



# Familien Stellen

HOFFMAN: WENN DU WANDEL WIRKLICH WILLST!

## **Allgemeine Informationen**

---

Warum es besser ist, das Boot zu nehmen als den Hubschrauber	2
Wie eine Aufstellung entsteht	3
Was ein Wissenschaftler zur systemischen Arbeit sagt	4
Welches Gewissen über Generationen wirkt	5
Warum Ende Dezember gestorben wird	6

## **Wichtige Systeme**

---

Was ein Ursprungssystem ist und wie es aufgestellt wird	6
Was ein Gegenwartssystem ist und wie es aufgestellt wird	8
Was ein Berufssystem ist und wie es aufgestellt wird	10

## **Wissenswertes vom Hoffman Institut Schweiz**

---

Wie wir Ahnenebene und Elternebene unterscheiden	11
Was in der Arbeit mit uns einzigartig ist	11
Wie die Menschen die Erfahrung und Wirkung dieser Arbeit schildern	13
Wer die Gruppe leitet	16

# Allgemeine Informationen

---

## Warum es besser ist, das Boot zu nehmen als den Hubschrauber

Während einer grossen Überschwemmung betete ein Rabbi, dass Gott ihm helfe. Das Wasser stieg jedoch immer höher, und er kletterte schliesslich auf das Dach seines Hauses. Als ein Boot vorbeikam und ihn aufnehmen wollte, lehnte er ab: «Ich warte, dass Gott mir hilft», und er betete weiter. Dann überflog ihn ein Hubschrauber und wollte ihn holen, er aber antwortete: «Nein, nein, ich warte, bis Gott mir hilft.» Schliesslich ist er ertrunken, und als er vor Gott kam, beschwerte er sich: «Jetzt habe ich so gebetet, und du hast mir nicht geholfen.» – «Doch», sagte Gott, «ich habe dir ein Boot und einen Hubschrauber geschickt.»

Diese Geschichte, die Bert Hellinger, der Begründer der systemischen Psychotherapie gerne erzählt, steht symbolisch für das, was in dieser therapeutischen Arbeit wirkt: das Offensichtliche. Beim Familienstellen oder Familienscript, wie diese Arbeit auch genannt wird, werden Familienkonstellationen aufgestellt. Das geschieht innerhalb von Seminaren mit Menschen aus der Seminargruppe, die stellvertretend für die wichtigen Familienmitglieder des jeweils Aufstellenden stehen. In diesen Konstellationen wird dann offensichtlich, was zu tun ist, um die Aufstellung so zu verändern, dass sie für den Aufstellenden zu einer guten Lösung wird. Hellinger betont, dass man sich das, was in Aufstellungen offensichtlich wird, nicht denken kann. Die Aufstellung selbst enthüllt verborgene Zusammenhänge und die damit verbundenen Lösungsmöglichkeiten. Wenn jemand beispielsweise seine Ehe nach seinem momentanen inneren Bild so aufstellt, dass die Partner weit voneinander weg stehen, wird eine Beziehungsproblematik offen-

sichtlich. Vielleicht glaubt der Betreffende, eine ganz «normale» Ehe zu führen, doch die Aufstellung zeigt etwas anderes. Je nachdem, wie die Stellvertreter in einer solchen Aufstellung stehen, wird auch deutlich, ob es eine Lösung gibt und wie diese aussehen kann.

Die obige Geschichte macht aber auch klar, welche Voraussetzungen es beim Aufstellenden braucht, damit diese Arbeit wirkt. In jedem Fall braucht es die Bereitschaft, Lösungen, die sich aus einer Aufstellung ergeben, auch zu nehmen und in die Wirklichkeit umzusetzen. Am besten, man nimmt gleich das Boot und wartet nicht erst auf den Hubschrauber. Das verkürzt die Leidenszeit. Wer Einwände gegen eine offensichtlich naheliegende Lösung hat, kann auch auf den Hubschrauber warten. Wer dann immer noch Einwände hat... Man könnte auch sagen: Therapie nützt nichts – es sei denn, es nimmt einer das Boot – oder wenigstens den Hubschrauber. Wenn im genannten Beispiel einer darauf beharrt: «Aber wir lieben uns doch!» (er wartet auf den lieben Gott)

und konkrete Veränderungen, die sich aus der Lösung ergeben, in der Haltung innerhalb der Beziehung nicht umsetzt, muss die Beziehung vielleicht sterben.

## Wie eine Aufstellung entsteht

«Würdest du bitte für meinen Vater – für meine Mutter – für mich stehen?» So bittet der oder die Aufstellende TeilnehmerInnen aus der Gruppe in die Rollen der StellvertreterInnen von wichtigen Mitgliedern der eigenen Herkunftsfamilie. (Dies betrifft die Ursprungsaufstellung – Näheres zu Ursprung und Gegenwart weiter unten.) Dann führt er oder sie die StellvertreterInnen auf den Platz, wo sie nach dem momentanen inneren Bild von der aufzustellenden Konstellation stehen sollten.

Das geschieht ohne Nachdenken, ganz nach Intuition und Gefühl. Jetzt wird das unbewusste Bild von der Familienkonstellation sichtbar, das bis zu

diesem Zeitpunkt über viele Jahre und Jahrzehnte im Verborgenen der Seele des Aufstellenden geruht und gewirkt hat. An diesem Bild kann vieles sichtbar werden, z.B.: Wer schaut in welche Richtung? Wer schaut wen an oder nicht? Wer macht den Eindruck, das System verlassen zu wollen – meist ein Hinweis, dass derjenige an Leib und Leben gefährdet ist, usw. Eindrucksvoll ist auch, was die einzelnen StellvertreterInnen in ihren Rollen sagen. «Der steht mir im Weg», oder «der bedroht mich» sind Aussagen, die oft genug die Dynamik einer gestörten Ordnung innerhalb einer Familie widerspiegeln. Vielfach spüren StellvertreterInnen aber auch die körperlichen Symptome eines Leidens des Familienmitgliedes, für das sie stehen.

Bert Hellinger sagt dazu in dem Buch «Anerkennen, was ist», (Kösel Verlag): «Wenn ich eine Familie aufstelle, können die einzelnen, die da drinnen stehen, genau fühlen, was in dieser Familie vorgeht, obwohl die wirklichen Mitglieder weit entfernt sind.

Die Ordnung dieser Familie wiederholt sich in dieser Aufstellung. Durch die Aufstellung habe ich plötzlich Zugang zu einer Wirklichkeit, die mir im Denken verschlossen ist. Es kommt etwas ans Licht, was bisher verborgen war. Wenn es am Licht ist, kann ich ausprobieren, ob es eine Lösung gibt.» Hellinger erläutert diese faszinierenden Geschehnisse in einer Aufstellung mit dem Hinweis, dass wir Information üblicherweise dadurch bekommen, dass uns etwas mitgeteilt wird. Die StellvertreterInnen jedoch würden Informationen dadurch bekommen, dass sie an etwas teilhaben: an einem Feld, in das sie hineingestellt werden! In diesem Feld, so betont er, gibt es auch eine Wechselwirkung: «So, wie die wirkliche Familie in dieser Aufstellung gegenwärtig ist, so wirkt auch die Lösung von der dargestellten Familie auf die wirkliche Familie zurück. Selbst wenn die nichts davon wissen.»

## Was ein Wissenschaftler zur systemischen Arbeit sagt

Der englische Biologe Rupert Sheldrake hat bei Bert Hellinger an der systemischen Arbeit teilgenommen, die Aufstellungen mitverfolgt und bemerkt, er habe zum ersten Mal das morphogenetische Feld in Aktion gesehen. Der englische Wissenschaftler hat die Theorie vom morphogenetischen Feld entwickelt und in seinen Forschungen mit zahlreichen Beispielen belegt. Er vergleicht das Vorkommen solcher Felder mit dem der elektromagnetischen Felder.

Eine Legende, die leider nicht wahr ist, aber immer wieder als tatsächliches Forschungsergebnis berichtet wird, illustriert die Wirkungsweise dieses Feldes: die Geschichte vom hundertsten Affen. Auf einer Südseeinsel, so besagt die Legende, hat eine bestimmte Affenart entdeckt, dass sich Kartoffeln angenehmer verzehren lassen, wenn sie vorher mit Wasser vom Sand gerei-

nigt werden. Als der hundertste Affe auf dieser Insel sich diese neu entdeckte Fähigkeit angeeignet hatte, begannen die gleichen Affen auf der Nachbarinsel ebenfalls, ihre Kartoffeln zu waschen. Die Weitergabe dieser neu gelernten Eigenschaft wäre in diesem Falle über das morphogenetische Feld erfolgt. In diesem Feld, so Sheldrake, ist sozusagen das kollektive Gedächtnis der jeweiligen Art enthalten.

Ein anderes Beispiel ist von Sheldrake tatsächlich belegt: Verschiedene Meisenarten in der britischen Hafenstadt Southampton entdecken die Milch als Nahrungsmittel. Sie reissen die Deckel der vor den Häusern stehenden Milchflaschen ab und stecken zum Trinken die Schnäbel hinein. Im Laufe der Jahre beginnen Meisen an anderen Orten Englands ebenfalls Milch auf diese Art zu stibitzen. Nun gibt es aber während des Krieges keine Milch mehr. Doch die Nachkriegsmeisen, die unmöglich direkt von ihren Vorgängern lernen konnten, betreiben alsbald wieder dieselbe Art von Milchraub.

Sheldrake geht davon aus, dass jedes Mitglied einer Art über das morphogenetische Feld am kollektiven Gedächtnis der eigenen Art teilhat und diesem Gedächtnis auch selbst etwas hinzufügen kann. Somit wäre Vererbung nicht ausschliesslich genetisch zu erklären. Auf der geistigen Ebene findet sie ebenfalls statt: innerhalb einer Art, wo die Artenmitglieder daran teilhaben, dass dem morphogenetischen Feld bzw. dem Artengedächtnis eine neue Fähigkeit hinzugefügt wird. Das gilt sowohl für die geographische Verbreitung über grosse Räume als auch für die zeitliche Fortdauer über Jahre und Jahrhunderte hinweg. Aufgrund dieser Theorie wird auch nachvollziehbar, warum die heutigen Computerkids soviel müheloser mit dieser Technik umgehen als ihre Väter und Vorväter.

## Welches Gewissen über Generationen wirkt

Bert Hellinger hat in seiner Arbeit festgestellt, dass es ein Gruppengewissen gibt, das die Mitglieder der eigenen Herkunftsfamilie umfasst. In diesem Gruppengewissen wirkt ein kollektives Gedächtnis, das vom Schicksal der Familienmitglieder weiss. Das oberste Gesetz, nach dem sich dieses Gewissen richtet, lautet: Jeder will oder muss dazugehören.

Im inneren Bild des Aufstellenden muss demzufolge in der guten Lösung – in der Ordnung der Liebe, wie sie von Hellinger auch genannt wird – jedes Familienmitglied bis zurück zu den Grosseltern und den Urgrosseltern auf dem gemässen Platz stehen.

Wie verliert einer seinen Platz? Wie geschieht es, dass jemand aus dem kollektiven Gedächtnis einer Familie ausgeklammert wird (sogenannte Ausgeklammerte)? Den Platz verliert: ein Kind, das tot geboren wird oder

während der Geburt stirbt, die Mutter, die im Kindbett stirbt, ein Familienmitglied, das durch Unfall oder Krankheit, Selbstmord oder Kriegstod vorzeitig aus dem Leben gerissen wird, die Verlobte, die sitzengelassen wird, der Vater von untergeschobenen Kindern, dessen Vaterschaft verschwiegen wird, Familienmitglieder, die gestorben sind und damit einer nach ihnen gegründeten Linie Platz gemacht haben, manchmal auch «schwarze Schafe», die ausgestossen worden sind. Häufig werden solche Menschen von den weiter im Leben stehenden Familienmitgliedern nicht betrauert oder sogar ganz vergessen und bleiben dem kollektiven Gedächtnis damit als Ausgeklammerte erhalten.

Im Sinne des obersten Gesetzes der Zugehörigkeit ist dies ein Unrecht, im Sinne des Systems eine systemische Schuld. Das Gruppengewissen verlangt dafür einen Ausgleich. Dieser erfolgt, indem ein oder zwei Generationen später jemand das schlimme Schicksal des Ausgeklammerten ansatzweise oder eins zu eins

noch einmal lebt, wie um zu sagen: Es gibt mich noch, ihr dürft mich nicht vergessen! Hellinger: «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.» (s.o.) Eine solche Identifikation mit einem Ahn oder einer Ahnin nennt man Verstrickung. Solche Verstrickungen entstehen schon ganz früh in der Seele eines Kindes und formen so das ungeordnete Bild der eigenen Herkunft mit. Eltern können also nicht für ihre Kinder lösen, es sei denn, sie tun es, bevor sie Kinder bekommen! Schwer verständlich scheint, dass der Betroffene mit einem Vorfahren verstrickt ist, den er nicht einmal gekannt hat, weil dieser bereits vor der Geburt des Verstrickten seinen Platz verloren hat. Hier wirkt eben das unbewusste kollektive Gedächtnis über das Gruppengewissen. Hier findet sich für Rupert Sheldrake ein weiterer Beleg für die Richtigkeit seiner Theorie vom morphogenetischen Feld.

## Warum Ende Dezember gestorben wird

Wenn eine Frau mit einer verlobten Ahnin, die nicht geheiratet wurde, verstrickt ist, versagt sie sich möglicherweise die Ehe oder eine glückliche Beziehung. Wenn jemand mit einem Onkel verstrickt ist, der sich vor der Geburt des Betroffenen im Alter von 22 Jahren umgebracht hat, bringt er sich im selben Alter vielleicht auch um oder bekommt heftige Selbstmordphantasien und weiss gar nicht warum.

Hellinger berichtet im o.g. Buch über eine Familie, in der sich drei Männer im Alter von 27 Jahren an einem 31. Dezember umgebracht haben, weil Verstrickungen mit dem ersten Mann einer Vorfahrin wirkten, der an diesem Datum in diesem Alter vermutlich umgebracht worden war. Dies ist ein besonders drastisches Beispiel. Nicht immer sind die Auswirkungen von solchen Verstrickungen so dra-

matisch. Doch sie reichen von persönlichem Unglück und Leid über Krankheit bis zu vorzeitigem Tod.

Wenn solche Verstrickungen nicht gelöst werden, setzen sie sich – vergleichbar der Vorstellung von der Erbsünde – über Generationen hinweg immer weiter fort. So gesehen ist das Gruppengewissen gnadenlos und das kollektive Gedächtnis unbestechlich.

## Wichtige Systeme

---

### Was ein Ursprungssystem ist und wie es aufgestellt wird

Wir alle stammen aus einer Familie. Im kleinstmöglichen Modell ist das ein Kind mit seinen Eltern. Das ist die sogenannte Kernfamilie. Meist kommen hier noch Geschwister hinzu. Doch unsere Ursprungsfamilie umfasst darüber hinaus noch weitere Mitglieder: Onkel und Tanten, die Grosseltern beiderseits, Grossonkel und Grosstanten und deren Kinder (Grosscousins und -cousinen). In manchen Konstellationen müssen auch die Urgrosseltern mit berücksichtigt werden. In der Ursprungsaufstellung wird zunächst einmal die Kernfamilie aufgestellt. Das unbewuss-

te Bild von der eigenen Kernfamilie, das in der Aufstellung offensichtlich wird, ist in der Regel ungeordnet. Für Unordnung sorgen einerseits Verstrickungen und andererseits grundlegende Strukturen in der erlebten Kernfamilie. Steht die Mutter in der richtigen Weise neben dem Vater? Wie sind die Geschwister in dem Bild verteilt? Fehlt vielleicht jemand? Diese und andere Fragen müssen vom Therapeuten betrachtet und nach den Gesichtspunkten der Ordnung und Vollständigkeit in der Aufstellung gelöst werden. Hellinger nennt dies mit einem gleichnamigen Buchtitel «Ordnungen der Liebe».

Dieses Vorgehen gilt besonders für mögliche Ausgeklammerte. Sie werden aufgestellt, und es wird geprüft, ob eine Verstrickung vorliegt. In einfachen und bewegenden Lösungssätzen werden solche vergessenen Ahnen gewürdigt und in das Seelenbild des Aufstellenden wieder hineingenommen, z.B.: «Ich verneige mich vor deinem Schicksal. Es muss schlimm für dich gewesen sein. Du sollst nicht ver-

gessen sein. In meinem Herzen hast du einen guten Platz.» Wenn eine solche Würdigung den Stellvertreter des betreffenden Ahnen gefühlsmässig erreicht («ankommt»), dann wird das bei ihm fühlbar und von ihm mitgeteilt. Angst, ambivalente Gefühle oder eine gefährliche Anziehung zu dem Toten, die der Aufstellende bei seinem Anblick hatte, lösen sich auf: Die Verstrickung ist gelöst. Und der Vorfahr oder die Vorfahrin bekommt den ihm oder ihr gemässen Platz im System. Insofern ist die von Bert Hellinger begründete Arbeit eine besondere Form der Ahnenverehrung, die in unseren Breiten ansonsten weitgehend ausgestorben ist. Auch die Eltern werden gewürdigt, und es wird ihnen Dank und Achtung entgegengebracht. Die Geschwisterreihe wird geordnet, und schlussendlich steht der oder die jeweils Aufstellende, mit den gewürdigten Ahnen als gute Kraft hinter sich, in einer geordneten Aufstellung. Auf diesem Platz erleben sich die Betroffenen als erfüllt und kraftvoll oder ruhig und gesammelt usw., in jedem Falle an dem ihm oder ihr gebührenden Ort.

Dieses neue Bild und die damit verbundenen Gefühle nimmt der Betreffende tief in die eigene Seele hinein und ersetzt damit bewusst das alte, ungeordnete. Das wird in den Wochen und Monaten nach der Aufstellung dadurch unterstützt und verankert, dass er sich in seiner Vorstellung immer wieder in dieses Bild hineinstellt. Hellinger sagt, dass solche Lösungsbilder ihre grösste Kraft oft erst nach einem Zeitraum von mehreren Monaten entfalten. Es bedarf also der inneren Pflege des Bildes. Und dennoch wirkt das neue Bild in der Seele ab sofort. Sobald die Verstrickungen mit den Ahnen in der Ursprungsaufstellung gelöst sind, beginnt die Energie von diesen Ahnen unterstützend und heilsam zu fliessen. Sie können fortan als Helfer dienen bei der Bewältigung von Themen, die davor als Inhalt der Verstrickung zum unlösbaren Problem im Leben geworden waren. Der deutsche Psychotherapeut und Hellinger-Schüler Dr. Norbert J. Mayer schreibt darüber in seinem Buch «Lebenswege» (Verlag: Der Berserker): «Oft nennen wir Schicksal, was in Wirklichkeit



Verstrickung im System ist und aufgelöst werden kann. Hat jeder seinen ihm gemässen Platz im System erhalten, löst sich Unzufriedenheit, Unglück, Krankheit auf. Das dauert nicht Jahre, sondern wirkt unmittelbar.»

## Was ein Gegenwarts-system ist und wie es aufgestellt wird

Norbert J. Mayer betont in seiner Schrift «Beziehungsgestaltung», dass eine grundlegende und wichtige Voraussetzung für das Gelingen einer Beziehung, einer Ehe oder einer eigenen Familie die Lösung der Ursprungssysteme der Beteiligten ist. Oder, wie es in anderem Zusammenhang einmal der Ex-Bundespräsident der BRD, Richard von Weizsäcker, formulierte: «Ohne Herkunft keine Zukunft!» Wenn einer oder beide Beteiligten verstrickt sind, ist ein Teil ihrer Beziehungsenergie in der Verstrickung gebunden und kann nicht in die eigene Beziehung fliessen. Fremde, übernommene systemische Gefühle und

Rollen aus dem jeweiligen Ursprung machen eine harmonische Beziehung unmöglich. Das ungeordnete Ursprungsbild wird unbewusst in die Gegenwart übersetzt. Wenn z.B. im Ursprungsbild einer Frau die Mutter ausserhalb der Familie steht, dann wird diese Frau geneigt sein, in irgendeiner Form aus ihrer eigenen Familie auszubrechen: Sei es durch Seitensprünge, durch berufliches oder anderes Engagement, das ihr für die Familie keine Zeit lässt, oder gar durch Trennung.

In der Gegenwartsaufstellung wird zunächst das Paar aufgestellt, um das es geht, und die eventuell dazugehörigen Kinder. Dieses Bild entspricht in der Regel nicht der Ordnung. Es muss betrachtet werden: Stehen die Kinder in der altersgemässen Rangfolge? Wer von beiden Partnern steht rechts bzw. links? Wer schaut in welche Richtung? usw. Oft ist es eine kleine Bewegung in der Aufstellung, die die von den StellvertreterInnen erlebte Beziehungsqualität zueinander grundlegend verändert. Wo sich beide z.B.

unbehaglich und fremd gefühlt haben, als der Mann links neben der Frau stand, atmen sie plötzlich auf, wenn er auf den ihm gemässen Platz rechts neben seine Frau gestellt wird: Eine neue Form von Nähe und Anziehung wird spürbar. Solch eine kleine Bewegung in der Aufstellung hat erhebliche Konsequenzen für die Beziehungsgestaltung im wirklichen Leben. Wenn jedoch das aufstellende Paar das neue und geordnete Gegenwartsbild und die damit verbundenen Gefühle verinnerlicht und in den Alltag bringt, dann lassen sich diese Konsequenzen auch immer besser leben. Das kann zum Beispiel heissen, dass ein Mann in der Beziehung wirklich bewusst Verantwortung übernimmt, wo er bisher seine Frau unbewusst vielleicht eher in die Mutterrolle gedrängt hat. Für die gemeinsame Umsetzung des neuen Bildes in die gelebte Wirklichkeit ist es daher äusserst hilfreich, wenn beide Beteiligten bei der Gegenwartsaufstellung anwesend sind und schliesslich gemeinsam in der geordneten Aufstellung stehen. Auch ohne den anderen kann ein Partner, der

allein aufstellt, mit Hilfe des neuen Bildes vieles in der Paarbeziehung oder der Familie verändern.

Zur Gegenwartsaufstellung gehören auch PartnerInnen beider Beteiligten, zu denen vordem wichtige und emotional oft nicht geklärte Beziehungen bestanden haben. Diese Ehemaligen werden in der Aufstellung gewürdigt und verabschiedet, z.B.: «Es tut mir leid, dass ich dich verletzt habe. Für das Gute danke ich dir, vom Schlimmen nehme ich mir meinen Teil und lasse dir den deinen. Und jetzt lasse ich dich los.» Das ist aus zwei Gründen wichtig für das Gelingen in der momentanen Gegenwart: Friedliche und liebevolle Trennungen sind in unserer Kultur nicht üblich, und es gibt dafür auch keine Rezepte oder Rituale. So vergiften unerlöste Gefühle aus vergangenen schwierigen Beziehungen oft die Gegenwart. Tatsächlich können sie aber dort gelassen und verabschiedet werden, wo sie hingehören. Wie oft kommt es vor, dass momentane PartnerInnen auf Verflorsene grundlos eifersüchtig sind. Wie-

viel einfacher ist es, in der Aufstellung zu sagen und dann zu verinnerlichen: «Du warst vor mir, ich bin nach dir, es tut mir leid, dass ich dich verachtet habe, und ich danke dir dafür, dass du Platz für mich gemacht hast!» Ein weiterer Grund ist der, dass eigene Kinder oft nicht gewürdigte oder verachtete ehemalige PartnerInnen vertreten, weil sie mit ihnen identifiziert sind. Sie nehmen sozusagen abgespaltene Gefühle der Eltern wahr und leben diese in unterschiedlicher Form. So kann beispielsweise die Identifikation einer Tochter mit einer Ex-Partnerin des Vaters zu verständlichen Konflikten mit der Mutter führen. Bert Hellinger hat in seiner Arbeit sogar festgestellt, dass ein Grund für das Auftreten von Neurodermitis bei Kleinkindern die Identifikation mit nicht gewürdigten Ex-PartnerInnen sein kann.

Eine Gegenwartsaufstellung kann auch dazu dienen, eine anstehende oder eine gerade aktuell gewordene Trennung in Form von gegenseitigen Würdigungen zu vollziehen. Wenn

beide Partner für ein solches Trennungsritual bereit sind, kann dies eine tief greifende befriedende Wirkung haben. Das erleichtert auch den liebevollen Umgang mit eventuell vorhandenen gemeinsamen Kindern. Wenn auch die Paarbeziehung aufgelöst wird, die Elternbeziehung besteht weiter! Im Idealfall erscheinen beide Partner in der Gruppe, um sich friedlich zu trennen. Aber auch wenn ein Partner nicht bereit ist, die Beziehung in Frieden aufzulösen, kann der andere dies für sich auf gute Weise vollziehen.

Ob jemand eine gute Zweierbeziehung führen will, sich ein harmonisches Familienleben wünscht oder als Single wirklich bereit und offen sein möchte für eine neue Beziehung: Die Auflösung innerer Verhaftungen mit Unerlöstem aus der eigenen Beziehungsgestaltung der Vergangenheit ist eine unerlässliche Voraussetzung. Was gelöst und was nicht gelöst ist, zeigt sich oft – im Gegensatz zur persönlichen Meinung der Betroffenen – erst in der Aufstellung. Die ideale systemi-

sche Grundlage für den Beginn einer Ehe oder die Gründung einer Familie wäre nach alledem, dass beide Beteiligten sowohl ihr Ursprungs- als auch ihr Gegenwartssystem vorher aufgestellt und geordnet haben.

## Was ein Berufssystem ist und wie es aufgestellt wird

Was für die Herkunfts- und die Gegenwartsfamilie gilt, gilt auch für andere Systeme: zum Beispiel für das eigene Berufssystem. Auch hier gibt es eine Ordnung. Wenn sie gestört ist, kann das zu empfindlichen Konflikten in einem Team führen. Wie im Ursprungssystem ist ein wichtiger Aspekt der Ordnung im Berufssystem derjenige der Zugehörigkeit: Wer länger dabei ist, steht in der Ordnung vor dem gerade erst Hinzugekommenen. Wenn jedoch beispielsweise ein Neuling sich in seinem ungeordneten inneren Bild vor allen anderen zum Teil langjährigen Teammitgliedern sehen lässt, führt das zu begreiflichen Kon-

flikten. Ein weiterer Aspekt ist die Kompetenz. Eine vergleichbar viel grössere Kompetenz eines neuen Mitarbeiters kann dazu führen, dass er tatsächlich in der Ordnung vor allen anderen stehen muss.

Aufgestellt werden in einem Berufssystem StellvertreterInnen für den Aufstellenden, für dessen Vorgesetzte und wichtige Mitarbeiter des entsprechenden aufeinander bezogenen Systems (z.B. eines Teams) innerhalb einer Firma. Für den Aufstellenden ist sein inneres ungeordnetes Bild oft die Quelle für unnötige Schwierigkeiten an seinem Arbeitsplatz. Innerhalb der Aufstellung kann eine fällige Würdigung beispielsweise lauten: «Es tut mir leid, dass ich mich über Sie gestellt habe. Ich danke Ihnen für alles, was Sie aus Ihrer langjährigen Erfahrung zum Erfolg meiner Arbeit beitragen.» Wenn der Inhalt einer solchen Würdigung ernst genommen und verinnerlicht wird, hat das Folgen für die innere Haltung des Aufstellenden gegenüber dem gewürdigten Mitarbeiter oder Vorgesetzten. Eine veränderte innere

Haltung kann im betrieblichen Alltag zu einem anderen und konstruktiven Verhalten gegenüber diesem Mitarbeiter führen. Eine solche Neuorientierung vermag unterschwellige oder offensichtliche Konflikte in der Mitarbeiterbeziehung aufzulösen.

Es ist durchaus gängig, dass ein junger Mitarbeiter aufgrund seiner hervorragenden Kompetenz altgedienten Fachleuten vor die Nase gesetzt wird. Von seiner inneren Haltung jedoch wird es u.a. abhängen, wie gut er dieses Team zum gewünschten Erfolg führen kann. Dieser Erfolg kann durch ein geordnetes Berufssystem unterstützt oder durch systemische Ungereimtheiten beeinträchtigt werden. Das Hoffman Institut Schweiz bietet für einzelne Mitarbeiter, aber auch für grössere betriebliche Einheiten, diese Form der systemischen Arbeit an.

# Wissenswertes vom Hoffman Institut Schweiz

---

## Wie wir Ahnenebene und Elternebene unterscheiden

Wie viele therapeutische Methoden erhebt die systemische Psychotherapie Bert Hellingers den Anspruch, heilsam auf möglichst allen seelischen Ebenen zu wirken, auf denen Not, Leiden oder Krankheit entsteht. Kritik wird ihr allerdings dort entgegengebracht, wo die Heilung in der Beziehung zu den Eltern innerhalb der Würdigung in der Ursprungsaufstellung nur auf einer ganz grundsätzlichen Ebene erfolgt: auf der Ebene, wo ein grundlegender emotionaler Schritt der Versöhnung gemacht wird, indem

den Eltern Dank und Achtung entgegengebracht wird. Eine Auseinandersetzung mit schwierigen einzelnen Themen zwischen Kind und Eltern kann so im Detail nicht stattfinden.

Deshalb unterscheiden wir in der Arbeit des Hoffman Institutes die systemische und die traumatische Ebene – die Ebene, auf der wir als Kinder von unseren Eltern gelernt haben und geprägt worden sind. Die Arbeit auf der systemischen Ebene ist hier so ausführlich wie möglich beschrieben. Auf der traumatischen Ebene steht uns eine andere Methode zur Verfügung. Sie ist darauf ausgerichtet, Prägungen aus der Kindheit in Bezug auf die damit verbundenen Konsequenzen im aktuellen persönlichen Lebenszusammenhang durchzuarbeiten. Die Unterscheidung nach diesen beiden Ebenen ermöglicht es, individuell auf die Probleme des einzelnen Menschen einzugehen und zu prüfen: Stammen sie aus systemischen Verstrickungen in der Ursprungsfamilie? Geht es um die Ordnung und den eigenen Platz? Geht es um die Bereini-

gung der Gegenwartssituation? Oder sind die Probleme vor allem in der Kindheit innerhalb der Elternbeziehung entstanden, und was ist auf dieser Ebene im einzelnen zu lösen?

## Was in der Arbeit mit uns einzigartig ist

Das Familienstellen beim Hoffman Institut Schweiz wird von Wolfgang Michael Harlacher und seiner Frau Ilham Hanae Trojahn geleitet. Wolfgang Michael Harlacher hat seit 1997 mehr als 2000 Aufstellungen begleitet. Neben seiner umfangreichen Erfahrung mit der Aufstellungsarbeit verfügt er aufgrund seiner mehr als zwanzigjährigen Tätigkeit im Hoffman Quadrinity Prozess über einen fundierten psychologischen und therapeutischen Hintergrund. Ilham Hanae Trojahn arbeitet seit 2005 in der systemischen Arbeit des Hoffman Institutes Schweiz mit ihm zusammen. Sie bringt Fähigkeiten und Möglichkeiten mit ein, die für unsere Arbeit als sogenanntes «Alleinstellungsmerkmal» bezeichnet werden dürfen.

Aufgrund ihres Werdegangs als schamanische Seherin und Heilerin (siehe S.16) für ihren ursprünglich im Atlas Gebirge in Marokko beheimateten Stamm leistet sie im Familienstellen Besonderes.

Sie nimmt Kontakt mit den Seelen der verstorbenen Ahnen auf, die für die Aufstellung wirklich von Bedeutung sind. Das gewährleistet, dass alle Verstrickungen auch gefunden werden können – oftmals solche, die in keinem Stammbaum auftauchen würden und von keiner Chronik erfasst sind. Häufig sind das Schicksale von Säuglingen, die vollständig vergessen (ausgeklammert) sind. Dabei geht sie in ihren Wahrnehmungen – anders als das sonst im Familienstellen üblich und möglich ist – bis zu vier Generationen zurück: dorthin, wo die Ursache der einzelnen Verstrickung zu suchen ist! Sie erfährt den konkreten Inhalt dieser Schicksale und kann auf diese Weise mitteilen, welche emotionalen Themen in der Würdigung dieser Ahnen in der Aufstellung anzusprechen und aufzulösen

sind: Schuld, Scham, Angst, Ohnmacht, Wut, usw.

Alle TeilnehmerInnen, die in eine fünftägige Systemgruppe kommen, können, klar voneinander getrennt, eine Ursprungs- und eine Gegenwartsaufstellung durchführen. Angesichts dessen, dass es für diese Art des Arbeitens mit einer oft grossen Anzahl von Ahnen fünfzehn bis zwanzig Teilnehmer braucht, werden die fünf Tage benötigt, damit alle Gelegenheit für mindestens zwei Aufstellungen bekommen.

Wenn Aufstellungen abgebrochen werden müssen, werden sie in der Regel innerhalb dieser Tage wieder aufgenommen und nach Möglichkeit zu Ende geführt.

In der Ursprungsufstellung werden auch aufgrund der von den TeilnehmerInnen mitgebrachten Informationen durch Ilham Hanae Trojahn alle Verstrickungsmöglichkeiten geprüft und die tatsächlich vorhandenen Verstrickungen im Zusammenwirken mit

Wolfgang Michael Harlacher in diesen fünf Tagen aufgelöst.

Innerhalb der Gruppe wird von den Teilnehmern und Teilnehmerinnen bei uns im Familienstellen in organisierter Form nach vorgegebenen Standards über die einzelnen Aufstellungen Protokoll geführt. Auf diese Weise können die Menschen nach der Aufstellung und im Alltag mit Hilfe des Protokolls ihr Verständnis für die wesentlichen Bewegungen und Würdigungen während der Aufstellung vertiefen und das protokollierte Lösungsbild besser integrieren.

Im Familienstellen des Hoffman Institutes Schweiz wird auch mit Kindern und Jugendlichen gearbeitet, die je nach Alter von ihren Eltern begleitet werden. Auf diese Weise können ganze Familien diese Arbeit machen, am Ende alle zusammen im gemeinsamen Gegenwartsbild stehen und die so hergestellte Ordnung im Alltag leben.

## Wie die Menschen die Erfahrung und Wirkung dieser Arbeit schildern

Ich bin ruhig geworden und stärker. Ich stehe auf meinen Füßen. Ich habe das Gefühl, mehr ich selbst geworden zu sein. Entscheidungen treffe ich leichter aus mir selbst. Etwas ist in Ordnung gekommen, was nie in Ordnung war (ich bin 67!).

Vieles, was sich in unserer Familie abgespielt hat, sehe ich unter überraschend neuen Gesichtspunkten. Ich hatte geglaubt, es wäre mein Schicksal – und hatte es angenommen. Aber etwas ist anders geworden. Was ich in der systemischen Arbeit erlebt habe, kann ich mit Worten nicht beschreiben. Das Wirken von Ordnungsgesetzen zu erleben, ging über den Horizont meines Verstandes. Ich war überrascht, fasziniert, ich staunte und war tief, sehr tief bewegt.

*Gunhild Köllner,  
Schauspielerin*

Mir ist aufgefallen, dass ich vor der systemischen Aufstellung wie vernebelt durch mein Leben gegangen bin. Nach der guten Lösung in meinem Ursprungssystem bin ich auf die Terrasse gegangen und habe ins Gras geschaut, und da sah ich plötzlich die Farben so klar, das Gras war sowas von grün und die gelben Blumen so leuchtend gelb – das hatte ich vorher noch nie gesehen. Die meiste Zeit habe ich so ein Gefühl, wie wenn ich ein bisschen verliebt wäre, und ich bin so glücklich, endlich leben zu können. Jetzt kann ich auch klar denken, was ich vorher trotz Anstrengung selten geschafft habe. Und seit der Aufstellung ist auch meine Todessehnsucht verschwunden.

*Brigitta Sägässer,  
Mutter und Hausfrau*

«Man sieht nur mit dem Herzen gut. Das Wesentliche ist für die Augen unsichtbar,» heißt es in Saint-Exupéry's berühmtem Buch «Der Kleine Prinz». Ilham Hanae Trojahn – Schamanin, Priesterin, weise Frau – hat die Gabe, mit dem Herzen zu sehen. Wer ihr

begegnet, erkennt eine Botin des Himmels, die an unsere tiefste menschliche Wahrheit erinnert: die Liebe. Dank ihrer begnadeten Fähigkeiten erreicht Ilham Hanae die Seelen der Lebenden wie der Toten. Ihr Zugang zur Ahnenwelt bildet eine Brücke zwischen den Welten. Sie spürt, wer aus dem Familiensystem ausgestossen ist, und stellt Verbindungen her, die eine komplette Versöhnungsleistung überhaupt erst möglich machen. Ich habe vor einigen Jahren schon einmal meine Familie aufgestellt und bin auch damals zu einer wichtigen Einsicht gelangt. Ilham Hanae bringt jedoch eine ganz andere Dimension und tiefe emotionale Qualität in diese Arbeit ein. Ilham und ihr Partner Wolfgang Michael Harlacher ergänzen ihre spirituellen und psychologisch-pragmatischen Fähigkeiten auf wunderbare Weise und leiten die TeilnehmerInnen mit Liebe und Achtsamkeit an, emotional schwierige Situationen in den Blick zu nehmen, Verstrickungen zu lösen und so die Ordnung der Liebe in ihren Familien herzustellen. Die Ruhe und besinnliche Atmosphäre im Kloster Viktorsberg

bildete das ideale Setting, um sich auf eine spirituelle Begegnung mit der Ursprungs- und Gegenwartsfamilie einzulassen. Die heilende Wirkung ist nachhaltig.

*Dr. Verena Laschinger,  
Literaturwissenschaftlerin*

Das Familienstellen hat mir eine ganz neue Sicht auf mich und meine Familie ermöglicht. Während mein Fokus bisher auf „ich und meine Familie“ lag, eröffnete mir der Perspektivenwechsel hin zu „meine Familie und ich“ überraschende Einsichten und ein ganz neues Gefühl von Familie. Von anfangs fremden, bald aber sehr vertrauten Menschen in der Gruppe als StellvertreterInnen gespiegelt zu bekommen, wie ich für mich selbst und in der Familie „stehe“, war eine einmalige und wertvolle Erfahrung. Ich war gleichermaßen überrascht und überwältigt von den intensiven Gefühlen, die ich bei meiner eigenen Arbeit als Stellvertreter empfand. Da schliesse ich mich der Aussage meiner Tochter an: „Gell, das machen wir bald wieder einmal!“. Das Familien-

stellen zusammen mit meiner Frau und unserer jüngsten Tochter (13 Jahre alt) zu absolvieren war die absolut richtige Entscheidung. Wir begleiteten uns gegenseitig, lachten zusammen und gaben uns in schwierigen Momenten Halt.

Ich sehe das Familienstellen als ideale Ergänzung oder auch Abrundung zum Hoffman Quadrinity Prozess, wo das Hauptaugenmerk auf mir und meinen Eltern lag. So ist mein Familiensystem mit Geschwistern und Ahnen jetzt rund und ganz, und ich bin ganz durchdrungen vom Gefühl für meinen eigenen und angestammten Platz darin. Und ich habe seit dieser Arbeit ein gefühltes und geordnetes Gesamtbild von meinem Familiensystem - von meinen Ahnen über meine Grosseltern bis hin zu meinen Kindern und Enkeln.

Die liebevolle und kompetente Begleitung von Wolfgang Michael Harlacher – mit seiner tiefgründigen Kenntnis der Aufstellungsarbeit, seiner einfühlsamen Art, die Würdigung

zu formulieren und zu unterstützen –, gepaart mit den aussergewöhnlichen Fähigkeiten seiner Frau Ilham Hanae Trojahn, die Seelen der Toten zu spüren und zu verstehen, hat mich tief beeindruckt. Diese wundervolle Arbeit hat entscheidend dazu beigetragen, dass ich mich heute in meiner Familie noch wohler fühle, mich sicherer in diesem Feld bewege und freudigen Anteil an den Erlebnissen aller Familienmitglieder haben darf.

*Rainer Nobs, Schulleiter*

Diese fünf Tage Gruppenarbeit in systemischer Psychotherapie nach Bert Hellinger waren eine faszinierende Reise über vier Generationen zu den Wurzeln des eigenen Lebens. Es war eine tiefe Erfahrung der richtigen Ordnung im persönlichen und im universellen Sein. Es ging um die Kraft der Intuition, um das Vertrauen in diese weise innere Führung, um das Verständnis eines allgemein gültigen Gesetzes im Leben eines jeden Menschen. Jeder Mensch hat seinen Platz im grossen Familiensystem, einen Platz, an dem er geehrt und dankbar geachtet

werden muss. Wird ihm diese Ehre und dieser Dank verweigert, tritt Leid in das Leben seiner Nachkommen. In diesen Tagen durften wir alle eindrücklich erleben, wie die späte Ehre für diese Ahnen Leidensdruck und Leiden in unserem Leben mildern kann. Das alltägliche Leben nach dieser Arbeit geht weiter. Und doch werden ganz langsam, sanft und leise Änderungen in mir und um mich spürbar. Ich habe gelernt, der Intuition ganz zu vertrauen, und kann sie als führende Kraft in meinen Alltag einbauen. Ich erfahre mich eingebettet in den Lauf der Zeit, wo ich meinen Platz akzeptieren und das Beste dafür tun kann. Die Erfahrungen dieser Tage haben mir die Sinne geschärft für den richtigen Weg, Leidensdruck genommen und mir einen kleinen Einblick gegeben in die Ordnung der Schöpfung. Und das war zutiefst eine Gotteserfahrung.

*José Inauen,  
Dr. med., FMH*

Die systemische Arbeit beim Hoffman Institut Schweiz gehört zu den eindrucksvollsten Erlebnissen meines

Lebens. Dies lässt sich auf der sachlichen Ebene wie folgt begründen: Die Therapeuten gehören nach meiner Erfahrung zu den wenigen Systemtherapeuten im deutschsprachigen Raum, die in ihrer Arbeit eine klare und konsequente Trennung zwischen der systemischen Ebene (Verstrickung im Familiensystem) und der traumatischen Ebene (Prägungen der Kindheit) einhalten und nicht versuchen, den Klienten mit dem systemischen Therapieansatz ein «Allheilmittel» anzudienen, mit dem jegliches psychisches «Wehwehchen» geheilt werden könne. Auf der emotionalen Ebene gehört dieses «Seminar» – neben dem Quadrinity Prozess und der Vision Quest – für mich zu der Grundlagenarbeit, die nahezu jedem Menschen – insbesondere auch präventiv – zu empfehlen ist. Die Therapeuten arbeiten einfühlsam und genau, mit einem hohen Mass an Verantwortung und Respekt gegenüber den Klienten und ohne jegliches «Helfersyndrom». Dies in Verbindung mit der einzigartigen, einfachen und schlichten therapeutischen Struktur der Arbeit hat mich

tief berührt, mir einen völlig neuen Zugang zu meinen Vorfahren und meinen Wurzeln gebracht und gleichzeitig meinen Blick für das SEIN im Jetzt geöffnet und geklärt. Die Kraftquelle, im eigenen «geordneten» Familiensystem zu stehen, ist aus meinem Leben – und dem meiner Familie – nicht mehr wegzudenken.

*Dipl.-Kfm. Steffen Neiß  
Geschäftsführer*



**Wolfgang Michael Harlacher**  
**Ilham Hanae Trojahn**



W. M. Harlacher (Jahrgang 1952) ist Diplom-Psychologe und Leiter des Hoffman Institutes Schweiz. Er war nach dem Abschluss seines Psychologiestudiums an der Universität Freiburg im Breisgau und nach dem Erwerb von zusätzlichen praktischen Erfahrungen in Gesprächs- und Verhaltenstherapie acht Jahre als Journalist für Grenzgebiete der Psychologie tätig. Die schreibende Tätigkeit gab er zugunsten der Ausbildung als Therapeut im Hoffman Quadrinity Prozess auf. Kenntnisse in systemischer Psychotherapie erwarb er sich vor allem in Systemgruppen mit dem deutschen Schüler von Bert Hellinger und Psychotherapeuten Dr. Norbert José Mayer und seiner Frau Nora Hencke-Mayer sowie in teilnehmender Beobachtung in ver-

schiedenen öffentlichen Seminaren Bert Hellingers. Wolfgang Michael Harlacher bringt in die Arbeit mit Aufstellungen von Familien oder Firmen sowohl das Wissen um die «Ordnungen der Liebe» – wie Hellinger sie auch nennt – und die Gesetzmässigkeiten von Systemen ein wie auch seinen psychologischen Hintergrund aus dem Hoffman Quadrinity Prozess und schamanistische Elemente aus seiner Zeit mit dem peruanischen Schamanen Don Eduardo Calderon de Palomino. W.M. Harlacher gestaltet die Gruppen zusammen mit seiner Frau Ilham Hanae Trojahn.

I. H. Trojahn (Jahrgang 1974) hat die Aufstellungsarbeit unter seiner Supervision im Schweizer Hoffman Institut gelernt. Sie ist Mutter von zwei Kindern und war vormals im Verlagsmanagement tätig. Sie arbeitet beim Institut in den Integrationswochenenden zum Hoffman Quadrinity Prozess mit und aufgrund ihrer besonderen Fähigkeiten als Supervisorin für das Team des Hoffman Prozesses in der Schweiz. Schon als Kleinkind wurde sie von ihrem Grossvater zur Nachfolgerin in der

schamanischen Heilungsarbeit der Familie El Mejdoubi als «Shrifa» (weise Frau mit innerem Sehen und Wissen, die heilt) für ihren aus dem Atlasgebirge kommenden Stamm auserkoren. Mit Hilfe von Studienaufenthalten in ihrer marokkanischen Heimat hat sie mit Schülern ihres Grossvaters und unter Anleitung ihrer ebenfalls eingeweihten Mutter Rabia El Mejdoubi ihre Kenntnisse in dieser Form von Seelenarbeit vertieft und erweitert und bietet diese auch als sogenannte «Seelenreisen» an. Sie verfügt über Fähigkeiten des inneren Sehens, die weit über die Möglichkeiten psychologischer Wahrnehmungen hinausgehen. Mit Hilfe dieser Fähigkeiten nimmt sie vor jeder Ursprungsaufstellung Kontakt mit den Seelen der verstorbenen Ahnen auf, die für die Aufstellung von Bedeutung sind. So tritt sie in Verbindung mit Schicksalen, die mit anderen Mitteln kaum aufzuspüren sind, aber scherviegender Einfluss auf das Leben der Aufstellenden haben. Das so gewonnene Wissen ist für die Aufstellenden von unschätzbarem Wert im Familienstellen selbst und auch für die Umsetzung der Arbeit im Alltag.

# HOFFMAN SCHWEIZ INSTITUT

Telefon  
Telefax  
E-Mail  
Internet

*Hoffman Quadrinity Prozess  
Familienstellen  
Pränatale Psychologie  
Kriseninterventionen*

+41 43 477 99 27  
+41 43 477 99 26  
[info@hoffman-institut.ch](mailto:info@hoffman-institut.ch)  
[www.hoffman-institut.ch](http://www.hoffman-institut.ch)

