelle Rituale erinnern. Oft geht es dann darum, eine korrigierende Neuerfahrung mit der Wirklichkeit zu machen. Mahr (2001, S. 61) weist auf die Etymologie des Wortes „Ritual“ hin: ein der Wahrheit dienendes, die Wirklichkeit bekräftigendes Ereignis. Das folgende Beispiel zeigt, wie sich dies in der Kombination von Aufstellungsarbeit mit Musiktherapie darstellen kann.

Bettina hatte im Rahmen einer Gruppensituation ihre Familie mit Stellvertretern und Instrumenten aufgestellt, um die schwierige Beziehung zu ihrem Vater zu klären. Dabei kam schließlich eine tiefe Verunsicherung darüber ans Licht, dass der Vater des Vaters im Krieg als vermisst galt und

nie wirklich für tot erklärt worden war. Alle warteten und beteten noch viele Jahre. Ich lud Bettina ein, für ihre Stellvertreterin in die Aufstellung zu kommen und zu spüren, ob es sie an einen anderen Platz in der Aufstellung zieht. Offensichtlich fühlte sie sich stark zu ihrem Vater hingezogen und setzte sich dicht neben ihn. Daraufhin machte ich beiden den Vorschlag, gemeinsam eine „Abschiedsmusik“ für den vor ihnen liegenden Vater des Vaters zu spielen. Sehr bewegt und alle bewegend spielten sie eine improvisierte Musik für ihn. Dies wirkte wie ein Ritual, in dem sein Tod als endgültige Wirklichkeit anerkannt, die Trauer zugelassen und ausgedrückt und dadurch eine tiefe Zustimmung möglich wurde.

Es gibt eine Reihe von musiktherapeutischen Angeboten, die den Charakter eines Rituals haben und die man im Rahmen von Aufstellungen wirkungsvoll einsetzen kann. Um in Kontakt mit einem lebenden oder verstorbenen Mitglied des eigenen Systems zu kommen, haben sich Improvisationen bewährt, die sich direkt an diese Personen wenden, z. B. „Für meinen Vater“ oder „Für meine früh verstorbene Schwester“. Auch die seelischen Haltungen, die Bert Hellinger in den „Sätzen der Kraft“ formuliert hat, lassen sich auf diese Weise nonverbal ausdrücken. Dabei können verschiedene Gefühle durchlebt, ausgedrückt und gestaltet werden. Der Satz „Ich bin nur das Kind“ ist hierfür ein einleuchtendes Beispiel: „Kind sein dürfen“, „Kinderzimmer“, „Spielplatz“ sind Themen für Improvisationen, in denen das Gefühl des Kindseins sich stark ausdrücken und erleben lässt – und dieses Erleben reicht über das Wort hinaus.

Auch die in traditionellen Kulturen so wichtige unterstützende Gemeinschaft (die „Helfer“) beim Heilungsritual lässt sich im musiktherapeutischen Setting gut inszenieren. Das bereits beschriebene Beispiel von Helga zeigt dies, wie auch folgender Fall:

*Als **Renate** für ihr abgetriebenes Kind spielen wollte und es allein nicht schaffte, stimmte die ganze Gruppe mit Instrumenten und der Stimme ein und stärkte sie so, dass sie es dann doch tun konnte. Dies erleichterte sie sehr.*

Musikalische Dialoge im Rahmen einer Aufstellung haben auch oft rituellen Charakter. Sie können eine bislang verborgene Wirklichkeit der interfamiliären Beziehung aufzeigen oder Lösungen in Bild, Ton und Bewegung zum Ausdruck bringen. Dies wird später bei den Fallbeispielen noch deutlicher werden.

Im Folgenden stelle ich zunächst relativ getrennt voneinander die Grundlagen der phänomenologisch-systemischen und musiktherapeutischen Arbeit dar, um dann anhand von Praxisbeispielen die Synthese zu vollziehen.