



Sophie  
Hellinger

# Familienstellen & Wissenschaft



Hellinger®  
publications

# Inhalt

## I. **Die Hellinger® sciencia**

Original Hellinger® Familienstellen und Wissenschaft

Die Hellinger® sciencia

## II. **Die historische Entwicklung des Familienstellens nach Bert Hellinger**

Studie zur Wirksamkeit von Familienaufstellungen  
Jetziger Stand

Die wissenschaftliche Dimension des Original  
Hellinger® Familienstellens

Epigenetik – auch eine neue Wissenschaft

## III. **Das morphische Feld - Interview mit Rupert Sheldrake**

## IV. **Wir sind alle Mama-Kinder**

Gesetze des Original Hellinger® Familienstellens und  
der Wissenschaft

Der Beweis

Die unauflösliche Verschränkung

Mutter und Kind

Die mitochondriale DNA

Archäogenetische Forschung

Aufstellungen als Beweis

Aufstellung

Der Erstgeborene

Gedicht von Bert Hellinger: „Ordnung der Liebe“

Die Gruppe

Die Verschränkung der Familienmitglieder

Die Anwendung des Familienstellens

Veranschaulichung der untrennbaren Verbindung  
von Mutter und Kind

Aufstellung

Besser du als ich

Die Wahl der Stellvertreter ist nie zufällig

Lösungsvorschläge für die lebenden Kinder

Aufbruch in größere Dimensionen: Von der Einzel-  
zur Gruppenaufstellung

Anmerkung zur Aufstellung

„Ich für dich, liebe Mama“

Wenn die Hierarchie der Kinder in der Familie  
gestört ist, trifft es am stärksten die Geschwister

„Du für mich, Kind“

Konsequenzen einer Abtreibung für die lebenden  
Geschwister

Weitere Folgen für die Geschwister

Das Paradoxe

Die Verantwortung gehört zu der Person, die die Tat  
begangen hat

Die Rettung der überlebenden Geschwister

Der Weg zum Frieden

Die Schuld

Die unbewusste Schuld

Das Körpergedächtnis

Auswirkungen der Abtreibung auf die  
Paarbeziehung...

Das abgetriebene Kind in die Familie zurückholen  
Aufstellung mit dem Vater eines abgetriebenen  
Kindes  
Down-Syndrom

V. **Abschied von der Macht der Gene**

Aufstellung

VI. **Die Macht der Proteine**

VII. **Auf die Umwelt kommt es an**

Gene und ihre Tätigkeit  
Verstrickung  
Die Verschiebung von Gefühlen

VIII. **Ein anderer Blick auf Krankheit, Heilung und  
Gesundheit**

Epigenetik und Krankheit  
Die Wichtigkeit der Zugehörigkeit  
Krankheit und Körpersymptom

IX. **Placebo und Nocebo oder die Kraft des Glaubens**

Doppelblindstudien/Placebo  
Positiv oder negativ – der Glaube machts  
Die Hormone

X. **Die trügerische Medizingläubigkeit**

Medizin  
Die Entwicklung der Infektionskrankheiten  
Pest  
Hilfe vom Pentagon  
Lepra

Tuberkulose  
Syphilis  
Viren und Bakterien  
Multiresistente Bakterien  
Die drohende Gefahr  
Aufstellung

**XI. Raus aus der Opferrolle**

Mein Schöpfungsakt  
Aufstellung  
Der Schöpfer

**XII. Die Suche nach den Ursachen**

Aufstellung  
Die Plastizität

**XIII. Stress, unser größter Gesundheitsfeind?**

**XIV. Heilung muss auf mehreren Ebenen stattfinden:  
Die Macht der Meditation**

Cosmic Power<sup>®</sup>-Meditation – ein Instantverfahren

**XV. Jeder ist sein eigener Jungbrunnen**

Die Bedeutung der Dankbarkeit  
Aufstellung  
Positive Psychologie  
Glücklich sein  
Bert Hellingers Brief an seinen Vater  
Die Folgen des Festhaltens  
Die Folgen des Loslassens  
Hintergründe für den eigenen Jungbrunnen

Aufstellung

**XVI. Die Kraft der Visualisierung**

Die Kraft der Vorstellung

**XVII. Was jede Frau wissen muss**

Der positive Effekt der Schwangerschaft

Die andere Seite der Schwangerschaft

**XVIII. Das Hormon für Treue und Verbundenheit**

Die Paarbeziehung

Die Bindungsliebe

Gewissen und Bindung

Ein neues radikales Verständnis von Täter- und Opferschaft

**XIX. Die neue Weltsicht der Quantenphysik**

Der Umbruch in der Naturwissenschaft

**XX. Wir sind alle miteinander verbunden**

Die Superposition

Die Verschränkung

Die Verschränkung im System

Aufstellung

Das Ganze

Schule für das Leben

Der eigene Schöpfer

Aufstellung „Den wahren Vater finden“

Die neue Physik

Ein offenes Geheimnis

Das Original Hellinger® Familienstellen

**XXI. XXI. Vortrag und Demonstration zur  
Quantenphysik von Sophie Hellinger und Angélica  
Malpica, Universität Cudec in Mexiko, während  
des Kongresses „Die DNA des Familienstellens“  
2018 in Sao Paulo, Brasilien**

**XXII. Bibliographie**

- 1. Bücher von Sophie Hellinger**
- 2. Bücher von Bert Hellinger**

**XXIII. Adressen**

# **I. Die Hellinger® sciencia**

Die Hellinger® sciencia ist die Wissenschaft von allen unseren Beziehungen. Diese Wissenschaft schließt Raum, Zeit und Information mit ein. Dahinter wirkt eine universale Ordnung, die unabhängig von Kultur, Religion und Hautfarbe, Form, Raum und Zeit ist. Besser gesagt: In der angewandten Wissenschaft, die die Hellinger® sciencia darstellt, verbinden wir uns mit dem universalen Informationsfeld, das wir in dieser Arbeit als Quanteninformationsfeld bezeichnen und das auch in jeder kleinsten Zelle zum Träger des gesamten Wissens wird. In diesem Zusammenhang stellen wir eine Verbindung zu dem Wissensfeld her, das das gesamte Wissen des Seins umfasst. Zum Beispiel das von einer Person bis hin zur Großfamilie und Ahnen, von Unternehmen bis hin zur Erziehung. Also alles, was im Leben zum Tragen kommen kann und Beziehungen in einem System stört, dient oder schadet, wird ans Licht gebracht und beruhigt.

Kein Mensch kann allein aus sich heraus entstehen. Ihm liegt immer eine Beziehung zugrunde. Und in jeder Beziehung herrschen universale Ordnungen, die vorgegeben sind. Wenn man diese befolgt, können Beziehung und Liebe gelingen. Wenn man gegen sie verstößt, lautet die Antwort aus dem umfassenden Feld: Scheitern.

**Original Hellinger® Familienstellen und Wissenschaft**

Es ist unbestreitbar, dass wir bereits in einer neuen Qualität der Zeit leben und auf noch Unbekanntes zusteuern. Es ist ebenso unbestreitbar, dass die Menschheit sich permanent verändert. Alles wird schneller und noch schneller. Und das wird auch von jedem Einzelnen verlangt. Aus der Vergangenheit wissen wir, dass alle großen Erkenntnisse, Entdeckungen und Erfindungen die Menschheit und deren Verhalten für immer verändert haben. Dazu zählen beispielsweise die Kopernikanische Wende, der Buchdruck, die Erfindungen der Dampfmaschine, der Eisenbahn, des Automobils und des Flugzeugs. Wahrscheinlich sind sogar Computer und Internet die totale Vernetzung und die Auslöser für die größte Veränderung, die die Menschheit je erlebt hat.

Als wir in den 1960er Jahren alle gespannt die Serie „Star Trek“ im Fernsehen verfolgten und Commander Kirk so etwas Ähnliches wie eine Uhr am Handgelenk trug, in die er erst eine Zahlenkombination eingab, dann auch noch hineinsprach und sogar Antworten bekam, hielten wir das für Science Fiction. Doch diese Science-Fiction-Szene ist heute unser Alltag. Und wir können beobachten, wie Zehnjährige wesentlich geschickter mit diesen neuen technischen Geräten umgehen als Fünfzigjährige. Bereits Kinder haben keine Scheu, verschiedene Knöpfe an digitalen Geräten zu drücken und deren Wirkung auszuprobieren. Ein Fünfzigjähriger dagegen schon.

Die allgemeine Vernetzung ist Realität geworden und nicht mehr wegzudenken. Ebenso kann sich heutzutage jeder über ein bestimmtes Thema informieren, und es darin zur Meisterschaft bringen - wenn es ihm wirklich am Herzen liegt. Heute sind alle Informationen öffentlich zugänglich. Und wer will, kann auf seine Fragen auch Antworten finden. So kann heutzutage ein Schüler über ein Unterrichtsfach das Gleiche oder vielleicht sogar noch mehr als sein Lehrer

wissen. Die Unbegrenztheit wird in den nächsten Jahren noch mehr aufhorchen lassen. Einerseits ist es beängstigend, andererseits spiegelt es die universalen Prinzipien wieder, auf die wir beim Original Hellinger® Familienstellen zugreifen. Niemand kann einen Alleinanspruch auf ein bestimmtes Wissensgebiet erheben. Einmal im Feld entdeckt, darüber nachgedacht und besprochen, gehört es bereits allen. Jeder kommt und geht mit leeren Taschen. Doch eines bleibt: Die Informationen und das Ergebnis sind für immer im Quantenfeld gespeichert.

Genau auf dieses Feld greift die Hellinger® sciencia beim Original Hellinger® Familienstellen zu:

1. Wir engen die Aufstellung nicht durch Gedachtes, Vorstellungen und Vorgaben ein. Denn wir laden alle verborgenen Hintergrundgeschehen ein, ans Licht zu kommen, um so dem Klienten umfangreiche Hilfestellung zu geben.
2. Nur ein Minimum an Informationen ist in einer Aufstellung häufig mehr.
3. Ganz ohne eine Absicht zu bleiben, um ein ganz bestimmtes Ziel zu erreichen.
4. Die Stellvertreter müssen Persönliches und eigene Erfahrungen hinter sich lassen und sich wie Medien bewegen.
5. Die Notwendigkeit der genauen, wertfreien Beobachtung.
6. Die Stellvertreter müssen ihren ersten Wahrnehmungen und Bewegungen widerstehen. Sie dürfen sich erst dem zweiten Impuls hingeben.
7. Alle Sinne frei fließen lassen, und sich dem siebten Sinn öffnen.
8. Hören, ohne verstehen zu wollen.
9. Empfinden, ohne zu deuten.

10. Sehen, ohne zu schauen.
11. Frei von jeder Vorstellung zu sein, ein ganz bestimmtes Ergebnis erreichen zu wollen.

## **Die Hellinger<sup>®</sup> scientia**

Bei der Hellinger<sup>®</sup> scientia handelt es sich um eine ganz neue Wissenschaft, die sich von der üblichen Definition der Naturwissenschaften unterscheidet. Hier gilt nicht mehr das Primat der empirischen Überprüfbarkeit, sondern die Information wird als entscheidender Faktor mit einbezogen. Diese wissenschaftliche Sicht ist bereits virulent bei den neuen Erkenntnissen im Bereich der Quantenphysik angelegt. Auch hier geht es nicht mehr um Empirie, sondern um Information. Gesetzmäßigkeiten sind zwar erkennbar, aber nicht zur Gänze erklärbar, wissbar und beweisbar. So ist es auch bei der Hellinger<sup>®</sup> scientia: Ihr liegen die Lebensbasisgesetze, von Bert Hellinger auch Ordnungen der Liebe genannt, als für alle Menschen verbindlich zugrunde. Auch sie sind nicht erklärbar oder ableitbar. Ihre Ursache ist unbekannt, ihre Wirkung dagegen offensichtlich und überprüfbar.

Auf diesem Hintergrund wurde bewusst die Schreibweise von Hellinger<sup>®</sup> „scientia“ gewählt. Es handelt sich dabei um keinen orthographischen Fehler. Die Hellinger<sup>®</sup> scientia zeigt damit an, dass es sich um eine neue Art der Wissenschaft handelt, die sich von herkömmlichen Definitionen unterscheidet.

## **II. Die historische Entwicklung des Familienstellens nach Bert Hellinger**

Als vor rund 35 Jahren mein Mann Bert Hellinger erstmals mit seiner Familienaufstellung an die Öffentlichkeit trat, hatte niemand geglaubt, dass diese Methode die Psychotherapie revolutionieren und mit einem eigenen Arbeitsstil einen Siegeszug um die ganze Welt antreten würde. In West- und Osteuropa, in Asien und ganz Lateinamerika – darunter Mexiko, Kolumbien, Chile, Ecuador, Peru, Argentinien und Brasilien –, in den USA und in China – überall wird das Familienstellen praktiziert und in den unterschiedlichsten Berufssparten als Teil der Ausbildung mit einbezogen. Mit seiner Hilfe konnten Millionen Menschen zu einer neuen bewussten Sichtweise über sich selbst, ihren Partner, ihre Familien und ihren Beruf finden und dadurch zu einem glücklichen, erfolgreichen und gesunden Leben gelangen. Denn Wissen eröffnet völlig neue Handlungsweisen.

Bei der Entwicklung des Familienstellens durch meinen Mann Bert und bei der Weiterentwicklung durch uns beide lassen sich insgesamt vier Hauptphasen unterscheiden. In jeder Phase wurden grundlegende und völlig neue Erkenntnisse über das menschliche Verhalten in Verbindung mit anderen entdeckt.

**Die erste Phase:** Von Beginn der 1980er Jahre bis 2002 wurde die sogenannte klassische Familienaufstellung von Bert Hellinger praktiziert und demonstriert. Ihren Ablauf erklärt er später folgendermaßen:

„Damals stellte ich entweder die Herkunftsfamilie oder die Gegenwartsfamilie auf. Nachdem die Stellvertreter vom Klienten aufgestellt worden waren, wurden diese befragt, wie es ihnen ergehe. Danach wurden sie so lange umgestellt, bis sich am Ende alle gut fühlten. Oft wurden, wenn nötig, noch andere Stellvertreter in die Aufstellung mit hineingenommen. Wenn zum Beispiel alle Stellvertreter in dieselbe Richtung blickten, hieß das: Sie schauten auf jemanden, der in der Familie ausgeschlossen oder vergessen worden war. Wenn jemand für diese unbekannte Person aufgestellt wurde, atmeten die anderen aufgestellten Personen erleichtert auf. Ganz üble Täter wurden vor die Türe gestellt. Das überprüfte ich unzählige Male. Auf diese Weise wurde mir klar, dass es im System eine verborgene Unordnung gab, die mittels der Aufstellung ans Licht kam. Denn viele Probleme in einer Familie, auch Krankheiten, haben ihre Wurzeln im Ausschluss eines oder mehrerer Familienmitglieder - zum Beispiel, wenn ein Kind weggegeben oder verschwiegen worden war oder es Verbindungen zu anderen politischen Ereignissen, beispielsweise einem Kriegsgeschehen, gab.“

Während und am Ende einer Aufstellung wurden alle Stellvertreter danach befragt, wie es ihnen gehe. Dann wurde der Klient das gleiche gefragt. In der Regel war er vom Ergebnis sehr betroffen, weil es völlig anders war, als er es sich vorgestellt hatte. In diesen Aufstellungen ging es in erster Linie um die Herkunftsfamilie und Gegenwartsfamilie. Vorwiegend standen ein Paar und seine Kinder im Mittelpunkt, dann hingen die Probleme häufig mit ihrer Herkunftsfamilie zusammen. Der Fokus blieb auf diese beiden Familien begrenzt.

Damals nahm man noch an, dass man genügend Informationsmaterial benötige, um überhaupt eine Aufstellung durchführen zu können. Manche Aufsteller

gehen sogar heute noch so weit, dass sie einen Stammbaum vom Klienten anfertigen oder vor der Aufstellung anfertigen lassen. Wir haben genau das Gegenteil entdeckt: Je mehr ich als Aufsteller weiß, desto enger wird der Radius, in dem ich operiere. Es fühlt sich fast wie ein Auftrag an weiterzugehen, denn um das, was ich benenne, kreist die Energie und darüber hinaus öffnet sich das umfassende Informationsfeld nicht. Diese Art des Familienstellens erwies sich lange in der Therapie als bahnbrechend und sehr erfolgreich – bis ich entdeckte, dass alles ganz anders und viel weiter ist.

Berts Arbeit löste in der Therapieszene eine wahre Revolution aus. An seinen Seminaren nahmen bis zu 1000 Therapeuten teil. Seine Arbeit warf bisherige Denkmuster, Vorgehensweisen und Ansätze völlig über den Haufen. Für viele Therapeuten war die Arbeit Bert Hellingers fast wie ein Erdbeben. Sehr viele waren begeistert, schlossen sich ihm an und lernten bei ihm. Lange galt er in der Psychoszene als absoluter Geheimtipp. Scharenweise pilgerten Ärzte, Psychiater, Psychologen und Therapeuten zu ihm. Wer etwas auf sich hielt, kam immer wieder zu ihm, um von ihm zu lernen. Doch einige empörten sich – so ist es bei allem Neuen. Einige nehmen das Neue mit Begeisterung an – eben Bert Hellingers Aussagen nach einer Aufstellung und seine Vorgehensweise. Sein Credo lautete: „Ich mache nur eine Aufstellung für einen Klienten, danach kümmere ich mich nicht mehr um ihn. Denn er ist kein kleines Kind mehr.“ Die Kritiker waren besorgt, dass der Klient oft mit dem, was ans Licht gekommen war, nicht umgehen könnte. Er brauche daher weiterhin Unterstützung, Führung, Begleitung und Betreuung. Eben eine Therapie.

Bert Hellinger, selbst Psychoanalytiker, war da aufgrund seiner Erfahrung völlig anderer Ansicht: Wenn das Geheimnis oder die Wahrheit des Verborgenen am Licht ist,

ist die Person sofort durch ihre Verbindung und den richtigen Platz, auf dem sie jetzt steht, ganz in ihrer Kraft und fühlt sich frei und stark. Und wer handeln will, macht es auch. Jegliches Zurückgehen und weitere Befragen des Klienten zur Vergangenheit seiner Person degradiert ihn zum Kind. Um aus der Rolle des Opfers auszusteigen, verlangt es vom Klienten ein Erwachsenwerden, das heißt: Verantwortung für sich und seine Handlungen selbst zu übernehmen. Jeder entscheidet selbst, ob er weiterhin an der Vergangenheit festhält, oder ob er sich seinen Visionen hingibt. Bert Hellinger beobachtete und ging davon aus: Wer sich als Opfer präsentiert und handelt, will keine Veränderung. Viele Klienten bewiesen das auch ihren Therapeuten, indem sie sich immer wieder aufs Neue nach Jahren der Therapie einen neuen Therapeuten suchten, weil der vorherige „nicht der richtige“ war. Und so gibt es Menschen, die seit zehn bis 30 und mehr Jahren in Therapie sind - ohne dass jene wesentliche Veränderung eingetreten wäre, die sie sich vom Therapeuten erhofft hatten.

Die klassische Familienaufstellung hat vielen Menschen geholfen und wurde als eine Bereicherung für viele Therapeuten in der Psychotherapie erfahren. Doch sie blieb weitgehend auf diesen Bereich beschränkt. Bert sagte später:

„Nur fünf Prozent aller Aufstellungen sind dem Bereich der Psychotherapie zuzuordnen.“ In der heutigen Zeit mit ihren vielen selbstbewussten jungen Menschen reicht dieses überholte Vorgehen allerdings bei weitem nicht mehr aus. Und klassisch heißt nichts anderes als: Stehengeblieben. Für viele Therapeuten war es genug, was sie machten. Aber nicht für mich. Ich sagte mir: „Es muss noch mehr möglich sein.“ Ich forschte weiter.

**Die zweite Phase:** Von 2002 bis Anfang 2006 standen für Bert und mich die Bewegungen der Seele im Mittelpunkt der

Aufstellungen. Bert erklärte dazu: „Ich hatte entdeckt, dass die Bewegungen der Seele für die Stellvertreter viel tiefer dringen, wenn ich sie nur noch selten danach befragte, wie sie sich fühlen. Jeder, der diesen Aufstellungen beiwohnte und genau beobachtete, wurde tief berührt und bewegt. Das verstärkte sich umso mehr, je weniger ich nachfragte. So sah auch ich mich gezwungen, mich von einem großen unbekanntem Faktor führen zu lassen. Dabei war es wichtig, dass die Stellvertreter wenig über den Klienten wussten und sich alleine der inneren Bewegung überließen, die sie von innen und außen erfasste. Und dabei ist es ganz wichtig, dass sich das Publikum nicht aus zwei Gruppen zusammensetzt: Aus Personen, die eine Zusage für eine Aufstellung bekommen haben und deshalb mehr zahlen und anderen, die nur Zuschauer sein möchten und deshalb viel weniger Seminargebühr oder gar nichts bezahlen, weil der Aufstellungsleiter sonst zu wenig Teilnehmer hätte. Das hat sich als einer der schwerwiegendsten Fehler herausgestellt. Ich will hier nicht näher darauf eingehen, welche Nachteile dadurch in Kraft treten.

Diese neue Vorgehensweise bewies ganz offensichtlich, wie weit das Neue Familienstellen über das frühere mit seinen Herkunftsfamilien hinausging. Es gab kaum Fragen mehr nach Gefühlen, Erwartungen und Ängsten. Die Aufstellung wurde nicht auf ein Ziel hingeleitet, das vom Klienten vorgegeben war und in dessen Dienst sich der Aufstellungsleiter zu stellen hatte. Alles wurde den Bewegungen der Seele überlassen, wie sie die Stellvertreter erfassten - jenseits der Vorstellungen der Psychotherapie von Problem und Lösung, bei denen der Therapeut die Lösung schon im Voraus kennt. Das unweigerliche Erkennen komplexer Zusammenhänge wurde offen sichtlich. Wenn sich die Stellvertreter von einer anderen Kraft bewegt erlebten, kam auf einmal etwas ans Licht, was im Verborgenen in den Familien wirklich vor sich ging -

manchmal bereits seit Generationen. Die Stellvertreter erfuhren sich als Medien, von einer anderen Macht in Besitz genommen und bewegt. Auch der Aufstellungsleiter überließ sich diesen Bewegungen. Auch er ließ sich von ihnen erfassen, leiten und führen.“

Ich selbst brauchte nach einem Seminar Tage der Ruhe. Ich fühlte, wie sich in meinem Körper und Geist alles neu strukturierte.

**Die dritte Phase:** Das Geistige Familienstellen, das „Gehen mit dem Geist“, wurde circa ab Ende 2006 von mir praktiziert. Diese Weiterentwicklung ging einher mit vielen neuen Erkenntnissen über unsere Seele und unseren Geist, vor allem aber über neue Einsichten über die Grenzen unseres Gewissens. Es hat sich herausgestellt, dass diese alten und neuen Einsichten in allen unseren Beziehungen gelten, weit über uns persönlich und über unsere Familie hinaus.

Anders als bei der klassischen Familienaufstellung braucht der Aufstellungsleiter nur sehr wenige Informationen seitens des Klienten, aber profunde jahrzehntelange Erfahrung in den verschiedensten Ansätzen der Lebenshilfe und Betreuung – sei es als Psychologe, Psychiater, Coach oder Arzt. Der Leiter verbindet sich mit dem **großen geistigen Feld** und wählt dann selbst intuitiv Stellvertreter aus – nicht der Klient. Die Haltung des Aufstellers ist hierbei der wesentliche Faktor. Die Stellvertreter werden darauf hingewiesen, ihren Verstand kreisen zu lassen, ihn aber nicht zu verfolgen. Besser gesagt, sich und alles um sich herum zu vergessen – und abzuwarten, bis sie unwiderstehlich von einer Bewegung erfasst werden. Indem sie diesen **inneren Bewegungsimpulsen** folgen, beginnen sich die Stellvertreter **sehr langsam** zu bewegen und sollen

bei jeder weiteren Bewegung den Zustand überprüfen. Der Aufstellungsleiter greift kaum in das Geschehen ein.

Manchmal stellt er noch einen fehlenden Stellvertreter dazu, oder ein Stellvertreter wird ausgetauscht, weil er nicht genug gesammelt ist oder seine eigene Absicht oder sein eigenes Problem miteinbringt. Am Ende stellt der Aufstellungsleiter den/die Klienten/in selbst in die Aufstellung hinein. Solche Aufstellungen können „**offen**“ bleiben oder „**unvollendet**“ wirken. Doch der Impuls wirkt im Feld und in der Seele jahrelang weiter. Der Leiter entscheidet, wann die Aufstellung beendet ist.

## **Studie zur Wirksamkeit von Familienaufstellungen**

Der Psychologe Gert Höppner hat in seiner Doktorarbeit aus dem Jahr 2001 mit dem Titel „Heilt Demut, wo Schicksal wirkt? – Eine Studie zu Effekten der Familienaufstellungen nach Bert Hellinger“ die Wirkung von solchen Aufstellungen untersucht. Das Ergebnis hatte er für meinen Mann Bert übersichtlich zusammengefasst:

*„Die Ergebnisse aus einer 4-Monats-Katamnese waren auch in einer 10-Jahres-Katamnese stabil geblieben!*

*Noch vor der Erweiterung der Möglichkeit, das eigene Leben im Konkreten zu ändern, ist den Klienten die Änderung von Sichtweisen wichtig, d.h. Sinnfindung bzw. das Verstehen des eigenen Lebens.*

*Die Mehrheit der Klienten, die Familienaufstellungen gemacht haben, sagen, dass die Veränderungen bis in die Gegenwart anhalten. Das sagen auch diejenigen Klienten*

*mit Mehrheit, die eine letzte Familienaufstellung vor zehn Jahren gemacht haben.*

*Zu den spezifischen Effekten der Familienaufstellung gehört, dass 40 % der Klienten angeben, durch die Familienaufstellungen Verbesserungen am Arbeitsplatz erlebt zu haben.*

*Nur 55 % der Klienten bejahen bestimmte Grundannahmen der Methode, 24 % stehen diesen sogar ausgesprochen kritisch gegenüber. Dennoch erleben 75 % der Klienten den Aufstellungsprozess positiv, können zu 60 % durch die Anregungen der Familienaufstellung soziale Änderungen durchführen und haben auf Grund der Familienaufstellungen zu 68 % Änderungen auf der kognitiven und emotionalen Ebene. D.h. ein „Daran glauben“ ist nicht die vordringlichste Voraussetzung für einen Effekt der Familienaufstellungen.*

### ***Ergebnisse bezüglich psychischer und somatischer Vordiagnosen:***

- 1. Klientenbezogen werden zu 35 % Verbesserungen psychischer Diagnosen angegeben.*
- 2. Diagnosebezogen werden zu bei 40 % der psychischen Diagnosen Verbesserungen angegeben.*
- 3. Von Klienten, die von der Vordiagnose „Borderline“ berichten, werden einige Fragen so wenig positiv beantwortet, dass die Gruppe derjenigen, die von den Aufstellungen profitiert und dem Prozess positiv gegenübersteht, nicht viel größer ist als die Gruppe, die wenig profitiert oder dem Prozess skeptisch gegenübersteht.*
- 4. Die überwiegende Mehrzahl der Klienten, die Erfahrung mit ambulanter oder stationärer Therapie gemacht hat, ist der Meinung, dass die Familienaufstellungen eher*

*„viel hilfreicher“ waren als die vorangegangenen Therapien.*

### **Ergebnisse bezüglich sozialer Gruppierungen:**

- 1. Es zeigte sich, dass die Aussage zur seelischen und sozialen Befindlichkeit eines Klienten der wichtigste Prädiktor war, wie stark er von den Familienaufstellungen profitieren konnte.*
- 2. Der Verlauf einer Familienaufstellung und die Qualität, mit der im Nachhinein der Prozess rezipiert wird, hängen in starkem Maße von der seelischen und sozialen Befindlichkeit des Klienten ab.*
- 3. Die Familienaufstellung ist für alle Altersgruppen eine Möglichkeit intensiver Selbsterfahrung mit hohem Veränderungspotential. Obwohl eine jüngste Gruppe von Klienten mehr profitiert als eine Gruppe mit den ältesten Klienten, ergibt sich keine durchgehende Altersabhängigkeit für das Maß, mit dem die Klienten profitieren.*
- 4. Es ergibt sich kein durchgehender Zusammenhang zwischen dem Grad der Ausbildung und dem Grad, mit dem die Klienten von den Familienaufstellungen profitieren haben. Es kann damit gesagt werden, dass die Möglichkeit, von dieser Methode zu profitieren, in einem weiten Maß von dem Grad der Ausbildung des Klienten unabhängig ist.*
- 5. Es ist nicht möglich, eine Checkliste zu erstellen, um durch Summation von seelischen und sozialen Belastungsfaktoren eine Gruppe herauszufinden, von der gesagt werden könnte, dass sie so belastet ist, dass sie von den Familienaufstellungen von vornherein nicht profitieren kann. Belastungsfaktoren summieren sich nicht in ihrer Auswirkung darauf, wie Familienaufstellungen erlebt und rezipiert werden.*

### **Ergebnisse bezüglich Männer und Frauen:**

1. *Wenn es auch im Einzelnen Unterschiede für einzelne Bereiche gibt, kann man in der Zusammenfassung sagen, dass Männer und Frauen gleichermaßen von den Familienaufstellungen profitieren.*
2. *Die durch die Familienaufstellungen eingetretenen Veränderungen halten bei Frauen deutlich länger an als bei Männern.*
3. *Die Partnerschaft profitiert eindeutig davon, wenn beide Partner eine Familienaufstellung machen. Diejenigen Paare, die Familienaufstellungen in einem zeitlichen Zusammenhang gemacht haben, beantworten die Fragen durchweg positiver als die Klienten, die zwar in Partnerschaften leben, aber nur als Einzelne die Seminare besucht hatten.*
4. *Männer profitieren in einer besonderen Weise von Paaraufstellungen.*

### **Ergebnisse bezüglich der Prozessierung der Aufstellungen:**

1. *In der Bewertung der Effekte von Familienaufstellungen spiegelt sich die Veränderung der Prozesse nicht wider, die man erwartet hätte im Übergang von den „Ordnungen der Liebe“ hin zu den „Bewegungen der Seele“.*
2. *Die, die nur ihr Gegenwartssystem aufgestellt haben, profitieren im Allgemeinen genauso gut wie die, die nur ihr Herkunftssystem aufgestellt haben.*
3. *Die, die nur ihr Gegenwartssystem aufgestellt hatten, profitieren bezüglich ihrer Kinder und Geschwister deutlich mehr als die, die nur das Herkunftssystem aufgestellt hatten. Außerdem fühlen sie sich in ihrem Anliegen deutlich besser angenommen.*

4. *Die Gruppe derer, die mehrfach Familienaufstellungen durchgeführt hatten, profitierte im Durchschnitt etwas mehr als die Gruppe derer, die nur einmal eine Familienaufstellung durchgeführt hatten.*
5. *Die Gruppe von Klienten, die schon einmal eine Aufstellung erlebt hatte, in der eine Hinbewegung nur teilweise gelungen oder nicht gelungen war, profitiert zwar gering (aber konstant in allen untersuchten Fragestellungen) etwas mehr als die Gruppe von Klienten, die diese Erfahrung nicht gemacht hat. Der Satz „Lass es wirken!“ scheint nicht nur billiger Trost zu sein.*

**Die vierte Phase:** Ab Ende 2016 wurde nur noch das im Wesentlichen von mir entwickelte sogenannte Original Hellinger® Familienstellen von Bert und mir angewendet. An der Hellingerschule wird heute ausschließlich diese Art des Familienstellens unter Einbeziehung von Cosmic Power weitergegeben. Offensichtlich werden die Stellvertreter und der Aufstellungsleiter beim heutigen Original Hellinger® Familienstellen von einer großen Macht, die auf der einen Seite der Zeit voraus und auf der anderen Seite sogar völlig zeitlos und der Zeitqualität gemäß ist, in Besitz genommen und in Richtung Heilung des Feldes geführt.

***Wohin werden sie geführt?*** Weit über alles Erinnerbare und Vorstellbare hinaus. Über alle Vorstellungen hinweg werden jene zusammengeführt, die vorher aus unbekanntem Gründen unverbunden und getrennt waren. Dabei wirkt eine größere, unvorstellbare Macht in das Feld der Familie, der Ahnen bis hin zum Quantenfeld. Hier wirkt eine Macht der Liebe, die alle Trennungen und Vorstellungen aufhebt. Eine Bewegung der Liebe und des Friedens.

***Was heißt das im Einzelnen?*** Die für uns oft im Vordergrund stehen den Unterscheidungen von Gut und

Böse gelten nicht mehr. Sie kommen hier nicht mehr zum Zuge. Die Aufstellungen erweisen sich als lebensnah und umfassend, als raum- und zeitübergreifend zugleich. Eben quantisch. Was wir uns in der bisherigen Psychotherapie erhofft haben, tritt in den Hintergrund und damit alles, was wir mit unserem guten Gewissen, unserem guten Willen und guten Absichten erreichen wollten. Dies alles geschieht unabhängig von unseren üblichen Vorstellungen, Ideen und Erwartungen und unserem gewohnten Denken.

Beim Original Hellinger® Familienstellen läuft die Aufstellung wie von Geisterhand geführt – eben von einer größeren Macht bewegt – vor den Augen aller Anwesenden ab, ohne weitere Informationen und äußere Eingriffe. Die Wiederherstellung der verletzten Ordnungen – seien sie aus der Ahnenreihe oder aus eigenem Vorleben – wird wie von einer unsichtbaren Hand in die Ganzheit übergeführt. Man könnte eine Stecknadel zu Boden fallen hören, der Atem stockt. Die Aufstellung wird wie eine für alle klare Offenbarung erlebt, wie der Eingriff von anderen, unbekanntem Gesetzmäßigkeiten. Die Stellvertreter und der Aufstellungsleiter verhalten sich wie Medien, durch die andere, große Kräfte wirken. Lösungen, die nicht einmal in Betracht gezogen werden konnten, erweisen sich als eine Selbstverständlichkeit. Häufig wechseln die aufgestellten Personen in der Aufstellung die Identität. Der völlig gesammelte Aufsteller, der sich in einem ganz besonderen Feld der Wahrnehmung sozusagen von Phänomenen führen lässt, spürt den Wechsel sofort. Und das Verborgene, das Udenkbare, Beängstigende und nach unten Gedrängte kommt nach oben, ans Licht und verlangt, bzw. fordert seine Befreiung und seine Anerkennung. Hier ist völlige Offenheit ohne Erfolgszwang sowie ein neues Denken und Handeln von Nöten. In dieser Haltung ist jeder an das Informationsfeld angeschlossen. Die Aufstellung reicht wesentlich weiter als ein WLAN-Anschluss. Du bist das

Gerät, und durch die aufmerksame, wertfreie Beobachtung bist du online.

Erklärungen werden danach unnötig. Jeder erfährt etwas Wesentliches für sich, das besänftigt und gleichzeitig betroffen macht. So dass ein gleiches Verhalten nach der Aufstellung unmöglich ist. Es hat sich ein Feld der Heilung auf alle niedergesenkt, das sprachlos macht. Heilung kann nur erlebt, aber nicht wirklich erklärt werden. Der Schlüssel dafür liegt im eigenen Herzen, nicht im Kopf.

### ***Was geschieht mit dem vorherigen Familienstellen?***

Es behält weiterhin seinen Wert, es wirkt, allerdings in engeren Grenzen. Dabei dürfen wir nicht vergessen, dass das heutige neue Original Hellinger® Familienstellen sich als Feld bereits von Ost nach West ausgedehnt hat und alle an diesen neuen Erkenntnisfeldern wissentlich oder unwissentlich teilhaben. Gemeinsam wird das vorherige Familienstellen überwunden. Das geschieht umso schneller, je mehr sich die Aufstellungsleiter und alle Beteiligten auf etwas größeres Unbekanntes einlassen und auch für eine Weiterbildung an der Quelle offen sind. Sie alle lassen sich auf ihre persönlichen Interessen übersteigende Bewegungen der Gefühle und des Geistes ein und unterwerfen sich damit kosmischen, wissenden Feldern. Nur eines wird ganz offensichtlich verlangt: Der Wunsch nach eigenem Wachstum.

### ***Was sind die Grenzen des früheren Familienstellens?***

Sie lagen in den inneren Bildern von Freiheit und Selbstbewusstsein, von der Vorstellung, dass ein Außenstehender die Lösung wüsste und in der Hand hätte. Dabei wurde völlig außer Acht gelassen, dass es nicht zwei gleiche Menschen und nicht zwei gleiche Fälle gibt. Jeder und sein Problem sind so einzigartig wie ein Fingerabdruck, der immer einmalig ist, obwohl er einem anderen gleicht.

Und dennoch existieren dahinter gemeinsame Gesetzmäßigkeiten, die darauf warten, erkannt und angewendet zu werden. Jeder kann es ausprobieren und erleben.

***Verlieren die Beteiligten dadurch etwas?*** Nein, alle Beteiligten können nur gewinnen. Das Original Hellinger® Familienstellen ist wieder am Puls der Zeit. Unser Motto lautet heute: Verbindung und Miteinander statt Gegeneinander. Das Ergebnis: Gemeinsam sind wir mehr und stärker. Jeder wird erwartet, jeder ist uns willkommen.

## **Jetziger Stand**

Im Jahr 2018 zog sich Bert Hellinger im Alter von 93 Jahren nach einem Verkehrsunfall aus der Öffentlichkeit zurück und übertrug mir sein Werk sowie sämtliche Aufgaben, die damit zusammenhängen. Zu der Übergabe seines Lebenswerks an mich erklärt er öffentlich: „Ich weiß, dass Sophie das Familienstellen in neue Dimensionen führen wird, zum Wohle aller Menschen dieser Welt. Nur sie ist dazu in der Lage, nur sie hat die Kraft, den Weitblick und die Liebe, diese Aufgabe und mein Lebenswerk zu übernehmen und den Weg für alle Interessierten vorzubereiten. Viele hatten es bereits schon lange bemerkt, dass nicht ich mehr derjenige war, der führte, sondern ich folgte ihr, und ich folgte ihr gerne. Ab jetzt bin ich genauso in Gedanken und Gesprächen, die wir über die neuen Erfahrungen führen, die sie macht, mit euch im selben Feld. Es ist eine Gnade, dass ich in meinem hohen Alter dazu noch fähig bin und dass ich alles noch persönlich erleben, begleiten und unterstützen darf.

Es macht mich glücklich zu sehen, welche große Früchte meine Erkenntnisse, mein Einsatz und meine Arbeit weltweit gebracht haben und noch bringen werden. Ich sehe und

fühle: Es war nicht umsonst. Seid versichert, dass ihr bei Sophie bestens aufgehoben seid. Ich könnte es nicht besser machen – sei es beim Familienstellen, bei der systemischen Pädagogik, beim systemischen Recht, im Business- und Managementbereich, vor allem auf dem Gebiet der Gesundheit und bei Cosmic Power®. Sophie, wissbegierig, wie sie ist, ist sehr gut geführt, verbunden und angebunden. Eben eine ganze Frau. Alle diese Fähigkeiten erkannte ich in ihr, als ich mich für sie entschied. Freiwillig? Nein, ich musste! Danach 25 Jahre totale Herausforderung, Wachstum und Gemeinsamkeit – im selben Feld! Es ist so gewachsen und hat sich so ausgedehnt, dass es offensichtlich etwas Elementares für die Menschen ist.

So rufe ich euch allen in tiefer Verbundenheit zu: Bleibt auf dem Weg und bleibt genauso wenig stehen wie ich, damit ihr in eurem Leben und in allem noch Folgendem dazu in der Lage seid wie zuvor, das Original von der Kopie zu unterscheiden. Denn das Leben geht immer nach vorne weiter und bleibt niemals stehen.“

## **Die wissenschaftliche Dimension des Original Hellinger® Familienstellens**

Heutzutage hat die Wissenschaft die Wirkung des Feldes besonders in der Epigenetik miteinbezogen. Heute ist das Feld überprüft, wir mussten es in der Aufstellung furchtlos ausprobieren. Heute bestätigt es die Wissenschaft und wir wissen, es war genau richtig. Im Nachhinein ist alles so klar und selbstverständlich. Aber damals wusste niemand, wohin es führen würde. Wir waren der Wissenschaft Jahrzehnte voraus.

In der Vergangenheit gab es von einigen wenigen – allerdings waren es meistens Personen, die sich selbst nie einer Familienaufstellung bei uns ausgesetzt hatten und einfach Behauptungen aufstellten – kritische Stimmen in Bezug auf das Familienstellen. Doch es werden immer weniger. Schon allein deshalb, weil es kaum mehr einen Beruf gibt, in dem das Familienstellen nicht in der Ausbildung miteinbezogen wird. Der Hauptkritikpunkt lautete: Es gibt keinen wissenschaftlichen Beweis für die Wirksamkeit des Familienstellens. Wir wissen, dass keine Familienaufstellung wiederholbar und somit auch nach herkömmlichen Vorstellungen nicht wissenschaftlich ist und immer einzigartig bleibt. Deshalb lässt sich ihre Wirksamkeit nicht in einer sozusagen „empirischen Versuchsreihe“ nachweisen. Dabei wurde insbesondere bezweifelt, dass die Auflösung von Verstrickungen und Verschiebungen, die auf der unbewussten Gewissenebene erfolgen, eine heilende Wirkung haben.

Auch die lösenden Sätze, die ein Aufstellungsleiter häufig dem Klienten vorgibt, wurden bemängelt. Sie sollen den

Klienten sowohl zu einer bewussten als auch unbewussten Veränderung der inneren Haltung zu Familienmitgliedern und der eigenen Lebenssicht und -weise führen. Kritiker, die es in allen Bereichen gibt, haben sie dagegen als autoritäre Bevormundung und nicht als eine Musterunterbrechung und Lebens- und Gesundheitshilfe abgetan. Denn in den verschiedenen Therapieansätzen ist die Vorstellung existenziell, dass ein Mensch erst durchtherapiert werden müsse. Das bedeutet in der Regel 500 Therapiestunden.

## **Epigenetik - auch eine neue Wissenschaft**

Die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse auf den Gebieten der Epigenetik, der Biochemie, der Zellbiologie und der Quantenphysik haben diese Kritikpunkte am Familienstellen mittlerweile ad absurdum geführt und sie sogar ausgehebelt. Dabei haben diese neuesten Erkenntnisse gleichzeitig die Hintergründe sowie die Ordnungen der Liebe und damit in übertragender Weise die korrekte Vorgehensweise und die daraus resultierende Wirksamkeit des Original Hellinger® Familienstellens bestätigt.

Es ist mir deshalb ein besonderes Anliegen, diese neuen wissenschaftlichen Erkenntnisse und ihre Querverbindung und -vernetzung mit dem Original Hellinger® Familienstellen bzw. seine Bestätigung der Allgemeinheit aufzuzeigen. An zentraler Stelle steht hier die Erkenntnis, dass Zellen nicht durch ihre Gene, sondern durch ihre physische und energetische Umgebung, das heißt durch ihre Umwelt, bestimmt werden. Das bedeutet konkret: In jeder einzelnen Zelle werden die Mechanismen des Lebens von der Wahrnehmung ihrer Umgebung in Gang gesetzt. Das gilt für jeden Menschen, der aus ungefähr fünfzig Billionen Zellen besteht. Dabei kommen dem Gewahrwerden, den Gefühlen und dem Verstand eine ganz besondere Funktion zu, mit deren Hilfe die eigene Umgebung aus einer Vielzahl von Perspektiven in Bildern empfangen, verarbeitet und betrachtet werden kann.

Die Zelle hat dabei eine eher reflexive Wirkungsweise. Jede Zelle ist so aufgebaut, dass man sie sich in ihrer Physiologie und ihrem Verhalten wie einen Mini-Menschen vorstellen

kann - mit eigenem Bewusstsein, eigenem Immunsystem und Stoffwechsel sowie eigenem Leben und Tod.

Der amerikanische Entwicklungsbiologe und Stammzellforscher Bruce Lipton, ein Pionier der Epigenetik, erkannte, dass die Haut der Zelle der menschlichen ähnlich ist. Und zwar in dem Sinn, dass sie gleichzeitig Begrenzung des Inneren ist und Fähigkeit zum Lesen der Umgebung hat. Im Grunde genommen wurde der Mensch nach dem Vorbild der Zelle geschaffen. Denn sie hat wie er Augen, Ohren, Nase, Geschmackssinn und andere Rezeptoren - allerdings im Mikroformat. Bruce Lipton sah deshalb die Zelle als ein empfindsames Wesen an, dass sich - abhängig von seiner Umgebung - zurück ziehen, stehenbleiben oder annähern kann.

Jede Funktion im menschlichen Körper ist auch in der einzelnen Zelle vorhanden: Verdauung, Atmung, Nervosität, Fortpflanzungs- und sogar Immunsystem. Dabei verändert die Umgebung das Leben der Zelle, wie sie diese wahrnimmt. Befindet sie sich in einer schädlichen Kultur innerhalb der Petrischale, dann stirbt sie. Wird sie in eine positive Kultur umgesetzt, gedeiht sie wieder und blüht auf.

Wie sehr die Umgebung die Entwicklung der einzelnen Zelle beeinflusst, beweist die Arbeit des aus Österreich stammenden Mediziners und Wissenschaftlers Harald Ott. Er züchtet mit seinen Mitarbeitern in einem Labor am Bostoner Massachusetts General Hospital Organe. Eigentlich klingt das wie ein Wunder: Im Grunde genommen versucht er, Leben zu züchten und die Natur zu überlisten. Er belebt Herzen, erweckt Lungen und züchtet Nieren, alles mit der Hoffnung - oder aus seiner Sicht besser gesagt: mit der Überzeugung - diese Körperteile eines Tages auch transplantieren zu können. Eigentlich ist der Thorax-Chirurg