



Krippenaufstellung

Franz von Assisi wusste hundertprozentig noch nicht, was eine Familienaufstellung ist. Klar, er war kein Therapeut. Aber was er Weihnachten vor genau vor 495 Jahren gemacht hat, das kommt auf einer Art ziemlich nah dran an eine Familienaufstellung.

Der heilige Franziskus gilt nämlich als der Erfinder der Weihnachtskrippe. Er soll auf dem Markt von Greccio in Italien am Weihnachtstag 1223 erstmals das Weihnachtsgeschehen mit lebenden Tieren und Menschen nachgestellt haben. Später kamen dann die Holzfiguren dazu. Längst gehört die Krippe zum weihnachtlichen Familienfest wie der Tannenbaum und die Geschenke. Und das Aufstellen ist ja eine Wissenschaft für sich.

Als Kind durfte ich das schon hin und wieder machen: Und ich fand das spannend, die Figuren immer mal wieder einen Tick anders anzuordnen. Mal Josef total im Hintergrund – er war ja nicht der echte Vater; mal direkt hinter Maria, denn er hat ihr ja trotzdem den Rücken freigehalten. Und dann noch die Schafe, die Hirten, Ochs und Esel – und klar die Könige und das Kamel. Alles in einem bestimmten Abstand oder eben ganz nah beim kleinen Jesuskind, das da in der Krippe liegt. Nähe und Distanz – manchmal der Winkel, wie die Figur eingedreht ist: Da kann man ja eine Menge hineindeuten. Das ergibt ein besonderes Beziehungsgeflecht.

Genau darum geht bei einer therapeutischen Familienaufstellung. Das ist eine Methode, mit der einer Person einen Einblick in ihr ganz persönliches Beziehungsgeflecht gegeben werden kann. Gerne werden dabei Holzfiguren verwandt als Stellvertreter für Vater, Mutter, Geschwister, Verwandte usw.: Wer steht wem wie nahe, wer hält wen auf Abstand? Wer ist wem zugewendet, wer steht im toten Winkel? Manchmal hilft es, das Gesamtgeflecht in den Blick zu nehmen, weil es deutlich macht, wie ich handele, welche Werte mir wichtig sind und wie ich mit Konflikten umgehe.

Gerade an den Weihnachtstagen erleben viele dieses Beziehungsgeflecht in der Familie intensiv: da sind ja meist alle an einem Fleck versammelt. Oder bestimmte gerade nicht.

Und im Grunde liegt das Werkzeug, um einmal seine eigene Familie aufzustellen, in diesen Tagen parat: die Weihnachtskrippe. Die Holzfiguren können helfen, besser zu sehen, was mir im Leben "in die Wiege" gelegt ist, allein durch das Beziehungsgeflecht in dem ich stehe: Wie nah sind mir Vater und Mutter? Was gibt es für kleine und große Könige? Wer ist unscheinbar wie ein Hirte? Wer ist mein Stern? Wer das Schaf, vielleicht das schwarze Schaf? Wer benimmt sich mir gegenüber wie ein Rindviech oder wie ein Esel?

Es kann ein Spiel sein, die Heilige Familie einmal so aufzustellen, als würden sie das eigene Familiengeflecht darstellen. Und falls sie gleich versucht sind, an die Krippe zu gehen: Wundern Sie sich nicht: Es kann sein, dass Sie bestimmte Figuren ganz neu deuten werden. Vielleicht tun Sie sich schwer, sich selbst als Christkind in der Krippe zu akzeptieren. Vielleicht ist der Josef in Ihrem Leben gar nicht ihr Vater, sondern eher der große Bruder? Vielleicht rückt Ihnen Maria etwas zu auf den Pelz oder Sie zögern, wer das Kamel ist, oder wer das Schaf. Vielleicht kommt auch jemand ganz neu in den Blick? Wie auch immer. Sie werden sehen: man kann das Bild unterschiedlich aufstellen. Und selbst in der Heiligen Familie ist dieses Beziehungsgeflecht spannungsreich...aber daher eben auch spannend.