



**GOLDMANN**  
ARKANA

## *Buch*

Die Journalistin Gabriele ten Hövel befragt Bert Hellinger über seine Arbeit. Hellinger antwortet, bringt Beispiele aus seiner praktischen Erfahrung mit den Familienaufstellungen und lässt sich geduldig und nachdenklich auch auf Skepsis und Kritik ein. So entsteht eine lebendige, differenzierte Skizze von Hellingers »phänomenologischer Psychotherapie«, von seinem Denken und seiner Arbeit mit Klienten.

In der Tat beginnt diese Arbeit für alle Beteiligten mit dem Anerkennen, was ist – ohne Wertung und Urteil, ohne persönliche Absicht. Zum Zuge kommen sollen nur die Beobachtung und die Zustimmung für das, was ist und was wirkt. Mit dieser Haltung erkundet Hellinger in seinen Aufstellungen, wie Menschen über Generationen hinweg in Schuld ihrer Familien verstrickt sind – und welche Schritte zu Freiheit und guten Lösungen führen. Er berichtet über seine Erfahrungen mit Bindung und Liebe, mit dem, was aus der Sicht der Zugehörigen zu einer Gruppe als »gutes Gewissen« erlebt wird, mit dem Großen im Gewöhnlichen, mit dem Fortschritt durch Schuld und der Illusion der Macht.

Eines wird in diesem Zwiegespräch in besonderer Weise deutlich: Hellinger vermeidet mit großer Aufmerksamkeit, dass seine Erfahrungen als ein starres Lehrgebäude angesehen werden. Um anzuerkennen, was ist, müssen wir uns eben unmittelbar der Realität aussetzen. Vieles bleibt dabei ein Geheimnis, für das die phänomenologische Methode keine Begründungen liefert. Dafür aber eröffnet sie Möglichkeiten zum Handeln und zur Heilung.

## *Autoren*

Bert Hellinger, Jahrgang 1925, studierte Philosophie, Theologie und Pädagogik. Er war katholischer Ordenspriester und Schulleiter in Südafrika. Hellinger studierte alle bedeutsamen Therapiesysteme wie das von Perls, Janov oder Berne, um seinen eigenen Ansatz zu entwickeln. Seine Einsichten in die Gesetzmäßigkeiten, nach denen Familienmitglieder miteinander verbunden sind und sich verstricken, führten in den 80er Jahren zur Entwicklung der systemischen Familientherapie und leiteten damit den Beginn des wirksamsten und populärsten Therapiesystems der letzten zwei Jahrzehnte ein.

Gabriele ten Hövel, geboren 1952, ist Politologin, freie Rundfunkautorin und Kommunikationstrainerin für Wirtschaft und Medien. Sie ist verheiratet, Mutter von drei Kindern und lebt in Hamburg.

*Von Bert Hellinger sind bei Arkana bereits erschienen:*

Zweierlei Glück (21630)  
Der große Konflikt (33734)

Bert Hellinger,  
Gabriele ten Hövel

# Anerkennen was ist

Gespräche über Verstrickung  
und Lösung



**GOLDMANN**  
ARKANA



**FSC**

**Mix**

Produktgruppe aus vorbildlich  
bewirtschafteten Wäldern und  
anderen kontrollierten Herkünften

Zert.-Nr. SGS-COC-1940

[www.fsc.org](http://www.fsc.org)

© 1996 Forest Stewardship Council

Verlagsgruppe Random House FSC-DEU-0100  
Das FSC-zertifizierte Papier *München Super* für dieses Buch  
liefert Arctic Paper Mochenwangen GmbH.

3. Auflage

Vollständige Taschenbuchausgabe Januar 2007

Arkana, München

in der Verlagsgruppe Random House GmbH

© 1996 Kösel-Verlag GmbH & Co., München

Umschlaggestaltung: Design Team München

Umschlagmotiv: Design Team München

WL · Herstellung: CZ

Satz: Uhl + Massopust, Aalen

Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck

Printed in Germany

ISBN 978-3-442-21785-4

[www.arkana-verlag.de](http://www.arkana-verlag.de)

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	9
<b>»Leiden ist leichter als Lösen«</b>	13
Das Familien-Stellen	14
Das andere Bild	20
Der Segen des Vaters	21
Die Lösung	25
Was in Familien krank macht	27
Die Anmaßung und ihre Folgen	29
Täter und Opfer	34
<b>»Ich füge mich der erkannten Wirklichkeit«</b>	37
Phänomenologische Psychotherapie	
<b>»Jeder ist auf seine Weise nur verstrickt«</b>	45
Die Rolle des Gewissens	
<b>»Wer sich zu gut ist, böse zu sein, zerstört die Beziehung«</b>	54
Ausgleich, Liebe, Rache	
<b>»Wer im Einklang ist, kämpft nicht«</b>	60
Über Bestimmung	
<b>»Das Große liegt im Gewöhnlichen«</b>	64
Meditation und spirituelle Wege	
<b>»Fortschritt ist mit Schuld verbunden«</b>	71
Treue und Rebellion	

<b>»Das Sein ist jenseits von Leben«</b> Über den Tod	76
<b>»In der Seele an Größeres rühren«</b> Wie Lösungen gelingen	81
<b>»Ordnungen werden gefunden«</b> Erfahrung, Freiheit, Ideologie	93
<b>»Auf die Liebe ist immer Verlaß«</b> Therapie und Familie	97
<b>»Triumph ist Verzicht auf Erfolg«</b> Die Unterscheidung der Gefühle	107
<b>»Besserwisser weigern sich zu wissen«</b> Über Wissen und Wahrnehmen	119
<b>»Sünden haben auch gute Folgen«</b> Die subversive Seite der Ordnung	124
<b>»Psychokapitalisten übelster Sorte«</b> Selbstverwirklichung, Bindung, Fülle	129
<b>»Kinder gehören zu ihren Eltern«</b> Über Adoption und Inzest	136
<b>»Sexualität ist größer als die Liebe«</b> Über Liebe, Gewalt und Bindung	145
<b>»Aus der Entrüstung kommt wenig Gutes«</b> Über Politik und Engagement	156

<b>»Die Hoffnung auf ewigen Frieden lasse ich fallen«</b>	165
Die Illusion der Macht	
<b>»Das Glück ist eine Leistung der Seele«</b>	169
<b>»Die Seele richtet sich nach anderen Gesetzen als dem Zeitgeist«</b>	173
Über Mann und Frau	
<b>»In Sorge für die nachwachsende Generation«</b>	185
Über Engagement und Ausgleich	
<b>Glossar</b>	193
<b>Veröffentlichungen</b>	199





# Vorwort

Bert Hellinger hat meinen Kopf verwirrt und meine Seele erreicht. Er hat mich verunsichert, empört und neugierig gemacht. Vieles an seinen Gedanken kam mir auf den ersten Blick so furchtbar bekannt vor:

»Mutterschaft ist was Großes« – o Gott! »Den Vater und die Mutter ehren« – wie katholisch! »Die Eltern nicht bekämpfen, sondern so nehmen, wie sie sind« – aber sie haben mir doch ganz schön was angetan! »Die Frau soll dem Mann folgen!« Und so einen findest *Du* gut?

Ja. Seine therapeutische Arbeit hat mich ungemein fasziniert. Drei Tage lang habe ich ihm zugeschaut, wie er vor einer Gruppe von 400 Menschen mit Kranken gearbeitet hat. Das war zunächst wie Theater. Spannend, anrührend und so richtig aus dem Leben gegriffen. Aber aus den anfangs unbeteiligten Zuschauern werden unmerklich Mitwirkende in einem Drama, das eigene Familie heißt. Plötzlich klopft ganz unvermittelt die eigene Geschichte an, Ereignisse, die bisher eher nebensächlich erschienen, werden bedeutend: »Ach ja, da gibt es doch noch diese Halbschwester!« Mit einem Mal fließen Tränen, weil sich da eine vor ihrer Mutter verneigt – verdammt! Was ist *das* denn! Und abends kriecht die Erschöpfung hoch – Gott weiß warum, »ich habe doch ›nur‹ zugehaut!«

Was bewirkt, daß die frommen Worte in der therapeutischen Arbeit auf einmal sinnvoll werden? Demut gegenüber den Eltern, den »Segen« des Vaters erbitten? Was ist wahr daran, wenn einer Entschuldigung »vermessen« und Verzeihen »anmaßend« nennt?

Was leitet das Denken dieses Mannes hinter seinem therapeutischen Handeln, und wie kommt er dazu, seinen Finger treffsicher auf blinde Flecken eingefahrenen aufklärerischen Denkens zu legen? Warum schaut er

- auf die Liebe beim Inzest (da ist man doch empört!),
- auf die Unentrinnbarkeit von Schuld im Nazi-Kontext (die hätten doch wissen und kämpfen müssen!),
- auf die Entrüstung als gewalttätige Energie (man muß doch gegen Unrecht kämpfen!),
- auf die Achtung des Männlichen bei aller Emanzipation (wo soll die herrühren bei so viel männlicher Verachtung für das Weibliche!),
- auf die Schuld von Adoptiveltern ihrem adoptierten Kind gegenüber (Adoption ist doch eine große soziale Tat!),
- auf die Bindung an die Familie als Quelle von Freiheit (man muß sich doch emanzipieren von den Eltern!),
- auf Versöhnung mit dem Schicksal (ich nehme mein Schicksal in die eigene Hand!).

So viele Fragen kamen da in meinem Kopf zusammen! Doch der Kern meiner Faszination für Hellingers Arbeit war einfach mein Berührtsein. Ob ich ihn live erlebte, in seinen Büchern schmökerte oder später dann stundenlang mit ihm sprach: immer empfand ich danach so etwas Merkwürdiges wie Friedlichkeit, Entspannung, so eine gelassene Heiterkeit mir und der Welt gegenüber. Woran das liegt? Vielleicht hat es etwas damit zu tun, daß da einer beharrlich nach der Liebe als Quelle von Verstrickung, Leiden und Krankheit sucht.

Hellingers Sprache kommt mitunter etwas altertümlich daher. Wenn er von Demut, Güte oder Gnade spricht, vom Segen des Vaters, vom Leben als Geschenk oder von Versöhnung, erreicht er damit eine Sphäre seelischen Erlebens, für die die moderne, analytisch orientierte Psychologie keine Worte hat. Es ist, als baue er eine Brücke zu einer Lebens-

wirklichkeit, die keine Sprache hat für die tiefsten Regungen der Seele. Das alles war mir auch etwas unheimlich. Wer ist dieser Mann, der mich jenseits des Verstandes auf einem ganz anderen Bein erwischt?

Bert Hellinger kann schroff sein zu seinen Klienten, beharrlich und – gelinde ausgedrückt – bestimmt (manche sagen autoritär), wenn er es für nötig hält. Er scheut sich nicht, knallharte Einsichten offen auszusprechen – andere wagen sie höchstens zu denken! Er ist kein Mann der Rück-sicht, sondern einer der Vor-sicht.

Der Psychotherapeut, der sich lieber Seelsorger nennt, düpiert die selbsternannten Anwälte aller Armen und Entrechteten, Witwen und Waisen, seien es Therapeuten, Priester oder Engagierte, die gerne in Sachen Hilfe unterwegs sind. Das Vokabular des guten Menschen und der großen Ziele aufklärerischer Erziehung oder Therapie – irgendwie wirkt es etwas blaß, aufgeblasen und kraftlos gegenüber seiner einfachen Sprache. Und dann will dieser Hellinger gar nicht viel wissen! Wie komisch!

Gemeinhin geht es beim Therapeuten viel darum, die letzten Winkel des persönlichen Leids mundgerecht zu präsentieren. Hellinger will »nur« Ereignisse wissen – nicht, was sich jemand dazu denkt oder wie er »gerade jetzt« fühlt. Nein: »Na los, stell erstmal deine Familie auf«, unterbricht er Ansätze von Klage- Liedern auf böse Väter oder verschlingende Mütter.

Einmal hat er mit einem Mann gearbeitet, der seine Frau und seinen Sohn bei einem Unfall verloren hat. Diese Schilderung des Geschehens hat den ganzen Raum gelähmt, so schrecklich war sie. Und Hellinger steht ihm gegenüber, hört zu, seine Stimme wird weich. »Nun stell mal auf«, sagt er und versteht es auf unnachahmliche Weise, mit diesem Mann den Tod seiner Lieben anzusehen, um ihn ins Leben zurückzubegleiten – ganz ruhig, mit wenigen Worten und einer gütigen

Sicherheit, die alle im Raum trägt. Auch das ist er. Ein weicher, warmherziger Mann, ganz gesammelt in seinem Mitgefühl.

Und irgendwann haben wir dann tatsächlich zusammengesessen, erst im Rundfunkstudio, dann in seinem Arbeitszimmer, und einen rasanten Fragenkatalog abgearbeitet. Wie gut, daß er mitgemacht hat! Nicht alles ist bis ins Letzte geklärt. Aber genug fürs erste.

Die Gespräche mit Bert Hellinger laden ein zu einem Wechselbad der Gedanken und Gefühle. Er provoziert, fasziniert, berührt und ärgert. Diese Mischung nährt den Geist und bringt das Denken in Gang, wo es sich sonst zufrieden zurücklehnt. Und irgendwie geht man danach etwas nachsichtiger in die Welt.

Gabriele ten Hövel

## »Leiden ist leichter als Lösen«

*Dieses erste Kapitel ist die Wiedergabe einer Radiosendung, mit der den Hörern des Südfunks 2 Stuttgart Bert Hellingers Arbeitsweise vorgestellt wurde. Es steht am Anfang der Gespräche in diesem Buch, da es der Einführung in Hellingers Denken und Tun dient.*

**Gabriele ten Hövel:** »Systemische Familientherapie«, was ist das?

**Bert Hellinger:** Bei der systemischen Familientherapie geht es darum, herauszufinden, ob jemand innerhalb der erweiterten Familie in die Schicksale früherer Familienmitglieder verstrickt ist. Das kann man durch Familienaufstellungen ans Licht bringen. Wenn das am Licht ist, kann sich jemand leichter aus seinen Verstrickungen lösen.

*Was sind »Familienaufstellungen«? Bringen wir gleich einmal ein Beispiel, dann können wir besser darüber reden. Es stammt aus einem Seminar von Bert Hellinger im Rahmen eines Kongresses in Garmisch. Er hat dort mit Kranken gearbeitet.*

*Die Kranken sitzen in einem großen Kreis, und um diesen Kreis herum sitzen ungefähr 400 Tagungsteilnehmer, die zuschauen. Die Arbeit beginnt damit, daß Bert Hellinger die Kranken fragt, was ihnen fehlt.*

*Ein junger Mann leidet seit seinem 18. Lebensjahr an einer Krankheit, die sich in Herzrasen und vegetativen Störungen äußert. Bert Hellinger befragt ihn:*

Klient: Es gibt viele Konflikte in der Familie. Meine Mutter und mein Vater leben getrennt. Meine Mutter und mein Großvater sind zerstritten. Es gibt viele praktische Probleme, z.B. wie kriege ich die alle miteinander zur Hochzeit.

H. (zum Publikum): Bei dieser Arbeit sind nur ganz wenige Informationen wichtig. Nämlich äußere, einschneidende Ereignisse, nicht was Leute sonst denken oder tun. Eines hat er genannt: Die Eltern sind getrennt. Andere einschneidende Ereignisse sind z.B. der Tod von Geschwistern oder wenn jemand ausgeklammert oder ausgestoßen wurde. Oder frühe Krankenhausaufenthalte oder Komplikationen bei der Geburt, oder wenn die Mutter bei der Geburt starb. Um solche Dinge geht es.

(zum Klienten): Gibt es bei dir solche einschneidenden Ereignisse?

Klient: Die Zwillingsschwester meiner Mutter starb.

H.: Das genügt mir schon. Das ist etwas so Einschneidendes, daß es wahrscheinlich alles andere überdeckt. Stelle also erst mal die Ursprungsfamilie auf. Dazu gehören die Mutter, der Vater, wieviel Kinder?

Klient: Ich habe noch eine jüngere Schwester.

H.: O.k., die vier Personen stellst du jetzt auf. Du suchst dir aus dem Publikum jemanden, der deinen Vater vertritt, dann jemanden für deine Mutter, deine Schwester und dich. Nimm irgend jemand. Es genügt, wenn du die vier aufstellst.

Dann gehst du zu jedem hin, nimmst ihn mit beiden Händen und stellst ihn an seinen Platz, ohne etwas zu sagen. Und die Stellvertreter sagen auch nichts. Stelle sie in Beziehung zueinander, wie es dem inneren Bild der Familie entspricht, ganz aus dem Vollzug.

## Das Familien-Stellen

*Der Mann wählt jetzt aus dem Publikum Stellvertreter für Vater, Mutter und Geschwister, ganz fremde Menschen, und stellt sie zueinander, so wie er das im Moment empfindet. In diesem Fall stand der Vater abgewandt von der Mutter. Der Sohn dagegen, der*

*den Klienten repräsentierte, stand gegenüber der Mutter. Da stehen dann völlig fremde Menschen, ganz zufällig ausgewählt, ohne den Klienten und ohne auch dessen Familiengeschichte zu kennen. Was soll da geschehen?*

Das ist das Merkwürdige bei diesen Aufstellungen: Die ausgewählten Personen, die die Familienmitglieder vertreten, fühlen wie die wirklichen Personen, sobald sie in dieser Aufstellung stehen. Sie bekommen zum Teil sogar die Symptome, die diese Familienmitglieder haben, ohne daß sie davon etwas wissen. Zum Beispiel bekam einer mal einen epileptischen Anfall, als er einen Epileptiker vertreten hat. Oder oft bekommt jemand Herzrasen oder eine Körperseite wird kalt. Bei der Nachfrage stellt sich heraus, daß es bei der Person, die er darstellt, wirklich so ist. Das läßt sich nicht erklären. Man kann es aber bei solchen Aufstellungen hunderte und tausende Mal nachprüfen.

*Wodurch wirkt diese Aufstellung, was können Sie daraus ersehen?*

Also ich ersehe daraus, welche Beziehung die Familienmitglieder zueinander haben. Hier ist z.B. sehr bedeutsam, daß der Vater abgewandt steht und der Sohn unmittelbar der Mutter gegenüber. Wenn man das auf sich wirken läßt, sieht man, wo das Problem liegt.

*Sie sprechen von »Verstrickung«. Was meinen Sie damit?*

Verstrickung heißt, daß jemand in der Familie unbewußt das Schicksal eines Früheren noch einmal aufnimmt und lebt. Wenn z.B. in der Familie ein Kind weggegeben wurde – das kann auch in der Generation vorher sein –, dann wird sich später jemand so verhalten, als sei auch er weggegeben. Er kann sich nicht daraus lösen, bevor er nicht weiß, daß er verstrickt ist.

Die Lösung geht den umgekehrten Weg: die weggegebene Person wird ins Spiel gebracht. Sie wird z.B. in der Familienaufstellung dazugestellt. Plötzlich wird die ausgeklammerte Person für den, der mit ihr identifiziert war, ein Schutz. Wenn sie wieder aufgenommen und gewürdigt wird, ist sie freundlich zu den Nachfahren.

*Das ist so einfach nicht zu verstehen. Man wiederholt ein Schicksal, das man gar nicht kennt. Die tote Tante z.B. hat der Klient ja nie kennengelernt. Woher kommt dann die Verstrickung? Hat das etwas mit dem zu tun, was Sie »Sippengewissen« nennen?*

Genau. Es gibt offensichtlich ein Gruppengewissen. Zur Gruppe, in der dieses Gewissen wirkt, gehören die Kinder, die Eltern, die Großeltern, die Geschwister der Eltern und solche, die Platz gemacht haben, z.B. frühere Ehepartner oder Verlobte der Eltern. Wenn jetzt einem von diesen Unrecht geschah, gibt es in dieser Gruppe ein unwiderstehliches Bedürfnis nach Ausgleich. Das heißt, das Unrecht, das in früheren Generationen geschah, wird später noch einmal von jemand dargestellt und erlitten, damit es endlich in Ordnung gebracht werden soll. Das ist sozusagen ein systemischer Wiederholungszwang. Diese Art von Wiederholung bringt aber nie etwas in Ordnung.

Diejenigen, die das Schicksal eines Ausgeklammerten auf sich nehmen müssen, werden vom Gruppengewissen ungerecht in die Pflicht genommen. Sie sind ja völlig unschuldig. Denjenigen dagegen, die wirklich schuldig wurden, z.B. weil sie ein Familienmitglied weggegeben oder ausgestoßen haben, geht es vielleicht dennoch gut.

Das Gruppengewissen kennt also keine Gerechtigkeit für die Nachfahren, sondern nur für die Vorfahren. Offensichtlich hat das zu tun mit einer Grundordnung in den Familiensystemen. Sie richtet sich nach dem Gesetz: Wer einmal zu dem



System gehört, der hat gleiches Recht auf Zugehörigkeit wie alle anderen auch. Wenn aber jemand verteufelt oder ausgeklammert wird, dann sagen einige: »Du hast weniger Recht dazuzugehören als ich.« Das ist das Unrecht, das durch Verstrickung gesühnt wird, ohne daß es die Betroffenen wissen.

*Können Sie ein Beispiel dafür nennen, wie das über Generationen wirkt? Wie soll man sich das vorstellen?*

Ich kann ein ganz schreckliches Beispiel nennen. Vor einiger Zeit kam ein Rechtsanwalt ganz aufgelöst zu mir. Er hatte in seiner Familie nachgeforscht und folgendes herausgefunden: Die Urgroßmutter war verheiratet und hat, während sie von diesem Mann schwanger war, einen anderen Mann kennengelernt. Daraufhin starb der erste Mann mit 27 Jahren am 31. Dezember, und es besteht der Verdacht, daß er ermordet wurde. Später hat diese Frau den Hof, den sie von diesem Mann geerbt hatte, nicht dessen Sohn gegeben, sondern dem Sohn aus der nächsten Ehe. Das war ein großes Unrecht.

In der Zwischenzeit haben sich in dieser Familie drei Männer im Alter von 27 Jahren am 31. Dezember umgebracht. Als der Rechtsanwalt das sah, kam ihm, daß ein Cousin gerade 27 geworden war und daß der 31. Dezember nahte. Er fuhr zu ihm hin, um ihn zu warnen. Der Cousin hatte schon eine Pistole gekauft, um sich zu erschießen. So wirken Verstrickungen. Später kam dieser Rechtsanwalt noch einmal zu mir und war in extremer Selbstmordgefahr. Ich habe ihn gebeten, sich mit dem Rücken gegen eine Wand zu stellen und habe ihm dann gesagt, er möge sich den toten Mann vorstellen und ihm sagen: »Ich gebe dir die Ehre. In meinem Herzen hast du einen Platz. Und ich werde das Unrecht, das dir angetan wurde, beim Namen nennen, so daß es gut werden kann.« Daraufhin war er von seiner Panik befreit.

*In unserem Beispiel kommt als nächster Schritt, daß sich der junge Mann, der seine Familie aufgestellt hat, hinsetzt. Er schaut zu, was Bert Hellinger jetzt tut. Der befragt nun die aufgestellten Familienmitglieder, wie es ihnen geht.*

H.: Wie geht es dem Vater?

Vater: Ich spüre im Moment noch nicht, wie es mir geht.

Mutter: Ich fühle mich ein bißchen isoliert, und wenn das mein Mann ist, ist er zu weit weg. Und irgendwie spüre ich eine besondere Beziehung zu meinem Sohn.

H. (zum Publikum): Wen muß der Sohn repräsentieren? – Die tote Zwillingsschwester der Mutter. Stellt euch vor, was das heißt für ein Kind.

Wie geht es dem Sohn?

Sohn: Ich merke, daß ich hier aus der Reihe bin. Ich stehe denen gegenüber. Ich merke auch, daß zur Mutter hin eine intensive Bindung ist.

H.: Wie geht es der Schwester?

Schwester: Mir geht es nach links schlecht, da ist es mir zu eng. Zum Bruder hin ist es am ehesten interessant.

H. (zum Publikum): Wenn man bei einer Familienaufstellung sieht, daß eine Person ausgeklammert ist und nicht erscheint, dann ist der nächste Schritt, daß man diese Person ins Spiel bringt. Ich werde jetzt die Zwillingsschwester ins Spiel bringen.

(zum Klienten): Wieso ist die gestorben?

Klient: Das war besonders tragisch. Es war nach dem Krieg. Mein Großvater ist gerade zurückgewesen und hat am Sonntagnachmittag irgend etwas mit dem Lastwagen ausfahren müssen. Er hat das Kind und die Großmutter mitgenommen. Das Kind hat beim Losfahren an der Tür gespielt und ist herausgefallen und vom eigenen Vater überfahren worden. Das war sehr schlimm. Das Kind war 7 Jahre alt.

H.: Wähle jetzt jemanden für die Schwester der Mutter und stelle sie neben die Mutter, ganz nah.

(zur Mutter): Wie geht's dir jetzt?

Mutter: Besser, aber es ist sehr nah.

H.: Ja, das muß es auch sein. – Wie geht es der toten Schwester?

Verstorbene Schwester: Ich finde das sehr angenehm, so nah zu stehen.

H.: Was ist beim Sohn verändert jetzt?

Sohn: Ich merke, daß die Beziehung zur Mutter jetzt nicht mehr so stark ist. Daß sie mehr zum Vater geht.

H. (zum Publikum): Genau. Er ist dadurch, daß sie hereinkommt, entlastet.

Ist beim Mann etwas verändert?

Mann: Ich fühlte mich isoliert. Schon durch die Haltung, daß ich wegschauen von der Familie und mich immer bemühen muß, mitzukriegen, was da läuft.

H.: Also, systemisch gesehen hat dieser Mann überhaupt keine Chancen bei der Frau. Die Frau ist so gebunden an ihre Herkunftsfamilie und an ihre Zwillingsschwester, daß sie sich einem Mann gar nicht zuwenden kann. Daher ist diese Beziehung von vornherein zum Scheitern verurteilt. – Aber die Kinder müssen zum Vater.

(H. stellt den Sohn und die Tochter dem Vater gegenüber.)

H. (zum Sohn): Wie geht es dir da?

Sohn: Es fühlt sich harmonischer an. Ich merke jetzt die stärkere Beziehung zum Vater. Die Schwester neben mir stärkt irgendwie.

H. (zur Tochter): Wie geht es dir jetzt?

Tochter: Auch besser. Mir ging es aber schon vorhin besser, als die Zwillingsschwester aufgetaucht ist.

Vater: Ich fühle mich wesentlich wohler, wenn ich ein Gegenüber habe, das mich anschaut.

H.: Der Sohn muß eine Zeitlang neben dem Vater stehen. So richtig ganz nah. Da ist für ihn die heilende Kraft.

(zum Klienten): Kannst du das nachvollziehen?

Klient: Etwas. Also, jahrelang war gar kein Kontakt zu meinem Vater. Jetzt, die letzten Jahre, haben wir uns gegenseitig besucht, und es geht viel darum, daß er Erwartungen an mich hat, wo ich das Gefühl habe, die kann ich gar nicht erfüllen.

H.: Du mußt ihn bitten, daß er dich segnet.

## Das andere Bild

*Sie fragen ja zwischendurch den Klienten. Auch am Schluß sehen Sie mit dem Klienten gemeinsam die Aufstellung an, oder er nimmt den Platz seines Stellvertreters in der Aufstellung ein. Was geschieht beim Klienten durch diese Aufstellung?*

Er sieht zuerst einmal, daß er ein verkürztes Bild seiner Familie in sich trug. Z.B. war hier die Zwillingsschwester ausgeklammert. Er sieht, daß er sie für seine Mutter ersetzen mußte. Und er sieht, daß sein Vater weg wollte.

Wenn jetzt die ausgeklammerte Person hereinkommt, verändert sich das Bild. Die Kinder gehen zum Vater, anstatt weiter bei der Mutter zu stehen, und die Mutter wird mit ihrer Zwillingsschwester allein gelassen, weil sie an die gebunden bleibt. Dadurch bekommt der Klient ein anderes Bild seiner Familie. Plötzlich sieht er, daß es die Mutter ist, die weggehen will, und daß an ihrer Stelle der Mann gegangen ist. Das gibt es häufig, daß ein Partner für den anderen geht, obwohl eigentlich der andere gehen muß.

Die Kinder stehen jetzt nicht mehr bei der Mutter, sondern beim Vater. Jetzt geht vom Vater eine heilende Kraft aus. Der Klient, der so lange bei seiner Mutter stand und weg vom Vater, muß sich jetzt zu seinem Vater stellen. Dann fließt die männliche Kraft vom Vater in ihn hinein.

Aber das genügt noch nicht. Er war ja im Konflikt mit seinem Vater, eben weil er bei der Mutter stand. Jetzt muß er den Vater für sich gewinnen. Er braucht seinen Segen.

## Der Segen des Vaters

*Segen, das hat ja was sehr Religiöses.*

Ja, das hat es. Ein Mensch kommt, genaugenommen, nicht von den Eltern, sondern durch die Eltern. Das Leben kommt von weit her, und wir wissen nicht, was das ist. Das Hinschauen dorthin, das ist religiös. Wir schauen dann nicht auf das Nahe, sondern auf den Urgrund, ohne ihn zu benennen.

Wenn daher dieser Sohn sich vor seinem Vater verneigt und ihn um seinen Segen bittet, dann fügt er sich ein in diesen Strom. Daher kommt dieser Segen auch nicht vom Vater, nicht allein vom Vater, er kommt von weit her über den Vater zu ihm. Insofern ist auch das religiös. Die Kraft, die dieser Segen hat, ist nicht etwas, das in der Hand des Vaters liegt.

Wer das Leben so genommen hat, der ist im Einklang mit seiner Herkunft; der ist in der Zustimmung zu seinem besonderen Schicksal, das durch die Eltern weitgehend bestimmt ist. Durch die Eltern hat er seine Möglichkeiten und seine Grenzen. Wenn er beidem zustimmt, ist das wie Hingabe an die Welt, wie sie ist. Und das ist religiös.



Bert Hellinger, Gabriele ten Hövel

**Anerkennen was ist**

Gespräche über Verstrickung und Lösung

Taschenbuch, Broschur, 224 Seiten, 12,5 x 18,3 cm

ISBN: 978-3-442-21785-4

Goldmann

Erscheinungstermin: Dezember 2006

Hellinger im Zwiegespräch mit einer Journalistin: Eine lebendige und kompakte Einführung in sein Denken und seine Arbeit.

Im Gespräch mit der Journalistin Gabriele ten Hövel bringt Bert Hellinger zahlreiche Beispiele aus seiner praktischen Erfahrung mit den Familienaufstellungen und lässt sich geduldig und nachdenklich auch auf Skepsis und Kritik ein. So entsteht eine lebendige, differenzierte Skizze von Hellingers „phänomenologischer Psychotherapie“, von seinem Denken und seiner Arbeit mit Klienten.

 [Der Titel im Katalog](#)