



FAMILY

Systemic Constellations

周鼎文 著

家庭系统排列

核心原理、操作实务与案例解析

寻找家庭问题背后的隐秘真相
释放家庭爱的力量

化学工业出版社



家庭系统排列

核心原理、操作实务与案例解析

周鼎文 著



化学工业出版社

·北京·

图书在版编目 (CIP) 数据

家庭系统排列：核心原理、操作实务与案例解析 / 周鼎文著. —北京：
化学工业出版社，2017. 11
ISBN 978-7-122-30772-9

I. ①家… II. ①周… III. ①精神疗法-研究 IV. ①R749.055

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 250704 号

责任编辑：赵玉欣 王新辉
责任校对：王素芹

装帧设计：尹琳琳

出版发行：化学工业出版社（北京市东城区青年湖南街 13 号 * 邮政编码 100011）
印 装：大厂聚鑫印刷有限责任公司
710mm×1000mm 1/16 印张 10½ 字数 147 千字 2018 年 1 月北京第 1 次印刷



购书咨询：010-64518888（传真：010-64519686） 售后服务：010-64518899
网 址：<http://www.cip.com.cn>
凡购买本书，如有缺损质量问题，本社销售中心负责调换。

定 价：49.80 元

版权所有 违者必究

■ 前言

到今年我接触系统排列二十年了，做了近万个案例，每次看到通过系统排列个案、家庭和企业发生的蜕变，我都非常感动，真心觉得这是一份非常有意义的工作。

在推动系统排列规范化的过程中郑立峰老师与孙瑜老师功不可没，李中莹老师与我也在背后大力支持。很高兴看到系统排列从业的规范化，未来势必会有更多正规的系统排列训导师投入这个行业，服务更多需要的群众。

本书就是针对想要成为排列师的人所编写的，也是为那些准备要成为训练师的人所编写的，是非常实用的参考书。本书从系统排列概论开始，逐一教导如何培养排列师必备的四大核心能力，从知识、技巧、观察感知与实操入手，其中特别选出华人家庭常见的议题，编写成具体可操作的技术模板，让所有准排列师们能有效掌握常见的家庭议题处理步骤。此外，书中还介绍了工作坊的具体实务、常用的团体练习以及参加者常见问题答疑，相信能对系统排列技术的提升有一定程度的助益。

本书的完成首先要感谢海灵格老师，是他让我学到系统排列的精髓，让我有机会支持到许许多多的人改变他们的人生。感谢我所有的学生们，教学相长让我进步更快；感恩道石学院及所有推广系统排列的老师和平台，许多人因为你们而家庭更幸福、事业更成功。同时要感谢妍芳、赵玉欣以及化学工业出版社所有参与人员，你们让这本书得以出版。最后，最要感谢的是玉凤老师与道珍老师的用心策划，子渲老师与道谷老师的编辑整理，他们都是非常优秀的排列师，尽心尽力推广系统排列，有许许多多人都因他们而受益。

周鼎文
2017年11月

谨将这本书献给我的恩师海灵格

及所有的个案与学员

道石学院所有的工作伙伴

以及曾经为系统排列作出贡献的所有老师与平台

还有所有想要让自己以及这个世界更好的人

感谢你们用智慧、用生命、用热情教导我们

共创幸福美好的人生

■ 目录

第一章 系统排列概论

一、系统排列简介	002
二、系统排列的历史与发展	003
三、系统排列与中国文化	004
四、系统排列的工作方式	005
五、系统排列的信息场域	006
六、系统排列的应用领域	008
七、系统排列的四大意义	009
八、谁属于我们的家庭系统	009
(一) 血缘关系系统	011
(二) 非血缘关系系统	011
九、绘制属于自己的家族图	012

第二章 排列师如何养成

一、排列师心态养成	014
(一) 排列师七大戒律	014
(二) 助人心态“八大问”	014
(三) 排列师“八大德行”	018

二、排列师必备的四大核心能力	020
(一) 知识	021
(二) 观察与感知	021
(三) 实作	022
(四) 经验	022

第三章 系统排列核心知识

一、良知	024
(一) 罪恶感与清白感	024
(二) 良知的分类与作用	025
1. 个人良知	025
2. 集体良知	026
3. 灵性良知	026
(三) 个人良知如何运作	027
(四) 集体良知如何运作	028
1. 完整性	028
2. 平衡性	029
3. 层级顺序	029
(五) 灵性良知如何运作	030
二、生命五大法则——灵性灵知的运作法则	032
(一) 整体法则	032
(二) 序位法则	033
(三) 平衡法则	034
(四) 事实法则	035
(五) 流动法则	036

三、认同与牵连纠葛	038
(一) 什么是认同与牵连纠葛	038
(二) 牵连纠葛的来源	039
(三) 牵连纠葛的解除	040
四、情绪模式	041
(一) 原始情绪	041
(二) 替代情绪	041
(三) 承接情绪	041
(四) 超越情绪	042

第四章 系统排列核心技术

一、操作的四大步骤	046
第一步：“起”	046
第二步：“承”	047
第三步：“转”	048
第四步：“合”	049
二、转化阶段的十大技法	050
(一) 鞠躬尊重法	050
(二) 语言引导法	051
(三) 情绪转化法	051
(四) 面质挑战法	052
(五) 回归序位法	052
(六) 案主面对法	053
(七) 联结祖先能量法	054
(八) 提高层级法	055

(九) 敲击震动法	056
(十) 面对事实法	057
三、排列师操作时心中“五要问”	059
一要问：“是否要开始这个排列？”	059
二要问：“解决之道要从哪里切入？”	060
三要问：“爱在哪里？”“爱在哪里？” “爱在哪里？”	060
四要问：“要如何表达爱？”	061
五要问：“是否必须中断这个排列？”	061
四、一对一个案系统排列操作要点	062
(一) 小人偶排列操作法	062
(二) 白纸或彩色卡纸排列操作法	063

第五章 系统排列操作实务

一、华人家庭常见议题八大操作技术模板	066
(一) 童年与母亲分离的经验：完成中断 联结 (IROM)	066
(二) 重男轻女：接受自己，并请求祝福	070
(三) 堕胎：表达情感，心中给位置	072
(四) 退出父母冲突：回归序位	073
(五) 伴侣分离，告别前任伴侣：承认、 负责、心中给位置	075
(六) 夫妻失和：彼此有责任，要一起面对	077
(七) 协助孩子面对父母离婚：尊重与两个 父母都爱	077

(八) 亲人死亡：哀悼辅导	077
二、排列现场紧急状况处理实务	080
(一) 代表状况处理	080
(二) 案主问题状况处理	083
(三) 团体成员问题状况处理	084
三、有关操作实务的指导建议	085
(一) 对于代表的建议	085
(二) 对于案主的建议	085
(三) 对于排列师的建议	086
四、系统排列的定位与法律层面的注意事项	087

第六章 系统排列案例与解析

案例 1 “单亲家庭”的孩子：拾回对爸爸的爱	090
案例 2 “大龄圣女”：告别初恋的痛	096
案例 3 “给自己一个机会！”：夫妻问题、 沉溺酒瘾、开快车	106
案例 4 错站到儿子的位置：父亲未圆满的前 任伴侣与孩子	112
案例 5 “他为什么经常乱发脾气？”：丈夫 承接了他母亲的愤怒	115
案例 6 孩子的便秘与口臭：无法释怀的死亡事件	117
案例 7 与领导发生冲突，怎么解？——人际关系与父亲 的关联	120
案例 8 我背不了你，但我会陪伴你：助人者的自我整理	124

第七章 如何提升观察力与感知力

一、观察力与感知力	130
(一) 排列师训练观察力与感知力的原因	130
(二) 排列中观察感知的对象	130
二、如何训练感知力	133
(一) 静心训练	133
(二) 观摩当事人和实操当事人	133
(三) 排列中没有企图心	134
(四) 日常生活训练	134
三、感知力提升练习	134
(一) AB 扫描法	134
(二) 情绪感知训练	135
(三) 身份感知训练	135
(四) 人物、地点、事件信息感知训练	135

第八章 系统排列操作中的团体练习

一、团体暖身练习	138
(一) 相互问候	138
(二) 等边三角形移动练习	139
二、身体觉知练习	140
(一) 走路的觉知	140
(二) 身体位置的觉知：基础版	140
(三) 身体位置的觉知：进阶版	141
三、集体排列练习	142

(一) 与妈妈或爸爸联结的排列	142
(二) 面对疾病的排列	143
(三) 与金钱关系的排列	143
(四) 尊重家族女性长辈命运，活出自己生命的排列	144
四、内在排列冥想	144

第九章 系统排列参与者常见问题答疑

一、系统排列的效用如何发生？	150
二、哪些人适合接受系统排列？	150
三、什么时候需要做排列？	151
四、做完一个排列后，我需要做什么？	151
五、同样的议题可以多次排列吗？	151
六、如果本人不在场，是否可以做排列？	152
七、不同的系统排列师会带来不同的影响吗？	152
八、为什么“代表”可以感应到不认识的人的感觉？	152
九、系统排列是一种催眠技术吗？	153
十、不同的人担任代表，反应是否会不同？	153
十一、担任系统排列的代表是否有危险性？	153
十二、要学习成为一位优良的系统排列导师有什么要求？	154
十三、家庭系统排列参与者事先准备事项有哪些？	154
十四、学习系统排列必备读物有哪些？	155

附录 道石国际系统排列学院简介 (TAOS Academy)	156
--------------------------------	-----

第一章 系统排列概论

一、系统排列简介

什么是系统？系统是由相互关联的个体按照一定的规则组合而成的具有特定功能的整体。我们每个人都生活在系统里，小至我们的身体系统、家庭系统，大至国家系统、地球生态系统甚至宇宙系统（图 1-1）。简单来说，系统就是多个个体的总和，但是这个新的整体却比个体的总和还要多，也就是“ $1+1>2$ ”，而多出来的部分就是这个新整体的“生命力”，令这个新整体成为一个有机体，并在个体与个体之间产生了“关系”。



图 1-1

我们每个人都生活在关系里，每个人都希望能够有良好的关系，但却不是人人都做得到，问题究竟出在哪里？人与人的关系除了表面互动外，还受更深层的心理动力影响，但我们很容易只看到表面行为，陷在问题的表象里，如同只看到冰山一角，而没有看到深层关系的实相，所以很容易爱错方式，造成关系失和破裂。而系统排列的研究对象正是人类深层关系。

二、系统排列的历史与发展

如何了解人类之间的深层关系？当初发现系统排列现象的过程大致是这样的：在系统排列发展之前，家庭治疗便已存在，也就是治疗师约谈整个家庭进行治疗，但常会发生一些临时状况，比如父亲需要工作不能出席，或是母亲生病不能来，此时治疗师只好请助理代表这位父亲或母亲，结果奇妙的现象发生了！助理竟然可以说出他所代表的家庭成员的感受，而且是在事先对这个家庭成员一无所知的情况下。这个现象让治疗师们非常好奇，研究之后发现确实存在这样的现象，并进而发展出家庭系统排列（family constellations）的雏形。

伯特·海灵格先生（Bert Hellinger）在与鲁思·麦克莱顿（Ruth McClendon）和莱斯利·卡迪（Leslie Kadis）学习家庭治疗时接触到家庭系统排列的雏形，启发了他以系统为观点、现象学为方法、哲学领悟为引导，将许多传统心理疗法的不同元素整合运用，在整合过程中，他创建了一个独特的引人注目的应用学科——系统排列。自20世纪90年代起，系统排列便在国际心理学界激起热烈的讨论与学习。

周鼎文老师是20世纪90年代较早接触系统排列的华人，并在2001年邀请海灵格先生赴亚洲讲课，举办了第一场系统排列工作坊，正式将系统排列引入亚洲。2002年李中莹老师邀请海灵格先生到中国大陆讲课，系统排列在大陆也开始传播开来，越来越多的人开始学习系统排列，让更多的人从中受益。这十多年来，系统排列专业在中国蓬勃发展。

从应用学科的角度而言，系统排列是一门不断发展的学问，这门学问并非只来自于海灵格先生，它通过许多专家累积的经验和体会而不断丰富、发展。例如，玛丽安·法兰克（Marianne Franke）将学校教育经验注入系统排列；周鼎文老师将中国传统文化融入系统排列；根达·韦伯（Gunthard Weber）和克劳斯·霍恩（Klaus Horn）等将组织系统排列应用到企业；古妮·博克斯（Guni Boxa）、李

中莹老师发展了系统排列与精准教练；郑立峰老师致力于中国的系统排列规范化；雅各布·施耐德（Jakob Schneider）将系统排列和故事治疗进行结合；亨利·伯亚（Heinrich Breuer）对催眠和系统排列进行了整合；马奥博（Albrecht Mahr）将系统排列运用到民族和解方面；乌苏拉·法兰克（Ursula Franke）和弗朗茨·鲁珀特（Franz Ruppert）擅长创伤和情绪治疗；伯图·乌沙漠（Bertold Ulsamer）把系统排列讲解得简单易懂；威尔菲德·尼尔斯（Wilfried Nelles）发展了生命整合模式LIP；苏菲·海灵格（Sophie Hellinger）即海灵格的太太将能量工作结合进系统排列等。

三、系统排列与中国文化

海灵格先生第一次来中国时，曾经提到在他阅读《道德经》与《论语》时，与其产生共鸣，而他只是用系统排列的方法将老子与孔子阐述的智慧具象化地呈现在大众面前。近几年来，海灵格先生更不止一次地提到：“系统排列文化的根在中国！”

老子说：“无为而为”“人法地，地法天，天法道，道法自然”。系统排列就是教导人们学习遵循生命大道的法则来生活，而生命大道的法则是什么？结合东西方的智慧，以及系统排列的经验，我帮大家归纳出“生命的五大法则”：整体法则、序位法则、平衡法则、事实法则与流动法则。

其中包含着儒家强调的伦理：“父子有亲，君臣有义，夫妇有别，长幼有序，朋友有信。”结合系统排列的心理学方法，让人们更容易接受要各归其位，负起自己的责任。

《弟子规》中也包含着佛家“因果共业”的洞见，通过系统排列，我们用“看得见”的方式呈现因果的关联，让人们有机会自己亲身领悟善恶因果的道理。

是的，这正是我所强调的，想成为一名优秀的系统排列导师，就要学习优秀传统文化，并能真正领悟其中的内涵，进而将系统排列与传统文化融会贯通并进行切身实践，如此才能够掌握系统排列的精髓——带着无为的爱，为生命服务。

四、系统排列的工作方式

系统是由相互关联的个体，按照一定的规则组合而成的具有特定功能的整体。系统间的个体相互关联，彼此间以某种方式相互影响，其中一个个体改变，其他的个体也会随之改变。因此，系统中的每位成员都参与整体系统的构建过程和所有重要事件。系统里的这些成员彼此间是如何运作的呢？它的运作是通过成员之间的“信息场域”（the field）进行的。比如，人的潜意识是一种信息场域，而一群人构建的信息场域就是“集体潜意识”。

系统排列的工作方式让我们直接观察到一个人或是一个系统的深层信息场域，如同看到冰山的底层（图 1-2）。

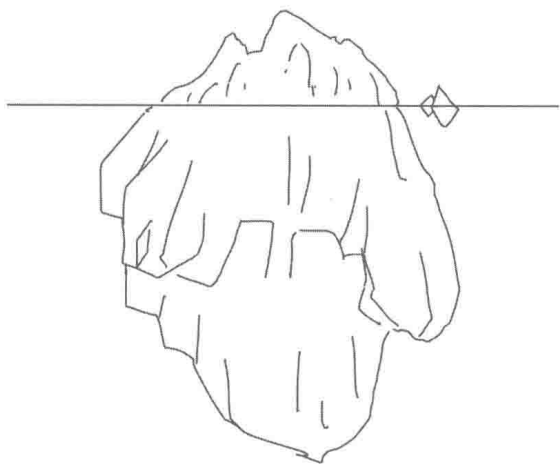


图 1-2 冰山