

## Inspirationen zu einem bunten Blumenstrauß gebunden

Monika Staemmler

Die Hollywoodschaukel der Terrasse des Seminarhauses in Königshorst war für Gesa und alle, die dort zusammenkamen, über viele, viele Jahre immer wieder ein Ort besonderer Inspiration und Entdeckerfreude. Als das Selbstverständlichste der Welt schien es Gesa, uns an ihren Ideen und Inspirationen teilhaben zu lassen. So saßen z. B. Patricia, Gesa und ich in der abendlichen Herbstsonne im Oktober 2020. Wie früher in den Seminaren, blieben wir dabei, eine Themenliste entstehen zu lassen – nunmehr für unsere nächsten Telefonkonferenzen, die wir schon seit längerem alle zwei Monate abhielten. Als Worte wie „Sterben“, „Entwicklung von Freundschaften“ und „Unsere Schätze“ auf der Liste standen, richtete Gesa sich auf und schaute uns durch ihre verspiegelte Westersonnenbrille an und rief: „Wir machen weiter bis zum Schluss!“ Wir bekräftigten ihr Credo. Dabei war mir die Bedeutung ihrer Aussage nicht ganz klar. Was machten wir denn weiter bis zum Schluss?

Wir hielten den Kontakt. Das machten wir. Bei einem unserer letzten Kontakte schob Gesa, uns voran, ihren Rollator durch Lüchow, wir folgten ihr, bis zu einem Trödeladen. Dort führte sie uns hinein und gab ein paar Kuchengabeln aus dem Familienbesteck ab. Gesa machte uns in ihrer freundlichen, wohlwollenden Art mit der Händlerin bekannt, pries deren Laden und verband uns alle zu einem freundlichen Gespräch miteinander.

### Erste Inspiration: Sich freundlich und vorurteilsfrei verbinden.

Während eines Achtsamkeitsseminars in Königshorst Anfang der Zweitausender Jahre, führen eine befreundete Kollegin und ich mit Gesa nach Satemin. Wir wollten zum Töpfer, außerdem würde Gesa uns ihre neue Wohnung zeigen. Sie lief mit einem Lächeln auf den Lippen und ausgebreiteten Armen am Haus vorbei in den Garten. Immer weiter und weiter lief sie, schaute uns an und sagte: „Und das ist mein Büro!“ Das klang für mich wie: Hier ist die Quelle meiner Weisheit, meiner Inspiration und meiner Intuition.

### Zweite Inspiration: Es ist alles schon da und in dir. Wo ist dein Raum, deine Quelle, um es abzuholen? Traue deiner Intuition.

Was Perspektivwechsel wirklich bedeutet, habe ich in ganzer Tragweite erst in meiner Familienrekonstruktion begriffen. Ich breitete mein riesiges Genogramm aus, dominiert von Generationen von Pfarrern, die den Ton angaben, und Gesa sagte: „Lass doch die Pfarrer,

die sind langweilig!“ In überwältigender Klarheit ließ sie mich die Qualitäten meiner mütterlichen Seite erkennen.

### Dritte Inspiration: Perspektivwechsel macht neugierig und beflügelt den Forscherdrang.

„Je mehr du über deine Herkunftsfamilie weißt, desto sicherer ist der Boden, auf dem du stehst.“ Mit dieser Weisheit ging ich 2003 aus der Familienrekonstruktion und stürzte mich in die Biografieforschung. Sich verbinden mit den Generationen und ihren Kräften, Unnötiges, Störendes dalassen, wo es herkommt. Zärtlich und forsch. Warte nicht damit!

### Vierte Inspiration: Familienreko, eine gute Gelegenheit, sich einen passablen Platz im Familiensystem einzurichten und den anderen ihren Raum zu lassen.

Gesa und ich fuhren mit dem Zug nach einem Supervisionswochenende aus der Lausitz zurück nach Dresden. Aus einem ihrer Beutel zog sie einen Frauenkalender, den sie mir schenkte. Sie begann aus ihrer eigenen Lebensgeschichte, vor allem aus ihrer frühen Kindheit als Kriegs- und Nachkriegskind zu erzählen. Die Vorstellung eines kleinen zitternden Mädchens in der Nachkriegswelt löste in mir eine Welle von Mitgefühl aus und den Wunsch, ihr nachträglich etwas Warmes zu schenken. Also strickte ich ihr Regenbogen-Schafwollsocken. Darüber freute sie sich sehr und präsentierte sie zu unserem nächsten Treffen.

### Fünfte Inspiration: Es tut ungemein gut und darf auch sein, sich menschlich und authentisch zu begegnen.

2019. Gesa war gerade aus dem Krankenhaus entlassen, als ich sie anrief. Sie erzählte mir, dass sie mit einer Frau das Zimmer teilte, die den ganzen Tag davon redete, dass sie beide sowieso bald „in die Kiste“ springen. Sie war von dieser Sichtweise nicht abzubringen. Da stand Gesa auf. Sie stellte sich ans Bettende ihrer Mitpatientin und begann zu singen. Nach einer Stunde des Gesangs konnte das Leben weitergehen.

### Sechste Inspiration: Nur Mut zu den unkonventionellen Methoden.

Wenn Gesa morgens in unser Seminar kam, hatte sie sich gelegentlich eine besondere Haarfrisur kreiert. Sie legte zwei dünne Haarsträhnen in kleinen Bögen um den Kopf, die sie mit winzigen Spangen am Haupthaar befestigte. Einmal, während einer Skulpturarbeit, in der sich Stühle übereinanderstapelten, andere umgeworfen wurden, löste sich ihre Haarkreation auf und schien eigenen Energiegesetzen zu folgen. Gesa richtete sich mit ihren wild hängenden Strähnen auf. Wir waren noch ganz im Geschehen verhaftet, als sie uns, und wohl auch sich, ermutigte: „Ihr dürft ruhig weiteratmen!“

**Siebente Inspiration: Humor, Gelassenheit und die Fürsorge sind lohnende Qualitäten. Sie machen das Leben leichter.**

Gesa, die Gärtnerin, hatte mich mit ihren besonderen Qualitäten erreicht. Sie inspirierte mich, die Blumen, die in meinem Garten Wurzeln geschlagen hatten, zu pflegen, zu verschenken. In den Sonnenblumen ernteten die Stieglitze. Und am Tag der Trauerfeier kam eine Rauchschnalbe in mein Hotelzimmer, Gesas letzter Gruß an mich.

Während mancher eigenen Sitzung sprach es in mir: „Trau dich!“ oder „Trau es dir zu! Glaub an deine Intuition!“ Gesa zeigte mir, die Inspirationen wachsen zulassen, sich daran zu freuen und sie mutig anderen zur Verfügung zu stellen. Dafür bin ich ihr unglaublich dankbar.

**Monika Staemmler:** *Dipl.-Sozialpädagogin, Systemische Therapeutin (IFW und SG), im Ruhestand.*

*Das erzähl ich nur Ihnen! Die Kunst der Beziehungsarbeit in 15 Geschichten. Psychiatrie-Verlag 2017.*

[punkt@monika-staemmler.de](mailto:punkt@monika-staemmler.de)

