

Marianne Wiendl

Die Augen – das Tor zu unserer Seele

Vor nunmehr acht Jahren habe ich meine Ausbildung als Sehtrainerin in Freiburg am kinesiologischen Institut VAK abgeschlossen. Es war eine Sehtrainerausbildung, die den Schwerpunkt auf Kinesiologie und Cranio-Sacrale-Therapie gelegt hatte. Damals wollte ich zwei Fliegen mit einer Klappe schlagen, einen neuen Beruf erlernen und meine Kurzsichtigkeit loswerden. Festgestellt habe ich ziemlich schnell, dass meine Sehkraft schon während der Ausbildung besser wurde, und ich konnte meine Brillenstärke immer wieder ein Stück reduzieren. Wir arbeiteten vorwiegend auf der körperlichen Ebene, mit vielen Haltungskorrekturen. Der Zusammenhang zwischen Körperhaltung, Nacken, Schultern, Wirbelsäule und Sehen wurde mir erstmals bewusst. Ich kann mich erinnern, dass ich nach mancher Korrektur das Gefühl hatte, meine Bewegungsabläufe neu koordinieren zu müssen. Die Wirkung auf mein Sehen war erstaunlich, immer wieder hatte ich Momente klaren Sehens.

Trotzdem stellte ich fest, mein Ziel, die Kurzsichtigkeit einfach wegzukorrigieren zu können, war so nicht erreichbar. Und so suchte ich nach weiteren Methoden beziehungsweise Menschen, die mir beim klaren Sehen weiterhelfen konnten. Schon beim Testen von Emotionen erlebte ich immer wieder, dass es Grundgefühle gibt, die keinen Ursprung zur persönlichen Lebensgeschichte haben, sondern von Familienmitgliedern „ererbte“, beziehungsweise „übernommene“ werden. Als Kind spürt man wohl, dass das Mitleiden, Mittragen oft der einzige Weg ist, eine tiefe Verbindung zu seinen Eltern beziehungsweise Großeltern aufzubauen. Um diesen nahe zu sein, übernimmt man Gefühle wie Trauer, Wut, Zorn und vieles mehr, gleicht die Beziehung der Eltern und Verwandten aus und trägt „liebend gern“ den Preis, dass auf der körperlichen Ebene die Augen reagieren.

Ziel war es jetzt für mich, eine Methode zu finden, mit der man die Komplexität der Gefühle noch besser erkennen konnte. Und so stieß ich auf die Arbeit von Bert Hellinger. Hier erfuhr ich eine Dynamik, die mich stark berührte und vorwärts brachte. In Stellvertreterrollen konnte ich erleben, dass es Positionen in Familien gibt, in denen ich sehr klar alles sehen konnte, und dann wiederum Rollen, in denen der beste Schutz für die Seele das „Nichtsehen“ ist. Manchmal war es so richtig genussvoll, nicht sehen und nicht handeln zu müssen, geschützt zu sein vor unvorstellbaren Gefühlen. Der Preis, isoliert zu sein, oft auch ohnmächtig, schien mir gering gegenüber der Angst, dem Gefühlschaos ausgeliefert zu sein. Meine Seele begann Schritt für Schritt, Ressourcen aufzubauen, mit denen es möglich ist, die Verantwortung für das eigene Leben zu übernehmen, Kontakt zur Außenwelt aufzubauen und so den Schutz des „Nicht-sehen-Könnens“ nicht mehr zu benötigen. Dies gelingt mir nun immer öfter.

Ich machte die Fortbildung bei Franz Ruppert zum Familienstellen und lernte so noch eine Menge über mich selbst und über das Aufstellen. Auch in meiner Praxis am Starnberger See begann ich immer mehr systemisches Wissen in die Behandlungen als Sehtrainerin und Heilpraktikerin einfließen zu lassen. Ich experimentierte mit mir und anderen Betroffenen, wie das Sehen mit dem Familiensystem zusammenhängt. Dazu spürten wir in die einzelnen Augen hinein, indem wir uns einäugig bewegten und dann das Erlebte malten. Für mich immer wieder faszinierend zu sehen, wie unterschiedlich gemalt und empfunden wird, mit der Sicht von nur einem Auge. Wenn man die Welt aus der Perspektive des rechten oder linken Auges spürt, ist es erstaunlich, wie verschieden die Gefühle sind, die man dabei empfindet. Wir ordneten unsere Augenbilder so an, wie wir innerlich unsere Augen spürten. Auch hier sah man die unterschiedlichsten Konstellationen.



M. Simons, '95

Durch Stellen überprüften wir die einzelnen Qualitäten der Augen, schauten, inwieweit Kontakt (und damit das Verschmelzen der beiden Bilder, also Fusion?) zwischen diesen möglich ist. Als weiteren Schritt suchten wir den Punkt, an dem es ganz einfach ist, mit beiden Augen verbunden zu sein, den Punkt, an dem man die beiden Bilder verschmelzen kann und die verschiedenen Eindrücke vereint. Erstaunlich, wie viele Varianten auch da möglich sind. Für Menschen mit ungleich gewichtigen Augen und vor allem beim Schielen war es fast nicht möglich, einen solchen Punkt zu finden. Bewegende Momente, wenn man dies so klar sieht. Interessant für mich ist, dass ein halbes Jahr später, nach dieser „einfachen“ Arbeit, die Augen einer Frau mit einer starken Schielproblematik ganz gerade standen. Hat es genügt, sich nur bewusst zu machen, dass die Augen verdreht gefühlt wurden und damit ein Kontakt zwischen beiden nicht möglich ist?

Anfang des Jahres gründete ich einen Arbeitskreis in München, um genau an dieser Problematik zu arbeiten. Hier arbeiten wir an dieser Stelle mit dem Familiensystem weiter und schauen, inwieweit die Dynamik der Familie das Gleichgewicht zwischen den Augen beziehungsweise das klare Sehen verhindert, und suchen gute Lösungen. Aus dieser Arbeit möchte ich ein paar Beispiele beschreiben.

Vorab noch ein paar Gedanken zum beidäugigen Sehen. Anatomisch ist es so, dass wir mit jedem Auge ein vollständiges Bild empfangen können. Diese sind aber nicht direkt miteinander verbunden, sondern dies geschieht im Gehirn. Bei einer optimalen Verbindung kann der Mensch dann beide Bilder verschmelzen, man spricht hier von Fusion. Nur so ist ein dreidimensionales Sehen möglich. Die Verschaltungen im Gehirn, die dafür notwendig sind, müssen aber erst angelegt werden. Die Sehentwicklung eines Kindes verläuft in den ersten Lebensjahren rasant, die Feinabstimmung findet noch während der gesamten Vorschulzeit und zum Teil noch später statt. Stress und Bindungsstörungen in diesem Alter scheinen diesen Prozess stark zu beeinflussen. Wenn man nun weiß, dass ca. 70–80 % der Menschen leichte Schwierigkeiten mit dem beidäugigen Sehen haben, man spricht hier von Heterophorie, ist dies aus systemischer Sicht sehr spannend. Bei der Heterophorie kann der Mensch ein fehlerhaftes beidäugiges Sehen ausgleichen, und die Symptomatik zum Beispiel von Doppelbildern, unkonzentriertem Lesen, erschöpften Augen tritt nur im müden Zustand auf.

Wie ich nun angefangen habe, mit beiden Augen als einzelnen Wesen zu arbeiten, habe ich gesehen, dass es hier genauso viel Kommunikationsschwierigkeiten gibt wie zwischen Geschwistern oder Eltern. Ich habe öfter erfahren, und auch an meiner eigenen Geschichte gespürt, dass nur ein Auge mit dem Sehen im Hier und Jetzt beschäftigt ist, während das andere auf der Suche nach Gefühlen nach innen schaut. Nach etwas Ausschau hält, was nicht gesehen wird. Gerade bei schielenden Menschen wurde dies in der

Aufstellungsarbeit sehr deutlich gezeigt. Für mich stellt sich da die Frage: Ist dies der Anfang von Fehlsichtigkeit?

Dazu ein Beispiel aus dem Münchner Arbeitskreis

Eine Frau, die von Geburt an schielte, kam mit dem Anliegen, ihr beidäugiges Sehen zu optimieren. Sie hatte schon sehr viel an ihrem Sehen gearbeitet, erreichte einiges mit Sehtraining und Koordinationsübungen, aber auch sehr viel innerer Arbeit. Immer wieder kam sie aber an einen Punkt, an dem sie weder durch Übungen noch durch emotionelle Arbeit weiterkam. Sie hatte zwar schon guten Erfolg, das heißt, sie konnte ihre Augenstellung korrigieren, die Augen stehen jetzt fast parallel, sie war koordiniert, konnte Ball spielen, am Computer arbeiten und vieles mehr. Nur mit dem Verschmelzen der Bilder stand sie noch sehr auf Kriegsfuß, man spricht hier von alternierendem Schielen. Und so stellten wir an diesem Abend ihre Augen auf und den Punkt der Fusion.

Die Augen werden verdreht empfunden und von E. so aufgestellt, dass das linke am Platz des rechten und das rechte am Platz des linken Auges steht. Das rechte Auge fühlt sich bedrängt und möchte lieber frei sehen können. Das linke Auge schaut auf den Boden, ist nicht beteiligt. Die Fusion fühlt sich fehl am Platz.

Wir stellen die Mutter dazu. Das rechte Auge will jetzt weg, es kann sich nicht halten und sucht einen neuen Platz ganz weit weg, dabei sieht es in die Ferne.

Der Mutter geht es so weit ganz gut, das linke Auge schaut nach vorne und hält die Stellung.

E. erzählt, dass sie ihre Mutter früh durch Krebs verloren hat und dass diese sich sehr schwer mit ihrer Krankheit und ihrem frühzeitigen Sterben abfinden konnte.

Wir legen den Tod dazu.

Das rechte Auge findet den Tod sehr interessant, es dreht sich um, bekommt dadurch Kraft und fängt an, die Umgebung wahrzunehmen. Die Fusion fühlt sich überflüssig und zieht sich aus der Aufstellung zurück.

Die Mutter kann den Tod nicht anschauen und versteckt sich hinter dem linken Auge, dieses hält die Stellung.

Wir stellen den Großvater, also den Vater der Mutter, dazu. Auch dieser musste sein Kind früh verlassen, die Mutter verlor ihren Vater mit 11 Jahren. Und hier spürt man den Konflikt, die Mutter ist noch sehr in der Wut und in der Trauer, kann den Tod ihres Vaters, das Verlassenwerden nicht annehmen, nicht anschauen, und erst recht nicht ihr eigenes frühes Sterben, ihr Schicksal, die eigenen Kinder zu früh zu verlassen. Mit Sätzen wie: „Ich sterbe erst am ... 1992“ tastet sich die Mutter langsam an ihren eigenen Tod heran, sie beginnt zu begreifen, dass der Tod unwieder-

bringlich ist, und fängt an wahrzunehmen, dass auch er sie nicht so früh verlassen wollte. Jetzt kann sie Kontakt zu ihrem Vater aufnehmen. Nach einiger Zeit ist es ihr auch möglich, sich zum Großvater, also ihrem Vater, dazuzustellen.

Die Augen von E. sind erleichtert, das rechte Auge kann sich zum linken Auge dazustellen, diesmal auf der richtigen Seite, und auch die Fusion kommt und stellt sich hinter die Augen.

Hier schließen wir die Aufstellung ab.

Einige Monate später auf einem Seminar treffe ich E. wieder. Wir machen viele Übungen und Sehspiele, und E. sieht ganz spontan dreidimensional. Beide Augen sind aktiv, und Verschmelzung ist möglich.

Ein weiteres Beispiel aus meiner Einzelarbeit

Eine Frau kommt zu mir in die Praxis, da sie nach einer Nervenschädigung feststellt, dass das Zusammenspiel ihrer Augen nicht mehr optimal funktioniert und der Augenarzt ihr auch mit Brille nicht mehr weiterhelfen kann. Das heißt, wenn sie sich anstrengt und ihre Grundspannung gut ist, sieht sie normal, wenn sie sich entspannt, zum Beispiel im Theater im Dunkeln, die optische Orientierung fehlt oder sie müde ist, sieht sie alles doppelt. Bei der kurzen Anamnese berichtet sie mir, dass sie in ihrer Kindheit schon einmal alles doppelt sah, damals, als ihr Vater nach acht Jahren Gefangenschaft wieder nach Hause kam. Sie bekam dieses wohl im Laufe ihres Lebens in den Griff, und jetzt tauchte diese Thematik wieder auf. Wir arbeiteten mit Bodenankern, das heißt mit Bildern, die Frau J. zu jedem Auge malte. Frau J. legte beide Bilder nebeneinander hin, links das linke Auge und rechts das rechte. Das linke Auge fühlte sich sehr präsent und gerade an, der Kontakt zum anderen Auge wäre von diesem Platze aus möglich. Das rechte Auge hatte das Gefühl zu kippen, für dieses genügte die Kraft oder auch Eigendisziplin nicht mehr, und Frau J. hatte das Gefühl von einer Drehbewegung nach rechts unten. Kontakt zum linken Auge war nicht möglich. Auf dieser Stelle bekam sie leichte Schmerzen im Bereich des siebten Halswirbels und ein Ziehen in der Bauchgegend. Ich griff einen orangefarbenen Filzflecken heraus und legte ihn auf die Stelle, auf die Frau J. schaute. Sofort hörte die Drehbewegung auf, Frau J., die immer noch auf der Stelle des rechten Auges stand, fühlte mehr Kraft und meinte, dass alles heller wird. Sie sog das Orange förmlich auf. An dieser Stelle beendeten wir die Sitzung. Frau J. beschrieb sofort, dass sich ihr Augenspiel entspannter anfühlte. Nach einer Woche erzählte sie mir am Telefon, dass sie im Theater war, keine Doppelbilder mehr hatte und nicht mehr so müde sei.

Immer wieder erlebe ich Zusammenhänge. Gerade bei erwachsenen Menschen kommt es nach Aufstellungen zu einer Integration von beiden Augen, Doppelbilder hören

spontan auf. Auch bei anderen Fehlsichtigkeiten habe ich Veränderungen bemerkt. Und wenn es mir möglich ist, in der Familie, mit den Eltern zu arbeiten, verändert sich das Sehen des Kleinkindes, die Augen werden beweglicher, und die Sicht verbessert sich.

Für mich stellt sich nun die Frage: Gibt es Zusammenhänge zwischen dem binokularen Sehen und dem Familiensystem? Im Moment sind es nur Erfahrungen und Vermutungen, aber ich suche aufgeschlossene Optiker und Augenärzte, die Lust haben, an dieser Thematik zu arbeiten, und diese auch mit optischen Geräten überprüfen können. Mein Ziel ist es, genügend Informationen zusammenzutragen, um eine Aussage treffen zu können.