

Das ist nicht Tante Frieda!

Der verlorene Zwilling in einer Familienaufstellung

Wie man in einer Aufstellung fehlende Verwandte vom verlorenen Zwilling unterscheiden kann

■ *Autoren: Bettina & Afred R. Austermann*

Jeder, der sich mit Systemaufstellungen auskennt, weiß, dass der Blick eines Stellvertreters zum Boden meistens bedeutet, dass jemand auf einen Toten schaut, der in der Familie fehlt. Der vorzeitig Gestorbene konnte damals nicht ausreichend betrauert werden und nicht verabschiedet werden.

Nehmen wir als Beispiel Sandra. Sie klagt über immer wiederkehrende Trauer, die nicht aufhört und über Einsamkeit und Leere. Wir wissen von Sandra, dass ihre Mutter, als sie noch ein Kind war, durch ein tragisches Unglück ihre große Schwester Frieda verloren hat. Sandras Stellvertreterin wird aufgestellt. Sofort schaut sie zu Boden, steht wie erstarrt und kann den Blick nicht mehr abwenden.

Schaut sie jetzt auf die Schwester der Mutter und sagt innerlich: Liebe Mama, ich weine für Dich? Die Vermutung liegt nahe und oft wäre dieses in so einem Fall die Lösung. Wir bitten eine Stellvertreterin für Tante Frieda, sich auf den Boden zu legen, in die Richtung, in die Sandra

schaut. Die Stellvertreterin schaut hin, fast hindurch, wird etwas traurig, schaut wieder weg.

Das ist es wohl nicht wirklich. Es rastet nicht ein. Hier würde ein Anschauen der hinzugestellten Mutter mit dem Satz „liebe Mama, ich trage es für dich“ oder aber ein Rückgaberitual von Mutters Lasten nur wenig Erleichterung bringen. Wäre die Ladung bei Tante Frieda gewesen, hätte Sandra-Stellvertreterin sie mit tiefer Bindung angeschaut. Es wäre aber nicht dieser schmelzende, innige und hineinkriechende Blick gewesen, sondern eher wie eine kleine Schwester eine große anschaut.

Was ist es dann? -wird Sandra gefragt – Der früh gestorbene Opa väterlicherseits, als der Vater 12 war? Als Sandra diesen Fakt benennt, erfolgt keine Reaktion bei den Stellvertretern.

Zu einem Test bittet der Leiter einen weiteren Stellvertreter, sich dorthin zu legen, wohin Sandras Stellvertreterin schaut. Diese Person liegt für das, wohin es Sandra eigentlich zieht.

Sandras Stellvertreterin schaut und bewegt sich ganz langsam zu dieser anderen Person hin. Sie legt sich neben diese und beginnt zu strahlen. Sie legt ein Bein über das Bein des Stellvertreters am Boden, der das erwidert. Nach einer Weile lächeln sich beide innig an und verschlingen ihrer Beine ineinander. Es sieht so gleich aus zwischen beiden, nicht größer - kleiner oder früher - später sondern gleich in Rang und Alter.

Offensichtlich handelt es sich also kaum um Tante Frieda oder um den Opa, die hier fehlen. Sandra war mit großer Wahrscheinlichkeit nicht allein im Bauch ihrer Mutter und vermisst den Anderen sehr. Dieses alles ist ihr aber bisher vollständig unbewusst gewesen.

Als der Leiter Sandra diese Deutung anbietet, steigen ihr Tränen in die Augen und sie nickt, dann schüttelt sie ungläubig mit dem Kopf. Soll das die Lösung sein? Sandra kann es kaum glauben. Sie hatte bereits mehrere Aufstellungen und einiges an Psychotherapie hinter sich. Darauf war bisher noch keiner gekommen.

Als sie den Platz ihrer Stellvertreterin einnimmt, hält sie inne und beginnt, zu weinen. Dann legt sie die Arme um den Anderen und liegt ganz innig und ruhig. Sie strahlt und beginnt, mit dem Stellvertreter mehr und mehr zu verschmelzen, sie „fließt“ regelrecht in den Anderen hinein, ganz innig, unschuldig, kindlich und unsexuell. Hier wird nach einer Zeit die Aufstellung beendet. Ungern löst sich Sandra von dem Stellvertreter für ihren verlorenen Zwilling.

Für Sandra ist eine Suche zu Ende und etwas anderes hat angefangen: Sie entdeckt ihren verlorenen Zwillingenbruder.

Dieses ist nach unserer Erfahrung nicht mit einer Aufstellung erledigt, sondern der Anfang eines langen Weges. Sie hat, wie Ultraschallbefunde der frühen Schwangerschaft zeigen, wie rund jeder zehnte den Weg in Leben nicht allein angetreten. Die



meisten Zwillinge oder auch Mehrlinge verabschieden sich früh wieder. Dennoch bleibt dieses meist nicht ohne Folgen für den alleingelassenen.

Der Embryo hört, spürt und schmeckt bereits sehr früh den Anderen. Schon am 22. Tag nach der Vereinigung von Samen- und Eizelle, wenn sein Herz zu schlagen beginnt, ist das Gehör angelegt. Er beginnt mit dem Anderen Kontakt aufzunehmen, mit ihm zu spielen und zu fühlen.

Wenn dann einer stirbt, erlebt der andere hilflos aus nächster Nähe eine Katastrophe. Oft versucht er, den Anderen zu retten. Der Überlebende vermisst den Anderen sehr. Es bleibt ein großes Loch in der Seele zurück. Dieses Loch ist meist nicht bewusst, es zeigt sich aber im Leben des Erwachsenen immer wieder.

Das, was ein Embryo erlebt, bleibt in den Zellen erinnert. Uns liegen Berichte vor über Kinder, die sich an die ersten acht Wochen der Schwangerschaft erinnern konnten: Musik, die die Mutter hörte und die Klage über Fischgeschmack im Fruchtwasser, da die Mutter in den ersten sechs Schwangerschaftswochen Mengen an Dorschleber aß. Die Erinnerungsfähigkeit des werdenden Menschen ist bisher vollkommen unterschätzt worden. Sandras Mutter wusste nichts von einer Zwillingsschwangerschaft. Manchmal wissen die Mütter etwas darüber, oft bleibt es unbemerkt.

Sandras Weg besteht jetzt darin, sich die Zeit zu nehmen zu Verstehen, was damals passiert ist. Das braucht Zeit und ist oft eine Reise durch tiefe Gefühle. Am Ende dieses Weges steht, sich vollständiger zu fühlen. Sandra wird weniger Schuldgefühle und Einsamkeit spüren und eine erfülltere Paarbeziehung leben, weil der Partner nicht mehr so sehr den Zwilling vertreten muss.

Sandras Geschichte ist typisch für einen allein geborenen Zwilling. Die Auswirkungen auf die Betroffenen sind jedoch viel weiter gefächert, als wir das am Beispiel Sandra zeigen können. Weiter Anhaltspunkte können beispielsweise Angstzustände, Herzrasen und Panikattacken sein oder eine anhaltende Kraftlosigkeit und das Gefühl, nur „halb“ am Leben zu sein. Die Entdeckung des verlorenen Zwillings passiert häufig nicht in der ersten Aufstellung. Das Drama im Mutterleib ist aus gutem Grund geschützt und zugedeckt. Wir haben beobachtet, dass oft erst ande-

re Familienschicksale angeschaut und manchmal auch andere therapeutische Wege beschritten werden müssen. Oft ist dann erst die Bahn frei und die Betroffenen sind stark genug, sich dem Schmerz und dem Schock, aber auch der Innigkeit und der tiefen Liebe zu stellen.

Viele Betroffene berichten nach dem Wiederentdecken des Zwillings von einer großen Erleichterung weil sie jetzt endlich viele Situationen ihres Lebens klarer sehen und verstehen, was da immer gefehlt hat.

Die große Sehnsucht in Kunst und Kultur

In der Psychologie hat das Wissen um die Auswirkungen des verlorenen Zwilling bisher allgemein noch keinen Einzug gehalten. Die uralte Sehnsucht des alleingeborenen Zwillings nach dem Anderen spiegelt sich aber seit Menschengedenken in Musik und Kunst wieder. Der verlorene Zwilling wird überall gesucht.

Viele berühmte Musiker und Filmplots wie „Nell“ oder „im Rausch der Tiefe“ schöpfen aus der Suche nach dieser verlorenen Einheit. So manches Liebeslied besingt eher den verlorenen Zwilling als einen Erwachsenen und Sexualität ausstrahlenden Partner. Abschließend zeigen wir ein besonders frappierendes Textbeispiel von Georges Moustaki:

Auszüge aus „Ma Solitude“ (Meine Einsamkeit)

Pour avoir si souvent dormi avec ma solitude je m'en suis fait presque une amie

Damit ich so oft mit meiner Einsamkeit schlafen konnte, habe ich sie mir demnach zur Freundin gemacht

Une douce habitude, ell'ne me quitte pas d'un pas

Eine süße Gewohnheit, sie verlässt mich nicht einen Schritt

Fidèle comme une ombre elle me suivit ça et là aux quatre coins du monde

Treu wie ein Schatten, sie folgt mir hierhin und dorthin in alle vier Himmelsrichtungen

*Non, je ne suis jamais seul avec ma solitude
Nein, ich bin niemals allein mit meiner Einsamkeit*

Quand elle est au creux de mon lit elle prend toute la place

Wenn sie in der Höhlung meines Bettes liegt, nimmt sie den ganzen Platz ein

Et nous passons de longues nuits tous les deux face à face

und wir beide verbringen lange Nächte Gesicht an Gesicht

Dieser Text bedarf keiner Deutungen, diese Innigkeit und Intensität der Zeilen und das Bild des Bettes als Höhle erklären sich selbst. Wir vermuten, dass der Künstler selber nicht weiß, was er da gedichtet hat. Er ist mit solchen Texten berühmt geworden. Offensichtlich hat er viele Sehnsüchtige allein geborene Zwillinge damit angesprochen, die, wie wir gezeigt haben, gar nicht so selten sind.



Alfred Ramoda Austermann
Diplompsychologe, Heilpraktiker; Leitet seit 85 Seminare u. Therapiegruppen im Bereich der humanistischen und spirituellen Psychologie. Seit 8 J. spezialisiert auf Pränatale

Psychologie, Familientherapie und Organisationsaufstellungen. Leitung von Weiterbildungsgruppen in Systemaufstellungen und Traumalösung in Berlin, Brüssel und Paris (französisch).



Bettina Austermann
Sozialpädagogin, Lebensberaterin, demnächst HP für Psychotherapie; Begleitet seit vielen Jahren Erwachsene, Jugendliche und Kinder in Einzel- und Gruppensettings.

Beide haben u.a. Körper- und Gestalttherapeutische Weiterbildungen absolviert und sind bei Hellinger, Weber, Mahr u. a. in die Lehre gegangen. Seit 1999 leiten sie das IFOSYS-Institut für Systemaufstellungen und Traumatherapie. Sie geben Sonderseminare „Heilungswege bei verlorenem Zwilling“

Das Paar ist Autor von „Das Drama im Mutterleib-der verlorene Zwilling“-erscheint im Mai im Königsweg-Verlag

Info
IFOSYS-Institut, Dipl. Psych. Alfred Ramoda Austermann, Soz.-päd. Bettina Austermann, Königstuhlweg 23, 12107 Berlin,
Tel. 030 – 69 81 80 71 Fax 030 – 69 81 80 72,
www.ifosys.de