

„Lasst uns die Kontexte einbeziehen, die uns gerade umgeben.“

Julia Strecker

Gesa ... ich sehe sie noch vor mir ... damals Ende der 1990er bei meinem ersten Seminar „Familienrekonstruktion und Parts Party“ in Königshorst im Wendland. Sie war bunt gekleidet, die Haare unter einem ebenfalls farbenfrohen Turban nach oben gebunden, ein bisschen rot guckte noch darunter hervor, und sie entführte uns prompt in den Garten ... wir saßen doch gerade so bequem im Raum des wunderschönen Tagungshauses, es war ein herbstlicher Tag: „Macht euch locker ...“ und „Spürt ihr den Wind auf der Haut?“ „Hört die Vögel und andere Geräusche ... und ... vielleicht gibt es auch einen Geschmack ...“. Ohne je eine Achtsamkeitsausbildung oder Ähnliches absolviert zu haben, war sie eine Achtsamkeitslehrerin in Reinform.

Im Seminarhaus kochte dann eine Gruppe für uns, die sich dem gewaltfreien Widerstand und zivilen Ungehorsam verschrieben hatte. Gesa schlug uns vor, unser Seminar mit einem Interview mit einer Vertreterin dieser Gruppe zu beginnen. Es ging dabei auch um Systeme, aber vor allem ging es um diese Frau, die ein beeindruckendes Leben hatte. Ihre Biografie war dann für uns Ausgangspunkt dafür, Kreise um Themen wie „politische Sozialisation“ und „Aufarbeitung der Geschichte“ zu drehen, die auch unser Leben und das unserer Vorfahr*innen geprägt hatten, bis hin zu unserem eigenen politischen Engagement. Gesa war neugierig und sie hatte ein Herz für Gerechtigkeit. Unverkennbar war es ihr ein Anliegen, ungerechten Strukturen auf den Leim zu gehen und in ihren Auswirkungen für Menschen zu erforschen.

Ein paar Jahre später leitete ich mit ihr und Tom Pinkall gemeinsam ein Seminar in Königshorst. In der Mittagspause machten wir einen Spaziergang über die Felder und sie führte uns zu einem Ort, an dem eine Riesengeflügelfarm entstehen sollte. Es wurden alle möglichen Überlegungen angestellt, wie der örtliche Widerstand gegen dieses Projekt in das Seminar und die Beteiligung der Seminarteilnehmenden einbezogen werden könnten. Auf dem Rückweg redeten wir mit den Kühen, Pferden und anderen Tieren, die uns begegneten. Gesa machte aus jeder Begegnung mit Tieren und anderen Geschöpfen einen besonderen, manchmal fast heiligen Moment.

Noch eine Erinnerung: Anlässlich des 95. Geburtstags von Virginia Satir veranstalteten wir mit Gesa eine Zeitreise durch Virginias Leben in Königshorst. Es war eine wilde Mischung, sowohl die Vorbereitung dafür – mit assoziativen Sammlungen von Büchern, Schriften und Ideen – als auch das Seminar selbst. Wir stiegen in Virginias Denkwelt ein, wir assoziierten

Julia Strecker



und waren für ein paar Tage lang Teil der großen Welt, die sich Virginia Satir und später auch Gesa auf ihre Art und Weise erschlossen und mit neuen Perspektiven anreicherten. Es gab natürlich auch eine Parts Party mit Verkleiden und Eintauchen in verschiedene Anteile und unsererseits Virginia Satir unterstellte Gemütszustände. Wir rezitierten Gedichte, lasen unveröffentlichte Texte und hatten vor allem eins: unendlich viel Spaß und Freude am Entdecken und Nachspüren.

Was in mir von Gesa weiterlebt, ist die große innere Freiheit, das Eigene, das ja auch für Virginia Satir so entscheidend war, zu suchen, zu finden und zu feiern. Ich verdanke ihr das vertiefte Zutrauen, mein Eigenes zu finden und mir selbst dabei treu zu bleiben. Und ich bin ihr dankbar, dass sie mich gelehrt hat, die Kraft des Kairos ernst zu nehmen und den jeweiligen Augenblick mit den vielen bunten Möglichkeiten, die mir der Blick in die (systemische) Welt erlaubt, zu verbinden. Sei es mit Ritualen, einfachen Körperwahrnehmungen, Parts Parties, Sinnes-Spaziergängen in der Natur oder einer „Welle“: einer Übung, in der alle im Kreis stehen und jede eine Bewegung macht, die ihr gerade guttut. Diese Übung wende ich bis heute in Seminaren an und habe sie schon vor ihrem Tod die „Gesa-Übung“ genannt.

Julia Strecker: *Diplom-Theologin, seit 2008 eigene Praxis als systemische Familientherapeutin und Supervisorin, MBSR-Lehrerin, DGSF-Lehrtherapeutin; Supervisorin, Lehrsupervisorin. promoviert zum Thema „Rituale in der systemischen Therapie und Seelsorge“ 2011 www.juliastrecker.de*