

Christ! Lieben / Christa Renoldner  
Verzeihung, sind Sie mein Körper?

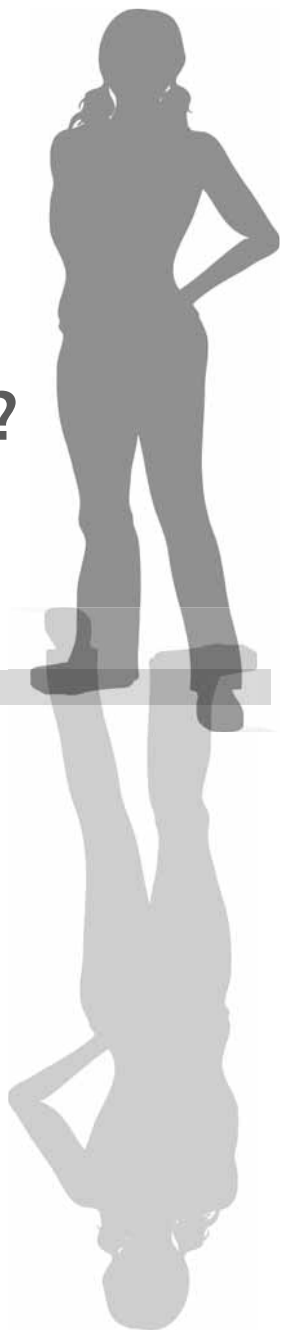


Christl Lieben / Christa Renoldner

# Verzeihung, sind Sie mein Körper?

Körper- und Symptomaufstellungen  
in einer körperfernen Zeit

Kösel



Zum Schutz unserer Klienten und Klientinnen wurden alle Namen und persönlichen Details anonymisiert.

Wir haben uns entschieden, weibliche und männliche Formen im Text nach dem Zufallsprinzip zu verwenden, und möchten klarstellen, dass wir jeweils das andere Geschlecht mit bedenken.



Verlagsgruppe Random House FSC-DEU-0100

Das für dieses Buch verwendete FSC®-zertifizierte Papier  
*Classic 95* liefert Stora Enso, Finnland.

Copyright © 2011 Kösel-Verlag, München,  
in der Verlagsgruppe Random House GmbH  
Umschlag: Fuchs\_design, München  
Umschlagmotiv: iStockphoto/Kirsty Pargeter  
Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck  
Redaktion: Silke Uhlemann, München  
Printed in Germany  
ISBN 978-3-466-30929-0

Weitere Informationen zu diesem Buch und unserem gesamten lieferbaren  
Programm finden Sie unter  
[www.koesel.de](http://www.koesel.de)

# Inhalt

Geleitwort von Matthias Varga von Kibéd	6
Vorwort	13
Verzeihung, sind Sie mein Körper?	15
Die generalisierte Form einer häufig vorkommenden Fallgeschichte	

## **I ERFahrungen mit Körper- und Symptomaufstellungen** **19**

---

Wozu Körper- und Symptomaufstellungen?	20
Grundlagen meiner Arbeit mit Körper- und Symptomaufstellungen	24
Die innere Haltung bei der Arbeit mit Körper- und Symptomaufstellungen	28
Das Vorgespräch zur Aufstellung	38
Aufstellungsbeispiele aus der Praxis	
<i>Von CHRISTL LIEBEN</i>	48
<i>Von CHRISTA RENOLDNER</i>	67
Liebe frei von Mitgefühl	95
Arbeit im Grenzbereich Behinderung	100
Was geschieht mit den Symptomen in den Aufstellungen?	120
Formate von Körper- und Symptomaufstellungen	124

## **II PRAXIS EINES VERTIEFTEN KÖRPERWISSENS**

**131**

Ihr Körper weiß mehr als Sie glauben ...	132
Mit uns und den anderen kommunizieren	135
Es gibt Situationen im Leben ...	140
Der Geist beugt sich dem Körper – ein Erlebnisbericht	144
Entschleunigung – ein zärtlicher Umgang mit der Zeit, mit dem Leben und mit uns selbst	148
Ein Seelenraum in der Stille unseres Körpers	159
Von Emotionen gehalten – von Emotionen befreit	164
Schuld und Sühne – vom Körper gespiegelt	167
Geborgen in der Liebe zur eigenen Unzulänglichkeit	172
Mögliche Vorbedingungen für einen Heilungsprozess	178
Nachwort	181

## **ANHANG**

**182**

Die wichtigsten Begriffe	182
Körperzuordnungen	185
Literaturverzeichnis	190

# Geleitwort von Matthias Varga von Kibéd

**Liebe LeserInnen,**

**machen Sie sich auf etwas gefasst! Denn Achtung: Ihr Körper liest mit! Schließlich haben wir ihn meistens dabei. Und wenn Ihr Körper nur annähernd so viel auf sich bezieht wie der meine, als ich dieses Buch las, wenn er auch Ihnen so viele Erinnerungen und Erfahrungen, Beunruhigungen und Hoffnungen, Schmerzhaftes und Anrührendes, vergessenes Geklautes und gerade erst sich Abzeichnendes ins Bewusstsein kommen lässt wie mir, dann haben Sie eine intensive Zeit vor sich. Dieses Buch ist mit Herz und Verstand geschrieben und darum kann der ganze Mensch mitlesen.**

**Christa Renoldner hat hier aus der eigenen reichen Praxis und Erfahrung in der Arbeit mit körperlichen und psychosomatischen Problemen ihrer KlientInnen eine Sammlung ungewöhnlicher und bewegender Fallbeispiele zusammengestellt und die Grundlagen ihres Vorgehens verständlich und zugänglich gemacht. Darüber hinaus ist es ihr gelungen, Christl Lieben dazu zu bewegen, wesentliche Grundideen von Christls eigenen ungewöhnlichen Formen der therapeutischen Arbeit mit Körperthemen mit den LeserInnen zu teilen – einer Arbeit, die in großer Tiefe und Menschlichkeit wurzelt und von Christl Lieben oft mit einem gehörigen Schuss Wiener Humor serviert wird.**

**Eine der Wurzeln von Christl Liebens Arbeit ist die philosophische und therapeutische Sicht von der Doppelnatur des Menschen bei Karlfried Graf Dürckheim, der das Wesen als die Weise sieht, wie sich das »überraumzeitliche Sein« durch uns**

in der Welt verwirklichen will. Christl Lieben würdigt den Körper nicht nur als das »Gefäß dieser Verwirklichung«, sondern lehrt aus der Erfahrung der Wegweisung durch den Körper, dem sie das Wissen um den »Segen einer Krankheit im Sinn eines Gesamtkonzeptes des Weges« zuschreibt, was uns intensive Reifungsprozesse ermöglichen kann.

Christa Renoldner schreibt aus dem Bewusstsein des Unterschieds vom Körper, den wir haben, zum Leib, der wir sind, und sie verdeutlicht ihre bescheidene und professionelle Haltung, wenn sie schreibt, dass »nicht wir heilen, sondern, falls Heilung stattfindet, (diese) ... in unseren Klienten und Klientinnen (geschieht) durch Kräfte, auf die wir nur aufmerksam machen können«; diese Klarheit hat etwas unheimlich Befreiendes.

Liebe LeserInnen, Christl Lieben und Christa Renoldner werden Sie durch ein gefährliches Krisengebiet führen, das Christl in dem Bereich der Kommunikation zwischen Geist und Körper verortet und für das sie den entscheidenden Prozess darin sieht, »Emotionen einerseits als sekundäre Gefühle zu erkennen, sie aufzulösen oder zu verwandeln, andererseits der Kraft, Tiefe und Wahrhaftigkeit primärer Gefühle zu vertrauen«; und die beiden AutorInnen geben uns ein gutes kundiges Geleit durch dieses Krisengebiet. Dabei sieht Christl Lieben die Gefühle als »aus der Tiefe unseres Mensch-seins kommend«, während sie Emotionen als Abspaltungen von Grundgefühlen betrachtet, da, wo diese nicht zugelassen werden.

Ihr habt mich jedenfalls wieder auf diese schon begonnene Reise mitgenommen, liebe Christl und liebe Christa. Nicht nur intensiv und lebendig waren die Empfindungen, Erinnerungen und Impulse bei Eurem engagierten Buch; Ihr habt mich auch eingeladen und teilnehmen lassen an Eurer langen hingabevollen Praxis, Eurem außergewöhnlichen Einsatz für die Menschen, Eurer Sorgfalt und Eurem unermesslichen Inte



resse, Eurer Freude, wenn es Euch gelang, für die einen von Euren KlientInnen von Nutzen zu sein oder, wie Ihr es vielleicht noch vorsichtiger sagen würdet: wenn in Eurer Gegenwart etwas Nützliches geschah. Zugleich seid ihr Vorbilder in Eurer Bescheidenheit auf ein gutes Geleitgeben bei den anderen, ohne letztlich in Mutlosigkeit oder Hadern zu verfallen, und in Eurem achtungsvollen Nach-vorne-Tasten auf noch kaum oder gänzlich unbeschränkte Pfade der Verbindung von systemischer Aufstellungsarbeit mit psychosomatischen Themen.

Ich bin durch Euer Buch angeregt, Ideen aus Eurer Arbeit in die Strukturaufstellungsarbeit mit Körperthemen aufzunehmen, und ich habe durch Christls tiefgründige Ideen zu freiem (unserer ursprünglichen Natur entsprechenden) Bewusstsein und gebundenem (durch Krankheit in sich verstricktem) Bewusstsein Fragen für mich selbst grundsätzlich neu zu überdenken begonnen; ich habe dabei auch neue Ideen bekommen, wie die autopoietischen Aufstellungen Siegfried Essens und seine Ich-Selbst-Aufstellungen mit der Strukturaufstellungsarbeit zusammengefügt werden können. Ich freue mich schon auf den Austausch mit Euch über die neuen Erfahrungen und Überraschungen, die die unerschöpfliche Welt der transverbalen Sprache sicher weiter bereichert.

Eine ganz subjektive Auswahl einiger weiterer Ideen, die ich aus Eurem Werk besonders hervorheben möchte, sei hier angefügt: zwei hypnotherapeutisch gesehen besonders einladende Ressourcenbezeichnungen durch

- die Idee, in der Symptomaufstellung (als Variante der Aufstellung des ausgeblendeten Themas) den »Weg heraus (aus dem Symptom)« durch einen eigenen Repräsentanten zu symbolisieren (CL), und
- die Einführung der Position dessen, »was heilt«, mit der methodischen Begründung, »damit wir uns in der Beglei-

tung nicht gemeinsam mit unserer Klientin ganz an (deren) Thema verlieren« (CL); ferner

- die Verwendung systematisch mehrdeutiger Bezeichnungen und ihre Utilisation zum Beispiel in der Bezeichnung des »Wegweisers« (»Weg« vs »weg (von)«), wobei die körperliche Wirkung verbaler Rahmensetzungen deutlich wird (CR),
- die Aufstellung von RepräsentantInnen für gebundenes und freies Bewusstsein und ihre Befragung vor(!) Einführung des Fokus, mit einer methodisch besonders interessanten Begründungsidee für dieses Vorgehen (CL),
- die wunderbare Fallgeschichte vom gregorianischen Choral im Kniegelenk beim imaginierten Hineingehen in die Kniearthrose (CR) (von der ich meinen Knien sogleich berichtete), und schließlich
- die drei Varianten (Arbeit in einem Körperraum, Zellarbeit, Stimmarbeit), wie in der Einzelarbeit Vorgespräch und Ouvertüre die Oper der expliziten Aufstellung ersetzen können. (CL)

Sehr interessant finde ich Christls These, dass in eine (reguläre) geometrische Figur gestellte Positionen in einer Struktur aufstellung schon dadurch einen Abstand vom aktuellen Thema und eine erweiterte Sicht bekommen; ich werde dieser Idee auf jeden Fall experimentell weiter nachgehen.

Liebe Christl, Du weißt aus unseren vielen Gesprächen dazu, wie schwer ich mir mit Deiner Bezeichnung für Deine Idee einer »Liebe frei von Mitgefühl« tue, so sehr mir auch die Idee einer Liebe zusagt, die »den Anderen in der Fülle seiner Möglichkeiten und in seiner Zugehörigkeit zu einem großen Ganzen« sieht, wie Du schreibst. Ich bin überzeugt, dass die Form, wie Du sie anwendest, für deine KlientInnen stärkend und erfrischend ist. Bisher meine ich jedoch immer noch, dass der

durch die europäische Übersetzungsliteratur zum Buddhismus geprägte Begriff des Mitgefühls dort eben dieser von Dir betonten klaren und unverwickelten Form der Liebe entspricht –, doch vielleicht zeigt das ja eben noch einen Teil einer eigenen Verwicklung bei mir. Jedenfalls überzeugt mich Deine Anwendung dieser Haltung gerade dann besonders, wenn Du von der Arbeit im Grenzbereich mit schwer behinderten KlientInnen berichtest. Deine in Dürckheims Idee vom doppelten Ursprung des Menschen wurzelnde These, dass, wenn »der Körper sich in seinem Bewusstsein im Zug einer existenziellen Erkrankung ganz eng zusammenzieht ... der Geist ein freies Potenzial zu sein (scheint), das den Körper am Leben erhält, damit ... der Körper in seinem Kern die Sinnhaftigkeit seiner Verfassung erkennt, um den Weg zu ertragen« ist jedenfalls für mich eine der philosophisch und anthropologisch aufregendsten und bewegendsten Thesen, die ich seit Langem hörte. Und sehr dankbar bin ich Dir auch, liebe Christl, für Deine tiefgründige Einsicht in das klare äußere Bestätigen eigener Schuld als Voraussetzung der Selbstvergebung von Tätern.

Erlaubt mir noch, liebe Christa und liebe Christl, den Ausdruck der Freude über die entschiedene und nachvollziehbare, klare Weise, wie Ihr Eure Haltung zum therapeutischen Vorgehen und zu den KlientInnen zum Ausdruck bringt, wenn ihr zum Beispiel betont:

- Es geht hier nicht um »richtig« oder »falsch«, sondern um gewollte Mehrdeutigkeit, die der komplexen Geschichte eines jeden Klienten gemäß ist. (CR)
- Ich lasse nicht zu, dass sich in mir Hypothesen verfestigen, denn schon das nächste Wort eines Repräsentanten kann alles ändern. (CL)
- Ich habe noch nie eine Aufstellung abgebrochen oder Systemmitglieder, die zum Beispiel eine schwere Schuld auf

sich geladen haben, ausgegrenzt. Das schlägt meines Erachtens eine tiefe Wunde in das Bewusstsein der Klientin. (CL)

- Alle Symptome reagieren ungünstig darauf, wenn sie missachtet ... oder einfach zum Verschwinden aufgefordert werden. (Sie) ... verhalten sich wie Menschen ... deren Einsatz für andere gesehen werden soll und die sich nicht mit Schimpf und Schande verjagen lassen wollen. (CR)

Ich habe beim Kapitel »Verzeihung, sind Sie mein Körper?« über das posthypnotische Suggestionstrommelfeuer liebevoll, doch frei von Mitgefühl, Tränen gelacht und freue mich, wenn das in einer späteren Auflage vielleicht ausgebaut wird ...

Vielleicht gelingt es ja Christa, ein erneutes Wunder zu tun und Christl, wenn wieder gerade die »Rosen blühen und duften«, zu weiteren Gaben aus ihrer Fülle zu bewegen.

Ich danke Euch beiden für Euer Geschenk, Eure KlientInnen und uns als Leser dazu einzuladen, die eigene Tiefe zuzulassen.

Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, wünsche ich von Herzen so viel Gewinn aus der Lektüre dieses Buches, wie ich daraus gezogen habe.

*Im Kloster Fischingen am 29. März 2011  
Matthias Varga von Kibéd*

# Vorwort

»Den großen Haufen von längst Gedachtem trotzig schwängern mit eig'nem Trachten.« Dieser Satz eines befreundeten Komponisten, Otto M. Zykan, der wunderbare Musik geschrieben und erfolgreich aufgeführt hat, kommt mir jetzt in den Sinn, in einem Augenblick, in dem ich mich vor den Computer setze, um an einem Buch zu arbeiten bzw. damit zu beginnen. Hiermit breche ich meinen Schwur, die Büchertische auf den Kongressen niemals mit meinem »eigenen Trachten« zu beschweren.

Es werden ja auch nur Teile eines Buches, rechtfertige ich mich. Christa Renoldner wird Eigenes hinzufügen. Das Ganze ist ihre Idee. Sie hat sie mir an einem sonnigen Vormittag im August unterbreitet, auf meiner Lieblingsbank mit Blick über Wiesen und Wald. Die Rosen haben geduftet, es war warm und friedlich. Aus dieser Stimmung heraus begann ich zu schreiben.

Im Laufe meines Schreibprozesses ist mir immer klarer geworden, dass ich für Alexandra, meine Tochter, schreibe. Sie und ihre Kinder sind die Menschen, die ich am meisten liebe auf dieser Welt. In ihrem Haus in Los Angeles unter ihrem Sonnenschirm und zwischen ihren Rosenbüschen habe ich den Großteil meiner Texte geschrieben.

Dir, mein geliebtes Kind, widme ich meinen Teil dieses Buches, in inniger Dankbarkeit für Deine Liebe.

*Christl Lieben  
Guggenberg/Los Angeles, Frühjahr 2011*

Aufstellungsarbeit fasziniert mich seit Langem. Ich praktiziere sie in meiner Praxis und in Seminaren, lehre sie, schaue Kollegen und Kolleginnen über die Schulter, habe von »Großen« und weniger Berühmten eine Menge gelernt. Christl Lieben aber wird für mich immer ein ganz besonderes Vorbild sein.

»Eine Meisterin des Understatements in eigener Angelegenheit«, hab ich sie neulich genannt. Und das trifft den Nagel auf den Kopf.

So musste ich sie erst gewinnen, mit mir dieses Buch zu schreiben, das überfällig ist. Bei niemandem sonst habe ich diese Tiefe und Genauigkeit in der Arbeit mit psychosomatischen Themen gesehen.

Bei niemandem sonst finde ich diese hohe Kompetenz in der Kombination von systemischem Denken, Körper-Wissen, eigener Lebenserfahrung und Aufnahme von neuen Erkenntnissen, beispielsweise aus der Gehirnforschung der letzten Jahre. Kaum habe ich einmal ein halbes Jahr nicht mit ihr gearbeitet, überrascht sie mich schon wieder mit einem neuen Format oder neuen Ideen zu alten Formaten.

So ist es mir Freude und Ehre zugleich, gemeinsam mit ihr an diesem Buch zu arbeiten und diesen Erfahrungsschatz einem größeren Leserinnen- und Leserpublikum zugänglich zu machen.

*Christa Renoldner  
Guggenberg/Salzburg, Frühjahr 2011*

Verzeihung, sind Sie mein Körper?  
Die generalisierte Form einer häufig  
vorkommenden Fallgeschichte

»Verzeihung, sind Sie mein Körper? Ich will nicht aufdringlich sein, aber man hat mir gesagt, Sie seien mein Körper. Wissen Sie etwas davon? Hat man Ihnen das auch gesagt? Wie bitte, Sie wissen nicht, wer ich bin? Ja, haben Sie noch nie von mir gehört? Nein? Wie können Sie so ungebildet sein! Ich bin Frau Müller, Vorstandsvorsitzende vom größten Unternehmen weit und breit. Ich entscheide täglich über Menschen mit einem Federstrich – au, mein Rücken ... wissen Sie, ich kann mich in letzter Zeit nicht mehr bücken. Warum grinsen Sie so schadenfroh? Wenn Sie sich so schlecht benehmen, werde ich mich nicht weiter mit Ihnen befassen. Wie bitte? Das habe ich nie getan? Natürlich nicht, Sie gefallen mir nicht. Sie grinsen an der falschen Stelle und außerdem haben Sie zu kurze Beine. Und bei Ihren Beinen kann man eigentlich nur wegschauen. Ich verstehe nicht, was wir miteinander zu tun haben sollten. Am besten gehe ich jetzt, ich muss zu einer Pressekonferenz, wo man auf meine Meinung zur politischen Situation von Frauen in Männerberufen wartet. Aber was machen Sie denn? Warum hängen Sie sich denn wie ein Mehlsack an mich dran, das ist ja unverschämt, zudringlich – Sie wollen zu mir gehören? Glauben Sie wirklich, dass ich mich mit so einem Mehlsack zeigen werde? Um die Mitte herum kann Sie ja der stärkste Mann nur schwer umfassen, und die Beine, wie gesagt. ... Und haben Sie eigentlich auch einen Hals? Jetzt heulen Sie doch nicht! Was ist mit Ihrem Hals, ich kann ihn nicht finden.

Der Kopf sitzt auf den Schultern, wie haben Sie denn das gemacht? Also all diese Angriffe lasse ich nicht auf mir sitzen, das ist ja ungeheuerlich! Während ich den ganzen Tag an meinem Schreibtisch sitze und die Welt bewege, na ja, einen Teil der Welt jedenfalls, muss ich mir das anhören. Warum schauen Sie mich so flehend an? Was, Ihre Nerven, Sie können nicht schlafen? Was hat das mit mir zu tun? Nehmen Sie halt eine kleine weiße Tablette, oder ... was weiß ich, ich weiß überhaupt nichts mehr! Ich verstehe nicht, was ich mit Ihnen zu tun haben sollte. Warum lassen Sie mich nicht in Ruhe? Sie sehen doch, ich habe es eilig. Man hat mir gesagt, Sie seien mein Körper und ich soll mich jetzt mit Ihnen herumschlagen. Ich weiß wirklich nicht, wozu ich einen Körper brauchen sollte. Sie gefallen mir nicht, gehen Sie mir endlich aus den Augen! Und schauen Sie mich nicht an wie ein verloren gegangener Hund. Irgendwer wird sich schon um Sie kümmern, ich kann es nicht, ich bin mit der Verwaltung von Menschen beschäftigt, eine einflussreiche Aufgabe. Ich habe Macht über das Leben anderer. Was, die haben einen Körper, der krank werden könnte? Was geht mich das an, was die für einen Körper haben ... *Ich* brauche keinen, der ist nur lästig, merken Sie sich das! Ich fahre jetzt in mein Büro. Hören Sie, wieso sitzen Sie auf meinem Stuhl? Wie bitte? Meine Sekretärin grüßt Sie und nicht mich? Verzeihung, wer sind Sie wirklich ...? Wann haben wir uns das letzte Mal gesehen? Ich weiß nichts über Sie ... Schauen Sie mich nicht so an ... Was, jetzt trinken Sie meinen Morgenkaffee? Auf den habe ich mich schon die ganze Zeit gefreut, eine der wenigen Freuden an diesem Ort. Wo bin ich, wo sind Sie ... sind Sie übrigens eine Frau? Aber Sie sitzen ja in einem Männersessel. Sind Sie am falschen Platz? Sind Sie eine Frau? Woran kann ich erkennen, dass Sie eine Frau sind? Außerdem, was ändert's, ob Sie Mann oder Frau sind ... die Männer haben das Sagen. Wer sind Sie denn? So sagen Sie es mir



doch endlich. Irgendwie schauen Sie meiner Mutter ähnlich ... Hilfe ... meiner Mutter, wie gibt's denn das? Das Unding auf meinem Stuhl schaut aus wie meine Mutter! Sind Sie? Nein, Sie sind nicht, ja wer denn sonst? Sie wollen nur angenommen werden, egal wie Sie ausschauen? Oh Gott, wie komme ich wieder los? Meine Mutter will angenommen ... Ah nein, dieses Ding hier ja von wem denn? Frau Bauer, bitte kommen Sie schnell herein und rufen Sie eine soziale Einrichtung an oder den Verein für Asylbewerber, dieses Ding in meinem Stuhl muss weg ... ich halt's nicht mehr aus! Warum reden Sie denn mit dem Ding in meinem Stuhl, Frau Bauer, und nicht mit mir? Ich hab mich doch redlich bemüht, Frau Bauer, um dieses Ding. Man hat mir doch gesagt, es sei mein Körper, aber ich habe ihn verweigert, diesen Körper. Frau Bauer, Sie werden mich sicher verstehen. So ein hässliches Ding soll zu mir gehören? Ich kann mich schon gar nicht mehr erinnern, wer mir das gesagt hat. Ich war höflich am Beginn mit dem Ding, aber jetzt will ich es loswerden. Erst hat es nicht gewusst, wer ich bin, und jetzt weicht es mir nicht mehr von der Seite. Aber warum reden Sie denn auf das Ding ein und beachten nicht mich? Ich bin doch Ihre Chefin ... Hilfe, mir wird schwarz vor den Augen!

Wieso liege ich in einem Bett? Wo bin ich? Hier ist alles so weiß ... Unter der Decke schauen meine Beine heraus. Der Arzt hat gesagt, ich soll meine Beine bewegen, diese kurzen Beine, meine Beine ... Aber sie bewegen sich tatsächlich, wenn ich will, meine kurzen Beine. Oh Gott, *ich* bin das Ding, meine Beine, *meine* Beine ... die Krankenschwester hat *mich* angeschaut ... mich, ich und das Ding ... gehören wir zusammen? Verzeihung, sind Sie also tatsächlich mein Körper? Muss das sein? Aber diese Beine helfen mir aus dem Bett. Ihr seid meine Beine und steigt jetzt mit mir aus dem Bett ... Laufen die Tränen gerade über Ihre Wangen, oder sind es meine Wangen,

oder gehören sie dem Ding? Die Hand der Krankenschwester hat mir die Tränen weggewischt, sie hat *mich* angeschaut, nicht das Ding ... Verzeihung, das Ding bin ich, ich, Franziska Müller, habe einen Körper und kein Ding. Der Doktor hat mir gesagt, dass Sie zu mir gehören und dass nur kranke Leute ihren Körper nicht finden und nicht einmal suchen. Hier, in dem weißen Zimmer ist es so schön still, hier muss ich nichts tun. Eigentlich ist krank sein ganz schön, finden Sie nicht? Sie sind empört. Habe ich etwas Falsches gesagt? Ich verstehe Sie nicht. Das wird sich ändern, ich sollte mich Ihnen zuwenden, hat man mir gesagt. Wie macht man das, sich seinem Körper zuwenden? Also gut, ich versuche es – mit aller Höflichkeit, wie es sich gehört:

Sehr geehrtes Ding, darf ich Ihnen nun ganz feierlich das Du antragen. Wo wir doch offensichtlich ab nun zusammenbleiben!

Ja, Sie sind jetzt gerührt, Verzeihung, du bist gerührt, deine Tränen, meine Tränen auf deinen Wangen, meinen Wangen ... die Menschen schauen jetzt mich und dich gleichzeitig an, Verzeihung >uns<, wir sind ja jetzt zu zweit. Was, wir sind eins? Geht das nicht etwas zu weit? Etwas, nein ... deine Beine, – ach was! Wir werden um die Mitte abnehmen ... wir beide, du und ich, ich und du. Den Hals nehmen wir, wie er ist, sagst du.

Schau, die Sonne scheint auf uns, bald können wir nach Hause gehen und – Nervenzusammenbrüche wird es keine mehr geben. Ich werde mich mit einem Federstrich entlassen. Mein Körper, wir beide ... wir versuchen unser neues Leben ... versuchen wir es?

Schau, die Sonne scheint.« (CL)

**ERFAHRUNGEN  
MIT KÖRPER- UND  
SYMPTOMAUFSTELLUNGEN**



# Wozu Körper- und Symptomaufstellungen?

**Fast alle Menschen in beratenden und therapeutischen Berufen kennen Familienaufstellungen. Zu dieser Materie gibt es Literatur in Hülle und Fülle, die hier nicht referiert werden muss.**

**Wenn wir von Körper- und Symptomaufstellungen sprechen, meinen wir explizit eine eigene Form, man könnte sagen, ein eigenes Format von Aufstellung.**

**Wenden wir uns diesem Format zu, so können wir feststellen, dass nur ganz wenige Therapeuten und Therapeutinnen sich damit ausdrücklich beschäftigen.**

**Dennoch machen viele, die mit Familienaufstellungen arbeiten, indem sie beispielsweise eine Krankheit oder ein erkranktes Organ »dazu«-stellen, gute Erfahrungen damit. (Vgl. Baxa u.a. 2002)**

**Insa Sparrer und Matthias Varga von Kibéd (am SYST-Institut in München) haben mit ihren *Strukturaufstellungen* (Varga von Kibéd 2003) eine großartige Systematik begründet und Aufstellungsarbeit damit für die Forschung leichter überprüfbar gemacht. Peter Schlötter hat in seiner Studie *Vertraute Sprache und ihre Entdeckung* (Schlötter 2005) ein erstes Ergebnis gezeigt.**

**Innerhalb der Gruppe der Strukturaufstellungen findet sich eine Sparte »Körper- und Symptomaufstellungen«.**

**Insa Sparrer hat dafür eine eigene Kategorie gebildet, die sie »Aufstellungen zu psychosomatischen Themen« nennt. In diese Kategorie fallen:**

- Die Körperaufstellung: Dabei werden einzelne Körperteile (zum Beispiel Arme, Beine, Nase, Hals ...), Organe (zum Beispiel Herz, Leber, Lunge ...) oder Körpersysteme (zum Beispiel das Immunsystem, der Blutkreislauf), die die Klienten und Klientinnen für ihr Anliegen relevant halten, aufgestellt.
- Die Körper-Strukturaufstellung: Hier kommen noch zusätzlich ausgeblendete Familienmitglieder, die für das Anliegen relevant sein können, hinzu.
- Aufstellung der fünf Funktionskreise nach der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM): Es werden Repräsentanten für die fünf Funktionskreise aufgestellt. Diese Aufstellungsbilder können für Akupunkturärzte Hinweise zum Setzen von Nadeln geben.
- Homöopathische Systemaufstellungen (nach Matthias Varga von Kibéd und Friedrich Wiest)
- Chakrenaufstellung (mehr dazu in dem Buch *Wunder, Lösung und System* von Insa Sparrer, 2002).

Sparrer und Varga von Kibéd verdanken wir u.a. den Hinweis, dass es bei Körperteilen, die doppelt vorkommen (zum Beispiel Arme, Beine, Augen, Ohren, Brüste usw.) günstig ist, beide aufzustellen, auch wenn die Klienten und Klientinnen nur über Beschwerden in einem der beiden berichten.

Eine andere Vorgangsweise wählt Ilse Kutschera, Ärztin für psychosomatische Medizin. Sie beschreibt in ihrem Buch *Was ist nur los mit mir?* (Kutschera/Schäffler 2010) ebenfalls, dass psychosomatische Sichtweisen eng mit Familiengeschichten verknüpft sind, und hat dazu ein eigenes Aufstellungsformat entwickelt, das sie in ihren Seminaren eindrücklich vermittelt. Bei ihr finden wir einen engen Zusammenhang mit Familienaufstellungen. Ähnliches gilt für Stephan Hausner (*Auch wenn es mich das Leben kostet!*, Hausner 2010).

In allen diesen Fällen spielt die Familiengeschichte – meist die des Herkunftssystems – eine wichtige Rolle. Eltern, manchmal Großeltern oder Onkel und Tanten, verstorbene, verheimlichte, wenig geachtete Familienmitglieder oder tragische Schicksalsschläge, zum Beispiel Opfer- oder Tätergeschichten aus der Kriegszeit, »tauchen auf« und wirken scheinbar über Krankheiten weiter. Bert Hellinger hat dies – in Anlehnung an Ivan Boszormenyi-Nagy – als »BindungsLiebe« bezeichnet. Es scheint, dass wir »aus Liebe« zu Eltern, Großeltern usw. Krankheiten und Beschwerden auf uns nehmen.

Einen ganz eigenen Ansatz möchte ich noch gesondert anführen, nämlich den von Siegfried Essen, der mit seinen »Autopoietischen Aufstellungen« (vgl. Essen 2005) einer konstruktivistischen Aufstellungsform meiner Meinung nach viel mehr Beachtung verdienen würde. Beeinflusst von Psychosynthese und religionsphilosophischen Ansätzen (vor allem des Buddhismus) geht Essen davon aus, dass ein System jeweils ganz ist, dass die Teile einer Aufstellung jeweils frei sind und die Selbst-Erschaffung (Autopoiese) kein Ende hat. Ohne hier im Einzelnen darauf eingehen zu können, erwähne ich in diesem Zusammenhang nur die sogenannte »Ich-Selbst-Aufstellung« mit einem zusätzlichen Element.

Im Falle von Körperaufstellungen wird also Folgendes aufgestellt:

- das Ich (der Teil von uns, der sich anders als die anderen und getrennt erlebt)
- das Selbst (der Teil von uns, der sich verbunden fühlt; auch vorstellbar als bedingungslose Liebe)
- das Symptom

Auch dieses Format verwende ich mit großem Erfolg bei vielen meiner Klienten und Klientinnen. Christl Liebens Ansatz ba-

siert jedoch – neben der Erfahrung mit Familien- und Strukturaufstellungen – vor dem Hintergrund verschiedener körpertherapeutischer Verfahren.

Wichtig ist mir im Zusammenhang mit dieser Art von psychosomatischen Verfahren, dass mit unserer Arbeit kein Anspruch auf Heilung verbunden wird. Auch die geglückteste Symptomaufstellung garantiert keine Heilung, ja nicht einmal in jedem Fall Besserung. Was wir aber oft feststellen:

In manchen Fällen (ich würde aufgrund meiner Arbeit schätzen, dass es etwa 25 Prozent sind) folgt auf eine Körper- oder Symptomaufstellung tatsächlich so etwas wie eine Heilung oder deutliche Besserung des Symptoms. Vergleichen Sie dazu auch unsere Praxisfälle im zweiten Teil. In einigen Fällen wird zwar das Symptom nicht gebessert, jedoch ändert sich der Umgang der Patienten und Patientinnen mit ihrem Körper, sie wählen andere Behandlungsmöglichkeiten, ernähren sich gesünder, achten auf andere Bereiche der Gesundheit und fühlen sich so auch besser oder manchmal sogar »gesünder«.

In einigen Fällen gibt es so etwas wie das tatsächliche Annehmen einer Krankheit, eines Symptoms. Dies ist dann wie ein tiefes Anerkennen »dessen, was ist« zu verstehen. Hier ist es ganz wichtig, dass wir Therapeutinnen abtinent bleiben mit unserem Wunsch zu heilen oder zu lindern, sondern nur die Klienten und Klientinnen auf ihrem Weg begleiten.

Abschließend möchte ich noch festhalten, dass wir in unserer Arbeit ein Konzept vertreten, das Geist und Körper als Einheit sieht. Wir sagen nicht, wir *haben* einen Körper, sondern wir *sind* unser Körper, das meint Körper und Geist in einem. Die englische Wortschöpfung »bodymind«, die auch im Ayurveda verwendet wird, drückt das recht gut aus. (CR)



Christl Lieben, Christa Renoldner

### **Verzeihung, sind Sie mein Körper?**

Körper- und Symptomaufstellungen in einer körperfernen Zeit.  
Mit einem Vorwort von Matthias Varga von Kibéd

Paperback, Klappenbroschur, 192 Seiten, 13,5 x 21,5 cm  
ISBN: 978-3-466-30929-0

Kösel

Erscheinungstermin: Oktober 2011

Für viele von uns muss der Körper vor allem funktionieren. Störungen werden oftmals lange ignoriert, bis irgendwann die Schmerzen oder Krankheiten nicht mehr zu übersehen sind.

Achtsame Körper- und Symptomaufstellungen sind eine hilfreiche Möglichkeit, die Botschaften des Körpers zu verstehen.

Anhand vieler Beispiele aus der Praxis zeigen die erfahrenen systemischen Therapeutinnen, dass Aufstellungen der Beginn heilsamer Prozesse sein können.

 [Der Titel im Katalog](#)