

Gunthard Weber (Hrsg.)

# **Zweierlei Glück**

Das klassische Familienstellen  
Bert Hellingers

Achtzehnte Auflage, 2017

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:  
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation  
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische  
Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Umschlaggestaltung: Uwe Göbel  
Satz: Drißner-Design u. DTP, Meßstetten  
Printed in Germany  
Druck und Bindung: CPI books GmbH, Leck



Achtzehnte Auflage, 2017  
ISBN 978-3-8497-0206-9  
© 1993, 2017 Carl-Auer-Systeme Verlag  
und Verlagsbuchhandlung GmbH, Heidelberg  
Alle Rechte vorbehalten

Informationen zu unserem gesamten Programm, unseren Autoren  
und zum Verlag finden Sie unter: [www.carl-auer.de](http://www.carl-auer.de).

Wenn Sie Interesse an unseren monatlichen Nachrichten aus der Vangerowstraße haben,  
können Sie unter <http://www.carl-auer.de/newsletter> den Newsletter abonnieren.

Carl-Auer Verlag GmbH  
Vangerowstraße 14  
69115 Heidelberg  
Tel. +49 6221 6438-0  
Fax +49 6221 6438-22  
[info@carl-auer.de](mailto:info@carl-auer.de)

# Inhalt

<b>Einleitung des Herausgebers</b> .....	<b>10</b>
<b>Zur 15. Auflage</b> .....	<b>14</b>
<b>Danksagung</b> .....	<b>16</b>
<b>I. Bedingungen für das Gelingen von Beziehungen</b> .....	<b>17</b>
<b>1. Die Bindung</b> .....	<b>17</b>
<b>2. Der Ausgleich von Geben und Nehmen</b> .....	<b>18</b>
2.1 Das Glück richtet sich nach der Menge von Geben und Nehmen .....	19
2.2 Wenn ein Gefälle von Nehmen und Geben besteht .....	19
2.3 Wenn ein Ausgleich nicht möglich ist .....	20
2.4 Der Ausgleich im Negativen .....	23
2.5 Das schlimme und das gute Verzeihen .....	25
2.6 Vorbeugendes Leiden bei Trennungen .....	27
2.7 Verzicht auf Glück als Versuch des Ausgleichs .....	28
2.8 Die Zustimmung zum Schicksal .....	31
2.9 Zum Ausgleich ein Kind als Ablöse .....	34
<b>3. Die Ordnung</b> .....	<b>34</b>
<b>II. Das Gewissen als Gleichgewichtssinn in Beziehungen</b> ..	<b>36</b>
<b>1. Das Gewissen wacht über die Bedingungen für Beziehungen</b> .	<b>36</b>
1.1 Gewissen und Bindung .....	37
1.2 Gewissen und Ausgleich .....	39
1.3 Gewissen und Ordnung .....	40
<b>2. Das Zusammenspiel der Bedürfnisse nach Bindung, Ausgleich, Ordnung</b> .....	<b>41</b>
<b>3. Jedes System hat sein eigenes Gewissen</b> .....	<b>42</b>
<b>4. Das Ausgrenzen durch das Gewissen und seine Überwindung</b> .	<b>43</b>
<b>5. Die Grenzen der Freiheit</b> .....	<b>45</b>

<b>III. Die Beziehungen zwischen Eltern und Kindern</b> . . . . .	<b>49</b>
1. <b>Die Eltern geben den Kindern das Leben</b> . . . . .	<b>49</b>
2. <b>Das Ehren der Geber und der Gaben</b> . . . . .	<b>50</b>
3. <b>Die Rangfolge in der Familie</b> . . . . .	<b>50</b>
4. <b>Störungen der Ordnung zwischen Eltern und Kindern</b> . . . . .	<b>50</b>
4.1 Die Umkehrung der Ordnung von Nehmen und Geben . . .	50
4.2 Das Ablehnen eines Elternteils . . . . .	52
4.3 Wenn ein Kind ins Vertrauen gezogen wird . . . . .	55
5. <b>Das Nehmen von Vater und Mutter</b> . . . . .	<b>58</b>
6. <b>Der Umgang mit den Verdiensten und den Verlusten der Eltern</b> . . . . .	<b>60</b>
7. <b>Zu einigen Stationen des gemeinsamen Weges</b> . . . . .	<b>61</b>
7.1 (Nicht-)Werden wie die Eltern . . . . .	61
7.2 Du darfst so werden wie dein Vater/deine Mutter . . . . .	62
7.3 Regeln für die richtige Erziehung . . . . .	63
7.4 Die Lösung von den Eltern und das Eigene . . . . .	64
7.5 Die Suche nach Selbstverwirklichung und Erleuchtung . . .	65
7.6 Sorgen für die alten Eltern . . . . .	65
8. <b>Spezielle Themen und Bereiche der Eltern-Kind-Beziehung</b> ..	<b>66</b>
8.1 Das Verschweigen der Herkunft der Kinder . . . . .	66
8.2 Der Uneheliche, der seine Brüder nicht kannte . . . . .	67
8.3 Zu wem kommen die Kinder nach der Scheidung? . . . . .	68
8.4 Die ehrenvolle und die gefährliche Adoption . . . . .	69
8.5 Eine mutige Hilfe für sexuell missbrauchte Kinder . . . . .	84
9. <b>Eltern und Kinder als Schicksalsgemeinschaft</b> . . . . .	<b>94</b>
<b>IV. Über das Gelingen und Misslingen von Paarbeziehungen</b> ..	<b>96</b>
1. <b>Wie wir Männer und Frauen werden</b> . . . . .	<b>96</b>
1.1 Anima und Animus . . . . .	100
1.2 Von wegen kleiner Unterschied . . . . .	102
2. <b>Das Fundament der Partnerschaft von Mann und Frau</b> . . . . .	<b>102</b>
2.1 Der Verzicht auf das andere Geschlecht in sich . . . . .	103
2.2 Die Ebenbürtigkeit als Voraussetzung einer dauerhaften Paarbeziehung . . . . .	103

2.3 Die Frau folgt dem Mann, und der Mann muss dem Weiblichen dienen . . . . .	105
2.4 Das Verhältnis von Liebe und Ordnung . . . . .	106
2.5 Wann ist die Partnerschaft auf Sand gebaut? . . . . .	107
2.6 Die Verliebtheit ist blind, die Liebe ist wach . . . . .	107
2.7 Wenn zwei Familientraditionen aufeinandertreffen . . . . .	108
<b>3. Die Bindung an den Partner . . . . .</b>	<b>110</b>
3.1 Die Bedeutung des Vollzugs der Liebe . . . . .	110
mit dem ganz Fleischlichen und Triebhaften . . . . .	110
3.2 Das Begehren und das Gewähren . . . . .	114
3.3 Der Verlust an Männlichem und Weiblichem . . . . .	116
in einer langdauernden Partnerschaft . . . . .	116
3.4 Die Erneuerung des Männlichen und des Weiblichen . . . . .	118
3.5 Mit der Anzahl der Partnerschaften nimmt die Bindung ab, das Glück nicht . . . . .	118
3.6 Dreiecksbeziehungen . . . . .	123
3.7 Eifersucht . . . . .	123
3.8 Die Grenzen der Freiheit . . . . .	124
<b>4. Die Hinordnung der Paarbeziehung auf Kinder . . . . .</b>	<b>124</b>
4.1 Die Liebe zum Kind geht über die Liebe zum Partner . . . . .	125
4.2 Der Verzicht auf Kinder . . . . .	126
4.3 Künstliche Befruchtung . . . . .	127
4.4 Die Bedeutung von Abtreibungen und was dann fällig ist . . . . .	128
<b>5. Trennungen . . . . .</b>	<b>136</b>
5.1 Wenn zwei nicht auseinandergehen können . . . . .	136
5.2 Leichtfertige Trennung und ihre Folgen . . . . .	137
<b>V. Systemische Verstrickungen und ihre Lösungen . . . . .</b>	<b>138</b>
<b>1. Die Sippschaft . . . . .</b>	<b>138</b>
<b>2. Bedingungen für das Gedeihen der Sippschaft . . . . .</b>	<b>138</b>
2.1 Das Recht auf Zugehörigkeit . . . . .	139
2.2 Das Gesetz der vollen Zahl . . . . .	139
2.3 Das Gesetz des Vorrangs der Früheren . . . . .	140
2.4 Die Anerkennung der Vergänglichkeit . . . . .	141
<b>3. Die Rangordnung der Familiensysteme . . . . .</b>	<b>142</b>

<b>4. Das Sippengewissen</b> . . . . .	<b>142</b>
<b>5. Versuche, einer ausgeklammerten Person zu ihrem Recht zu verhelfen</b> . . . . .	<b>144</b>
5.1 Das Wiederbeleben eines fremden Schicksals . . . . .	144
5.2 Die doppelte Verschiebung . . . . .	146
<b>6. Lösung aus Verstrickungen</b> . . . . .	<b>149</b>
6.1 Finden, wer fehlt . . . . .	149
6.2 Woran erkennt man Verstrickungen? . . . . .	153
6.3 Den schlimmen durch den guten Ausgleich ersetzen . . . . .	155
6.4 Gott geweiht zur Sühne . . . . .	159
<b>VI. Zur Praxis der systembezogenen Psychotherapie</b> . . . . .	<b>173</b>
<b>1. Die therapeutische Haltung</b> . . . . .	<b>173</b>
1.1 Die ressourcenorientierte Wahrnehmung . . . . .	173
1.2 Die Zurückhaltung . . . . .	175
1.3 Die Kraft liegt beim Minimum . . . . .	179
1.4 Auf die Lösung schauen . . . . .	182
<b>2. Therapeutische Orientierungen</b> . . . . .	<b>188</b>
2.1 Die Deutung ist vom Mantel nur der Zipfel . . . . .	188
2.2 Die Neugier zerstört die Wirkung . . . . .	192
2.3 Der richtige Zeitpunkt . . . . .	193
2.4 Weg vom Drama! . . . . .	193
2.5 Jeder ist gut . . . . .	194
2.6 Verantwortung fällt zu . . . . .	196
2.7 Das Leichte und das Schwere . . . . .	198
2.8 Der Geist weht . . . . .	199
2.9 Varianten des Glückes . . . . .	200
2.10 Wahnhafte Verknüpfungen . . . . .	201
2.11 Die Gültigkeit therapeutischer Aussagen . . . . .	202
<b>3. Spezifische Vorgehensweisen</b> . . . . .	<b>204</b>
3.1 Runden . . . . .	204
3.2 Die unterbrochene Hinbewegung ans Ziel bringen . . . . .	213
3.3 Das Aufstellen von Familienkonstellationen . . . . .	230
3.4 Zusammenfassung: Beachtenswertes bei Familienaufstellungen . . . . .	247

<b>4. Spezielle Therapiebereiche</b> .....	<b>249</b>
4.1 Der therapeutische Umgang mit Gefühlen .....	249
4.2 Der therapeutische Umgang mit Träumen .....	264
4.3 Der therapeutische Umgang mit »Widerständen« .....	273
4.4 Wenn Einsicht nicht hilft, hilft Leiden: Der therapeutische Umgang mit Symptomen .....	282
4.5 Leiden ist leichter als Handeln: Therapeutische Vignetten. .	306
<b>VII. Die Hinbewegung zum Ganzen</b> .....	<b>311</b>
<b>Der Schöpfungs- und der Offenbarungsglaube</b> .....	<b>312</b>
<b>Der berufliche Weg Bert Hellingers</b> .....	<b>314</b>
<b>Über den Herausgeber</b> .....	<b>317</b>

## Einleitung des Herausgebers

In dem Gedicht »Legende von der Entstehung des Buches Taoteking auf dem Weg des Laotse in die Emigration« – ich habe erst später erfahren, dass dieses ein wichtiges Buch für Bert Hellinger ist – beschreibt Bert Brecht, wie ein Zöllner Laotse seine Weisheit entreißt, bevor dieser sich in die Berge zurückzog:

Doch am vierten Tag im Felsgesteine  
Hat ein Zöllner ihm den Weg verwehrt:  
»Kostbarkeiten zu verzollen?« – »Keine«  
Und der Knabe, der den Ochsen führte, sprach:  
»Er hat gelehrt.«  
Und so war das auch erklärt.

Doch der Mann in einer heitren Regung  
Fragte noch: »Hat er was rausgekriegt?«  
Sprach der Knabe: »Dass das weiche Wasser in Bewegung  
Mit der Zeit den mächtigen Stein besiegt.  
Du verstehst, das Harte unterliegt.«

Schon viele Jahre bedauerte ich, dass es über Bert Hellingers Arbeit so gut wie nichts Nachlesbares gab, und ich wusste, dass es vielen anderen genauso ging. Verstehen konnte ich sein Zögern, etwas niederzuschreiben, an dem sich andere wie an Offenbarungen festhalten oder sich an ihrem Missverstehen laben könnten. »Der Geist weht«, sagt er. Schriftlich Geronnenes verliert allzu leicht den Bezug zum Lebendigen, wird verdinglicht, vereinfacht, unreflektiert verallgemeinert und so zu Schablonen und Leersätzen.

Meine Zweifel, ob das, was Bert Hellinger in den vielen Jahren, in denen er mit Gruppen arbeitete, entwickelte, in seinem Gehalt auch schriftlich mitteilbar ist, verringerten sich in dem Maße, in dem ich in meiner eigenen therapeutischen Arbeit feststellte, wie nützlich und bereichernd sich seine Ideen für mich und meine Klienten erwiesen.

Seine Absicht, sich mit 65 Jahren mehr aus seinem Berufsleben zurückzuziehen, verstärkte mein ganz persönliches Interesse, ihm noch einmal genau zusehen zu können, und bestärkte mich zu der



vorliegenden Dienstleistung. Nun fragte ich ihn also 1990, ob er mir erlaube, ein »Zöllner« zu sein, und er stimmte zu.

Mein erster Plan war es, eines seiner mehrtägigen Lehrseminare mit Tonband und Video aufzuzeichnen und ein Transkript des Verlaufs herauszugeben. Nachdem ich aber ein zweites Seminar aufgenommen hatte, er mir sein Vortragsmanuskript »Ordnungen der Liebe« freundlicherweise zur Verfügung gestellt hatte und ich noch mehrere andere Quellen anzapfen konnte, ließ sich dieser Plan nicht mehr verwirklichen. Der vorliegende Band ist jetzt das Ergebnis des Versuchs, seine Ideen über Familienbeziehungen und über seine systembezogene Psychotherapie zusammenzufassen und einige Eindrücke von und Einblicke in sein konkretes therapeutisches Vorgehen zu geben.

Seine Ausführungen und seine Arbeit zu unterschiedlichsten Themenkreisen habe ich in sieben Kapiteln collagenhaft zusammengefügt. Dabei war mein Bestreben, Bert Hellinger selbst sozusagen im Originalton »sprechen« zu lassen, also so weit wie möglich die wörtliche Rede aus den Seminaren zu erhalten. Das habe ich auch deshalb getan, um die Leser immer wieder darauf aufmerksam zu machen, dass sie kein Lehrbuch lesen, sondern von mir ausgewählte Ausschnitte und Zusammenfassungen aus wenigen Seminaren. Ich habe mich jeder persönlichen Kommentierung auch dann enthalten, wenn sich seine Beschreibungen von meinen unterschieden. So kann sich jeder auf seine Weise mit dem Text auseinandersetzen. Alle Veränderungen, die ich vornahm, dienten ausschließlich der Verdichtung und der besseren Lesbarkeit des Textes.

Was hat mich nun bewogen, gerade die systemische Psychotherapie Bert Hellingers zu beschreiben? In den 70er Jahren nahm ich an vielen unterschiedlichen Workshops und Seminaren unterschiedlichster psychotherapeutischer Schulrichtungen und mit sehr unterschiedlichen Leitern und Leiterinnen teil. Die drei Seminare bei Bert Hellinger sind mir jedoch in unauslöschlicher Erinnerung geblieben. In jedem der Seminare erfuhr ich etwas, was mich noch Jahre später bewegte, was weiterwirkte und etwas in mir ins Lot brachte oder an den richtigen Platz rückte. Mich beeindruckte sein genaues Hinschauen – ich empfand ihn als Schauenden –, und ich kenne keinen Therapeuten, der so schnell und präzise problemerkennhaltende Muster erkennt, effektiv unterbricht und zur rechten Zeit humor-, respekt- und liebevoll wichtige Veränderungen bewirkt und

Erfahrungen in seelischen Bereichen ermöglicht, die sonst selten in der Psychotherapie angesprochen werden.

Als Teilnehmer in seinen Gruppen hatte ich aber zu wenig Abstand, mich darauf zu konzentrieren, wie er das bewirkte: Wie er zum Beispiel in den Runden »Gutes im Vorübergehen« anstößt, wie seine Geschichten aufgebaut sind, auf welche Weise er das Aufstellen von Familienkonstellationen (s. S. 230 ff.) auf das Notwendigste vereinfacht und verdichtet und so zu einem hochwirksamen therapeutischen Verfahren werden lässt. Auch seine Ideen über die Dynamik und die Hintergründe von tragischen Verstrickungen waren mir anfangs fremd, und ich stieß mich lange an der Art seiner Formulierungen, statt mich auf den Gehalt zu konzentrieren.

Menschen, die an seinen Seminaren teilnehmen, werden vor allem durch eine klare, herausfordernde, zumutende und orientierungsgebende, zugleich absichtslos-achtsame Begegnung mit ihm angesprochen. Er lässt sich aus der Distanz ganz ein. So kommt es zu keinen Verwicklungen. Man wird aber auch deshalb so nachhaltig bewegt und erfasst, weil er bei jedem einzelne Grundthemen seines Menschseins in den Vordergrund rückt wie Zugehörigkeit, Bindungs liebe, das Gelingen und Scheitern von Beziehungen und Gegenseitigkeit, das Annehmen des Schicksals und der Vergänglichkeit und weil er mit sparsamsten Mitteln oft etwas sagt, was den Kern der Seele bewegt.

So sehr das, was er sagt, oft vergangenheitsbezogen erscheint, orientiert sich sein Gefühls- und Intuitionsradar immer in Richtung der befreienden Lösung, in Richtung dessen, was das noch nicht Wirklichte möglich macht.

Die Aufstellungen der Familienkonstellationen entfalten ihre elementare Wirkkraft, weil dort eine präverbale Bildersprache gesprochen wird und weil dort wie in einem Übergangsritus Vergangenes, Abschied und Neuorientierung in einem verdichteten Zeitrahmen vereint sind.

Wie ich schon angedeutet habe, sind die Inhalte des Buches aber auch geeignet, Anlass zu Missverständnissen und zu skeptischen oder empörten Distanzierungen zu geben. Leichtgläubige können zudem verleitet werden, sich das Gelesene unreflektiert als Wissen anzueignen. Bert Hellinger zitierte einmal: »Das Beste kann man nicht sagen, und das Zweitbeste wird missverstanden.« Die inhaltlichen Ausführungen Bert Hellingers sind von ihm oft so formuliert,

als seien sie zeitlos und absolut gültig und als hätten sie ehernen Wahrheitscharakter. Schaut man ihm länger zu, stellt man fest, dass seine Aussagen nahezu immer von seiner Lebensweisheit und seiner Intuition geleitete, kontextbezogene therapeutische Handlungen sind, die ganz auf die jeweilige Person und die jeweiligen Vorgänge bezogen sind. Verfestigt man sie pauschal zu allgemeingültigen Aussagen und Rezepten, hat man von der Frucht nur noch die Schale. Wie er nach den Aufstellungen von Familienkonstellationen rät, das Lösungsbild erst einmal auf sich wirken zu lassen und nicht gleich etwas damit zu machen, ist es auch hier sinnvoll, seine Ideen erst einmal auf sich wirken zu lassen.

Beim Lesen der Fallbeispiele im Text können die Leser nachvollziehen, wie Bert Hellinger sich regelmäßig entzieht, wenn jemand das von ihm Gesagte vorschnell verallgemeinern will. Er wehrt sich allgemein dagegen, wenn man seine Gedanken und Vorgehensweisen in eine theoretische Form gießen will. »Die Theorie stört die Praxis.« Ich selbst enthalte mich auch eines solchen Versuches. Er selbst sieht seinen Ansatz als einen phänomenologischen. Für ihn ergibt die Anschauung der Vorgänge, was zu tun ist. »Ich stelle mich einer Situation, die dunkel ist und von der ich nicht weiß, was ist. Die Frage ist: Wie komme ich an eine Wirklichkeit, die dunkel ist? Ich tauche in ein schwingendes Feld, mit dem ich verbunden bin und das über mich hinausreicht. Etwas tritt dann in den lichten Bereich und offenbart etwas von dem Seienden. Ich setze mich dem aus und warte, dass mir etwas zukommt. Ein Bild dafür ist: Ich tappe im Dunkeln, taste die Wände entlang, bis ich eine Tür finde. Kommt eine ›Lichtung‹, suche ich das, wovon ich erleuchtet werde, in einem vollen Wort zu sagen, einem gefüllten Wort. Wenn das eine Form gefunden hat, wird der, der es hört, auf einer Ebene jenseits des Denkens erfasst. Es wirkt etwas Gemeinsames und bewegt, ohne dass er weiß, wieso.«

Ich freue mich, wenn der Text Sie anregt, bewegt und vielleicht auch erfasst.

*Gunthard Weber  
Heidelberg, Dezember 1992*

Folgen oder eine Krankheit, ein Schicksal, eine Verpflichtung oder ein erlittenes Unrecht und auch nicht die Verdienste der Eltern. Denn der Frühere hat es nicht von einem Früheren als gute Gabe genommen, um es an Spätere weiterzugeben, sondern es gehört zu seinem persönlichen Schicksal und bleibt in seiner Verantwortung. Es gehört auch zu seiner Würde, und es hat, wenn er es nimmt und andere es ihm lassen, eine besondere Kraft und ein besonderes Gutes, und dieses Gute kann er ohne den Preis, den er dafür bezahlt hat, einem Späteren weitergeben. Wenn nun ein Späterer für einen Früheren – und sei es aus Liebe – ein Schlimmes übernimmt, dann mischt sich ein Nachgeordneter in das Persönlichste eines Vorgeordneten ein und nimmt ihm und dem Schlimmen seine Würde und Kraft, und von dem Guten bleibt ohne die Sache für beide nur noch der Preis. Nimmt ein Späterer ohne Leistung und ohne erlittenes Schicksal die Verdienste und den persönlichen Anspruch eines Früheren, dann wirkt sich das auch schlimm aus, denn dann nimmt er den Anspruch ohne den Preis.

Hier müssen sich die Kinder also abgrenzen, und das ist auch eine Art Achtung vor den Eltern.

Das Kind kann natürlich gewisse Vorteile durch die Verdienste der Eltern haben, die gehören aber in den Bereich dessen, was die Eltern den Kindern geben. Sie können mit dem, was sie von den Eltern bekommen, etwas Neues machen, und das sind dann ihre Verdienste.

Auch hat niemand einen Anspruch auf ein Erbe. Das Erbe ist ein Geschenk in der Verfügung der Eltern. Es wird wie ein unverdientes Geschenk genommen, wie die Eltern das wollen. Auch wenn ein Kind alles bekommen hat und seine Geschwister gar nichts, darf niemand die Eltern kritisieren. Weil das Erbe immer unverdient ist, darf man auch nicht klagen, wenn man weniger bekommt. Die Beschenkten müssen jedoch von sich aus den Geschwistern den ihnen gemäßen Teil geben. Dann ist Frieden im System.

## **7. Zu einigen Stationen des gemeinsamen Weges**

### **7.1 (Nicht-)Werden wie die Eltern**

Die Leben der Eltern wirken sehr stark als Vorbilder für die Kinder.

#### ***Ich bringe ein Beispiel:***

In Chicago kam eine Frau in eine Gruppe und teilte mit, dass sie sich jetzt scheiden lasse. Sie war bisher glücklich verheiratet und hatte drei

Kinder, ließ nicht mit sich reden, war unerreichbar und fest entschlossen, sich scheiden zu lassen. In der folgenden Gruppensitzung hatte ich den Einfall, sie nach ihrem Alter zu fragen. Sie war fünfunddreißig Jahre alt, und ich fragte sie: »Was war mit deiner Mutter, als sie fünfunddreißig Jahre alt war?« Da antwortete sie: »Da hat meine Mutter meinen Vater verloren.« Der Vater starb, als er versuchte, auf einem Flugzeugträger andere zu retten. Ich sagte: »Genau, ein anständiges Mädchen in eurer Familie verliert den Mann mit fünfunddreißig.«

Hier begegnet uns wieder das magische Denken des Kindes, das Liebe versteht als »Werden wie ...« oder »Leben wie ...«. Später wird das überdeckt, wirkt aber in der Seele nach. Die Eltern ihrerseits hoffen und wünschen, dass es ihren Kindern besser geht. Das, was die Eltern sich wünschen, steht also im Widerspruch zu dem, was sich die Kinder unter Liebe vorstellen. Selbst wenn die Eltern abgelehnt werden, besteht eine heimliche Verbundenheit. Man ahmt sie heimlich nach und lässt es sich ergehen, wie es den Eltern ergangen ist. Wenn ein Kind sagt: »Wie ihr will ich unter keinen Umständen werden«, folgt es ihnen heimlich und wird gerade durch die Ablehnung so wie die Eltern. Die Furcht, so wie die Eltern zu werden, führt dazu, dass das Kind die Eltern dauernd anschaut. Das, was ich nicht will, muss ich dauernd im Blick haben. Es ist dann kein Wunder, dass das Einfluss gewinnt.

Man kann das Kind aus dieser magischen Haltung erlösen, indem man es zu dem hinführt, was die Eltern sich für das Kind wünschen, und indem man ihm nahebringt, dass das der Liebe keinen Abbruch tut, sondern dass es dadurch vielleicht seine Liebe sogar noch mehr zeigen kann.

### **7.2 Du darfst so werden wie dein Vater/deine Mutter**

In einer Familie ist es so, dass der Mann aus seiner Familie Wertvorstellungen mitbringt in die Familie und die Frau Wertvorstellungen aus ihrer Familie. Und die sind unterschiedlich. Setzt sich nun zum Beispiel der Vater mit seinen Wertvorstellungen den Kindern gegenüber durch – das geschieht eher selten, meist setzt sich nach meiner Erfahrung die Mutter mit ihren Wertvorstellungen durch –, dann folgt das Kind vordergründig dem Vater und hintergründig folgt es der Mutter oder umgekehrt. Das Kind ist dem vordergründig gehorsam, der gewinnt, und heimlich dem, der verliert. Das ist sein Ausgleich.

Deshalb gibt es keinen Triumph, und es ist völlig sinnlos, den Sieg anzusteuern. Das Kind schlägt immer dem Elternteil nach, der zum Beispiel bei einer Trennung im Schicksal verloren hat.

Folgt ein Kind nicht, folgt es meist den Wertvorstellungen des anderen Partners. Dieses Nichtfolgen ist wieder nur eine andere Art des Gehorsams und der Loyalität. Teilt ein Elternteil einem Kind direkt oder indirekt mit »Werde nicht wie deine Mutter/dein Vater«, folgt das Kind dem anderen Elternteil.

### ***Dazu ein Beispiel:***

Eine Frau war mit einem Mann verheiratet, der als Alkoholiker galt, und hatte sich von ihm scheiden lassen. Sie hatten einen gemeinsamen Sohn, und der lebte bei der Mutter, und die Mutter hatte Angst, dass der Sohn wie der Vater würde. Da habe ich gesagt: »Der Sohn hat das Recht, seinem Vater zu folgen, und du musst dem Sohn sagen: ›Du darfst alles nehmen, was ich dir gebe, und du darfst alles nehmen, was dein Vater dir gibt, und du darfst so werden wie ich, und du darfst so werden wie dein Vater.« Da fragte die Frau: »Und wenn er Alkoholiker wird?« Ich antwortete: »Ganz genau, auch dann. Du sagst ihm: ›Ich stimme zu, wenn du wirst wie dein Vater.« Das ist der Test.

Die Wirkung einer solchen Erlaubnis und der Achtung vor dem Mann ist, dass der Junge seinen Vater nehmen kann, ohne dass er das, was das Leben seines Vaters schwer macht, auch nehmen muss. Wenn die Mutter sagt »Werde nur nicht wie dein Vater«, wird er wie er. Dann kann er sich nicht wehren.

### **7.3 Regeln für die richtige Erziehung**

Die Lösung bei Erziehungsproblemen ist, dass die Eltern sich auf ein Wertesystem einigen, in dem die unterschiedlichen Werte beider Herkunftsfamilien mit aufgehoben sind. Das ist dann ein übergeordnetes System, und jeder muss seines auf gewisse Weise aufgeben. Jeder wird dann seiner Ursprungsfamilie gegenüber schuldig, das macht es so schwer. Die Vorstellung, dass das eigene richtig und das andere falsch ist, hindert eher. Wenn die Eltern sich einigen, können sie den Kindern gemeinsam gegenüber treten. Dann fühlen sich die Kinder sicherer, und sie folgen dem gemeinsam gefundenen Wertesystem gerne.

**Dazu ein Beispiel:**

Ein Mann und eine Frau fragten einen Lehrer, was sie mit ihrer Tochter machen sollten, denn die Frau musste ihr jetzt öfter Grenzen setzen, und sie fühlte sich dabei vom Mann zu wenig unterstützt.

Als Erstes erklärte der Lehrer ihnen in drei Sätzen die Regeln für die richtige Erziehung:

1. In der Erziehung ihrer Kinder halten der Vater und die Mutter unterschiedlich das für richtig, was in ihrer eigenen Familie entweder wichtig war oder gefehlt hat.
2. Das Kind folgt und anerkennt als richtig, was seinen beiden Eltern entweder wichtig ist oder fehlt.
3. Wenn sich einer der Eltern gegen den anderen in der Erziehung durchsetzt, verbündet sich das Kind mit dem, der unterliegt.

Als Nächstes schlug der Lehrer ihnen vor, sie sollten sich erlauben wahrzunehmen, wo und wie ihr Kind sie liebt. Da blickten sie sich in die Augen, und ein Leuchten ging über beider Gesicht.

Als Letztes riet der Lehrer noch dem Vater, er möge seine Tochter manchmal spüren lassen, wie er sich darüber freut, wenn sie zu ihrer Mutter gut ist.

**7.4 Die Lösung von den Eltern und das Eigene**

Wenn ein Kind den Eltern gegenüber einklagt: Das, was ihr mir gegeben habt, war erstens zu wenig und zweitens das Falsche, und ihr schuldet mir noch eine Menge, dann kann es nicht von den Eltern nehmen und sich auch nicht von den Eltern trennen. Sein Anspruch würde ja sonst erlöschen, und das Nehmen würde seinen Anspruch entwerten. Dieser Anspruch bindet es an die Eltern, doch es bekommt nichts. So ist es innigst mit den Eltern verbunden, aber so, dass es die Eltern nicht hat und sie das Kind auch nicht haben.

Das Nehmen hat also die seltsame Wirkung, dass es trennt. Nehmen heißt: Ich nehme, was du mir geschenkt hast; es ist eine Menge und reicht, und den Rest mache ich selbst, und jetzt lasse ich euch in Frieden. Ich nehme also, was ich bekommen habe, und obwohl ich dann von den Eltern weggehe, habe ich meine Eltern, und meine Eltern haben mich.

Jeder hat aber auch noch etwas Eigenes, das nur ihm zugeteilt ist und das er nehmen und entwickeln muss, unabhängig von den

Eltern. Das ist dann aber nichts gegen die Eltern, sondern etwas, was das noch abrundet.

Es war mal einer hier, ein Arzt, etwa vierzig Jahre alt, lange verheiratet, und fragte: Was soll ich machen, meine Eltern mischen sich in alles ein. Und da sagte ich ihm: Ja, deine Eltern dürfen sich in alles einmischen, und du darfst machen, was dir recht erscheint.

### **7.5 Die Suche nach Selbstverwirklichung und Erleuchtung**

Ein Kind, das sich weigert, seine Eltern zu nehmen, fühlt sich unvollständig und ist mit sich selbst nicht im Reinen. Es sucht diesen Mangel auszugleichen, und oft ist dann die Suche nach Selbstverwirklichung und nach der Erleuchtung nur die Suche nach dem noch nicht genommenen Vater und der noch nicht genommenen Mutter. Auch eine sogenannte Midlife-Crisis ist oft vorbei, wenn es gelingt, das, was von dem bisher abgelehnten Elternteil kommt, zu nehmen.

### **7.6 Sorgen für die alten Eltern**

Kinder sind sehr entlastet, wenn Eltern zeigen, dass sie auch von ihnen etwas nehmen. Es hebt die grundsätzliche Wichtigkeit des Nehmens der Eltern nicht auf. Auch das Nehmen, das den Abschied ermöglicht, enthebt das Kind nicht von der Verpflichtung des Gebens, zum Beispiel dass es weitergibt.

Vor allen Dingen enthebt es das Kind nicht davon, dass es für seine Eltern sorgt, wenn sie in Not und alt sind. Das Letzte ist etwas ganz Wichtiges für den Abschied: Die Eltern können das Kind ziehen lassen, wenn das Kind ihnen versichert, dass es für die Eltern da ist, wenn sie es brauchen.

Viele fürchten, dass das einmal auf sie zukommt, wenn die Eltern alt sind. Das liegt daran, dass die Kinder sich vorstellen, sie müssten für die Eltern sorgen, wie die Eltern das fordern. Dann sind sie mit Recht auf diese Weise besorgt. Sie müssen den Eltern sagen: Wir werden für euch sorgen, wie es richtig ist. Das ist etwas völlig anderes. Wenn die Kinder sich entschlossen haben, das zu tun, fühlen sie sich gut und frei.

Die Dynamik, die dahinterliegt, ist folgende: Das Kind kann seine Eltern nicht wahrnehmen, wie sie sind. Sobald ein Kind seine Eltern sieht, fühlt es sich mit gewissen Ausnahmen als fünf- bis siebenjähriges Kind, ganz gleich, wie alt es ist. Umgekehrt sehen die Eltern ihre Kinder immer als fünf- bis siebenjährige Kinder und



fühlen entsprechend. Die einzige Ausnahme war eine Psychiaterin aus Hamburg, eine nette Frau, die sagte: »Ich und meine Tochter, wir sind auf der gleichen Ebene.« Beim Kaffeetrinken redete sie dauernd von »meiner Mücke«, bis sie einer gefragt hat, wer das denn sei. Da sagte sie: »Meine Tochter.« Das ist die einzige Ausnahme, die ich gefunden habe.

Das Kind, das mit der alten Mutter oder dem alten Vater konfrontiert ist, braucht also eine große Anstrengung, dass es sich zur Geltung bringt und nicht als Kind reagiert, sondern als Erwachsener, der das macht, was richtig ist. Dazu ist ein Bewusstseinswandel notwendig. Was richtig ist, lässt sich meistens auch tun.

### **Ein Beispiel:**

Vor kurzem war eine Frau hier, die war Steuerbevollmächtigte und hatte zwei große Büros in Hamburg und Frankfurt. Als sie hier war, sagte sie, sie müsse ihre Mutter anrufen. Ihre Mutter, die in Frankfurt im Krankenhaus liege, wolle unbedingt, dass sie für sie Sorge. Sie könne das aber nicht, sie sei doch so eingespannt in ihrem Geschäft. Da habe ich gesagt: »Das hat Vorrang, erst kommt die Mutter, und du sorgst für sie, und dann schaust du nach deinem Geschäft.« Sie wehrte sich, und ich sagte ihr: »Lass das doch einmal in dich sinken, das hat Priorität. Das weißt du auch ganz genau, dass das wichtig ist.« Sie lässt es sinken, und wie es so ist, ruft am nächsten Tag jemand aus Frankfurt an und sagt, eine sehr tüchtige Altenpflegerin in Frankfurt suche einen Job, sie sei zwar ein bisschen teuer, aber sehr tüchtig. An Geld fehlte es der Frau nicht. Das war die Lösung.

## **8. Spezielle Themen und Bereiche der Eltern-Kind-Beziehung**

### **8.1 Das Verschweigen der Herkunft der Kinder**

JOSEF Mich beschäftigt, dass Eltern verschweigen, wenn Kinder unehelich oder unterschoben sind. Ich verstehe den Grund nicht.

BERT HELLINGER Es besteht eine gesellschaftliche Tendenz, diese Vorkommnisse abzuwerten und eine Scheu, darüber zu reden. Wenn wir uns diese Vorgänge einfach nur anschauen, wie wir es hier tun, stellt sich heraus, dass es für alle Beteiligten so gut ist, wie es ist. Oft kommt bei den Sünden etwas Gutes heraus, und das ist für Moralisten schlimm. Solche Dinge kann man nicht vor jemandem äußern, der