

周鼎文心理師  
總策劃審訂

伯特·海寧格 (Bert Hellinger) ©著 霍寶蓮 ©譯

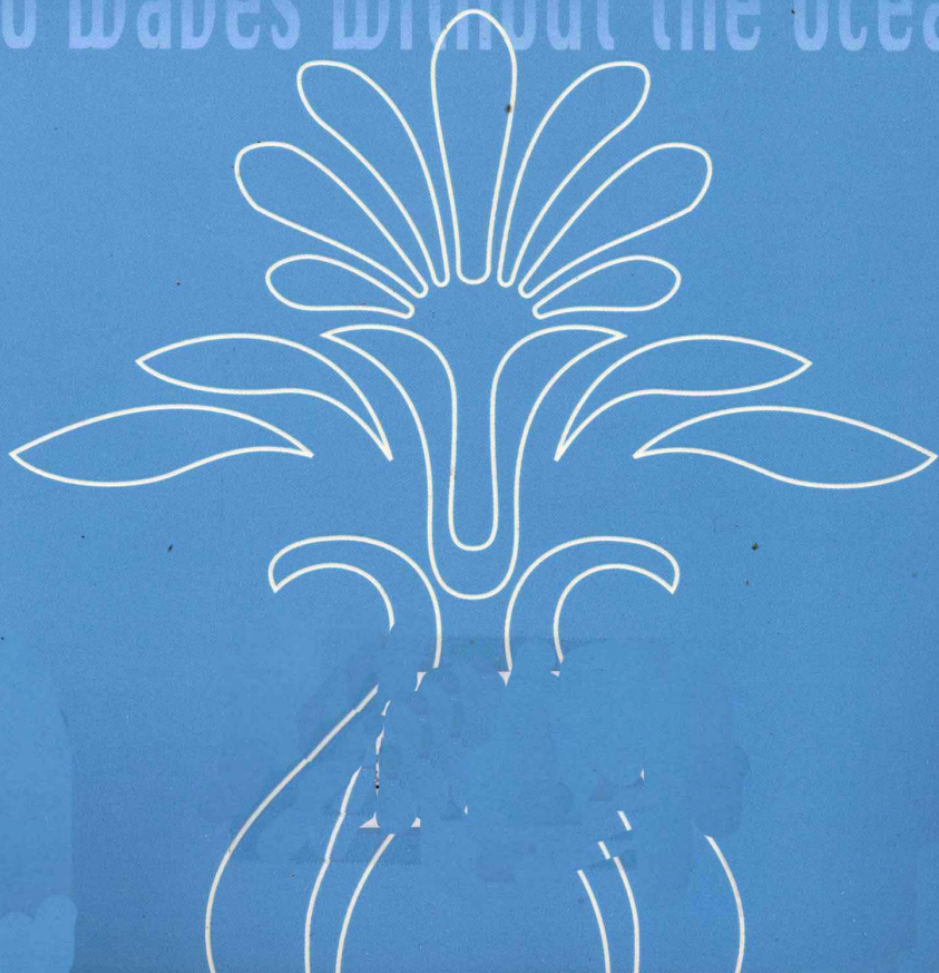
聯合推薦：林香君 佛光大學生命學研究所所長  
謝文宜 實踐大學家庭研究與兒童發展學系副教授  
周玲玲 台大醫院社工系主任

# 心靈活泉

海寧格系統排列原理與發展全書

No Waves without the Ocean - Experiences and Thoughts

No Waves without the Ocean



# 心靈活泉

海寧格系統排列原理與發展全書

No Waves without the Ocean - Experiences and Thoughts

No Waves without the Ocean

伯特·海寧格 ( Bert Hellinger ) ◎著

周鼎文 ◎審訂      霍寶蓮 ◎譯

 台灣海寧格機構  
Hellinger Institute Taiwan

心靈活泉：海寧格系統排列原理與發展全書 /  
伯特·海寧格 (Bert Hellinger) 著；霍寶蓮譯  
-- 初版. -- 臺北市：海寧格管理顧問，  
2009. 09  
面；公分  
譯自：No waves without the ocean :  
experiences and thoughts  
ISBN 978-957-28340-6-0 (平裝)  
1. 家族治療  
178.8 98015359

## 心靈活泉--海寧格系統排列原理與發展全書

原書書名：No Waves without the Ocean—Experiences and Thoughts

原出版者：伯特·海寧格 (Bert Hellinger)

作者：伯特·海寧格 (Bert Hellinger)

譯者：霍寶蓮

審訂：周鼎文

主編：陳安安

發行人：周鼎文

出版：海寧格管理顧問有限公司 Hellinger Institute Taiwan  
台北市南京東路四段 186 號 7 樓之 2

電話：(02) 25783442

傳真：(02) 25781255

網址：<http://www.hellinger.com.tw>

E-mail：[family.system@msa.hinet.net](mailto:family.system@msa.hinet.net)

劃撥帳戶：海寧格管理顧問有限公司

帳號：19729750

總經銷：吳氏圖書股份有限公司

封面設計：華剛輸出製版印刷公司

印刷排版：華剛輸出製版印刷公司

■ 2009 年 9 月初版一刷

定價 380 元

中文版授權

Rising in Love—A Philosophy of Being

Copyright © by Bert Hellinger

Chinese translation copyright © 2009 by Hellinger Institute Taiwan

Published by arrangement with Bert Hellinger

All Rights Reserved.

著作權所有・翻印必究

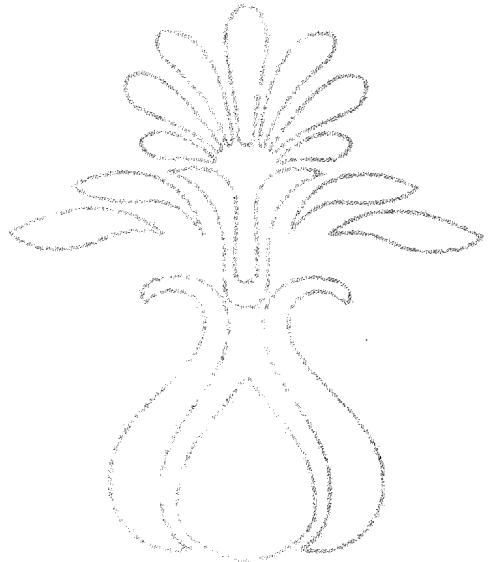
ISBN 978-957-28340-6-0

我們的願景：

願求助者得以幫助、專業者得以提昇

願追求成長者得以領悟

願世世代代子孫得以受益



# 總策劃序

周鼎文

帶著覺知的愛 與世界分享生命的智慧與感動

分享「系統排列」是我的一個心願，經過了這十年的耕耘，已經有越來越大眾從中受益，有越來越多專業人員學習與運用這個方法，幫助了無數的家庭與心靈。

許多讀者希望能夠透過出版品來深入認識與學習，許多珍貴感人的著作也正等待與更多人分享，而生命的智慧更隨時隨地向我們顯露。因此，我們策劃了這系列叢書作為一個媒介，希望讓這世界上許多人的生命得以交流交心，與這個整體生命共振共鳴！

這個「愛與覺知」系列將與「系統排列」課程一樣，貼近我們生命的核心：

關係人性深處的渴望：愛、性、家庭、親子、感情、關係、歸屬、信任等主題；

探討深刻的生命故事：自殺、衝突、疾病、死亡、分離、奮鬥、成功等主題；

提昇專業品質與視野：助人、療癒、心理、人際、社會工作、企業管理等主題；  
引領身心靈整體成長：覺知、靜心、宗教、靈性、哲學、智慧、圓滿等主題。

經過這些年的助人工作，我們體會到，不管是個案、助人者以及助人方法都是為這個更大的生命服務。而說得更透徹一點，這個出版也是在為生命服務。

因此，我們期許自己帶著覺知的愛與這個世界分享生命的智慧與感動！

如果你在閱讀本書後有一點點收穫與感動，相信你的親身經歷將帶給你生命更深刻的體悟。

在此感謝作者們、讀者們與所有參與的工作夥伴。

我們的祝福將永遠伴隨著這本書。

## 推薦序

致虛極，守靜篤；萬物並作，吾以觀復  
——我看海寧格

佛光大學生命學研究所所長 林香君

2009.4.17

第一個以「西方老子」稱海寧格的，是吳就君老師，我自己直到2006年見証海寧格在亞洲大會的排列工作後，深覺他實在是不折不扣與老子為友的行動實踐者，他在排列工作上的深度悉如充滿「吊詭」（paradoxical）的道德經：

「致虛極，守靜篤；萬物並作，吾以觀復」——他讓自己既參與系統又同時退居於系統之外接受一切現象的發生，靜靜等待系統的自發，無為卻做了最多。

「天地不仁，以萬物為芻狗」——他在工作中常讓人直接面對生命大限的本質，卻同時在心中給出系統中的每一位成員一個充滿天地大愛的序與位，即使「人之不善，何棄之有」。

「反者，道之動，弱者，道之用，天下萬物生於有，有生於無。」——他教導我們交出執著，同意命運，尊重歷史，放下反而得著自由，愛的能量得以再流動。

2006年之前，海寧格的工作方法已經有所改變，不再如他在發展初期教導他的學生們作典型系統排列——將家庭成員排列上陣的規格，而是只取系統中最關鍵的動力來工作，從線性的邏輯層次看，他的介入極具策略性，出神入化，但跳高到系統的邏輯層次看，卻都是源自他感知系統的同理心，至為細密精煉，我想在這個面向上他跟Milton Erickson也定是神交。

海寧格並不把排列工作定位為心理治療的一種，但純從心理學與心理治療發展的角度看，我個人認為海寧格把人類一直存在於心靈層面的直觀感應能力帶入心理治療工作，這是非常重大的貢獻，是主流心理學與心理治療中一直沒有正視去研究與應用的人類潛能，由於佛光大學生命學研究所在看待生命的核心觀點是立基於身心靈整體觀（Holism），認為自然科學與心理學未及的人類直觀感應現象是非常值得學術界深入研究與發展應用的領域，故而我依著整體觀選取符合理念的論述與應用取向加以整合，海寧格的系統排列是生命學所在「高層意識心理學」、「表達性治療」以及「團體諮商與社會治療」三門課程共同交集的專家取向助人工作方式必要應用學習之



一，與我們同樣看重的非專家（常民）社會建構工作取向（如敘事工作）等助人實務方式並列，讓生命所同學在其中辯證學習，得以發展個人的統整觀點與工作方法。

從方法學的角度看，海寧格有一點是我個人格外欣賞的：雖然他只引用「現象學」來說明他的排列工作，我卻還看到他的系統排列知識生產是來自實踐哲學的「行動研究」——知識來自實踐且永遠保持開放的被修正狀態。海寧格雖受過數種心理治療訓練，卻能對經驗現象保持開放，敏於先前之見而能擱置，讓現象自身開顯其意義，解構既定理論視框，這需要自我反映與解構的思辯力，海寧格多次在他的著作中表示他不認為自己發展出的是一種定格的理論，相反的，他強調經驗法則總有例外，要對多元社會文化脈絡有高敏感度，一定要能對例外經驗開放，讓例外擴充既有知識，不能僵執於那些被說出／被寫下的「理論」，真理的存在永遠是「道可道，非常道」，他也在著作中提到過由於實務經驗場域的限制，系統排列累積的知識有其有效範疇，對於更大複雜社會文化脈絡的解釋與應用是有待保留的，從這裡瞥見海寧格具有謙遜與清楚面對限制，能對已累積知識保持隨時解構再重構的行動研究精神，我相信這是在任何人的直觀天賦之外，還能讓他的知識不斷去蕪存菁自我更新，成為一個「學習型自組織」的重要條件。海寧格提供了很好的榜樣。我個人也非常期待在台灣的系統排列工作者對歷史／文化／經濟／政

治……等社會結構性條件穿牆越戶加諸於個人與家族的身心靈壓迫，具有社會心靈的洞見穿透力，發展敏感於社會處境的系統性同理心，在尊重與臣服歷史命運的同時，也能負起需要努力去作些改善的社會（生命）責任，不致使系統排列與許多只看到個人心理與家庭內病理的治療方式一樣，因為看不見更大的系統動力，越是執著認真助人卻越是不覺察地落入無意識鞏固社會不公繼續壓迫人的心理（靈）遊戲陷阱中。

文字與語言都具侷限性，正如老子對自然之道的離言說相，最初海寧格也是不願立文字的，但為方便系統排列的學習與傳播，接受學生及友人Bertold Ulsamer的建議，才開始著述。這本書中海寧格直接論及系統排列的工作哲學，相信譯者在從德文到中文的語意掌握上遇見相當的難度，然而中文世界的系統排列學習者，能經由此書一窺海寧格的哲思堂奧及其對家族心靈的直觀洞見，有助於加深實務學習的領會；本書中也記錄了他從經驗而來的關於身、心、靈的豐富病理知識，相信以海寧格對經驗的開放研究，也會希望讀者一面固然以「學規矩以成方圓」的虛心態度吸取哲思，一方面也能「入乎其內，出乎其外」地對經驗開放反思學習，不致於視其文字為絕對性定論；故而我為中文推荐序的此刻，也決定就走筆停留在這個看似「吊詭」的學習特性上，對讀者後續可能發生的辯證性學習歷程寄予尊重與祝福。

## 全書要旨

好比夏天播種，秋天收成，這本書是我多年心血的著作，書中詳盡編錄我多年在工作經驗中獲得的認知，那是一條漫長的路。

我對團體動力的研究，開啟了一條漫長的道路，在那裡我觀察和體驗到，當團體沒有受到外來權威的壓力，只有人與人之間的接觸時，大家相互承認對方的不同，從而達成協議，平等看待對方，共同行動，如此，那些互相分歧的需求和價值便可以達到和諧。

我的道路第二站是精神分析，這剛巧是團體動力的相反對照，因為精神分析治療是針對個人的內心世界，將內心被分割、被壓迫的潛意識得到承認，使它與意識世界中的東西得到同等地位。

因為對精神分析進一步的深入了解，驅使我研究原始創傷治療法，它主要是協助求助者在一個安全的環境中，宣洩被禁止的感覺，尤其是那些悲傷和痛苦的感覺。這段期間，我從自己身上體驗到，不同的感覺帶來什麼影響力：某些感覺取代行動，某些卻鼓勵行動，從此以後我很容易分別這兩類感覺，我也不再害怕激動的情感。

同一時間我也埋首交流分析治療，尤其鑽研分析神話和故事，使個人秘密的生命藍圖呈現出來，例如，我認識到【小王子】這個故事，其實是看輕自殺行為，而熱愛這個故事的人，內心底層有自殺的意念。後來當我在【愛的序位】獲得某些認知後，我可以看到很多生命藍圖，都呈現出一些牽連糾葛，那是人們受家族良知的影響，意圖追隨其中一個家庭成員的命運。

其他在我旅途上重要的驛站是米爾頓（Milton Erickson）的催眠治療法以及身心語法程式學（NLP）。當我鑽研家庭治療時，在【愛的序位】中，我一步一步的獲得一些認知，並且了解到良知的影響力，這對我的治療工作影響很大。例如：對嚴重疾病、創傷、精神病人、加害者和被害者的處理方法。當我對人類的行為有更多的認識之後，我的工作更超越了心理治療的界限，例如：我接觸到有關伴侶的秩序和父母子女的秩序；有關宗教行為對人們的不同影響；有關我們與死亡和去世的人的接觸；有關帶動和解與和平的方法。

本書主要記錄我在1992年至2004年間，家族排列工作坊中所處理的題材和個案，除此之外還有我對學員問題的答案，也有訪問和演講記錄。

我所提出的言論總是針對一個真實的個案，只適用於於

當時的情況或問題，言論難免有侷限性，但卻十分生動。

從多種角度而言，【心靈活泉】是一部全集，內容根據多個重要命題編撰，方便讀者翻查。

某些讀者可能會失望，我並沒有為我的言論建構成一個龐大的理論。但是，即使是有一個龐大的理論，我們又得到什麼呢？誰把魚兒放在網中，他就擁有這條魚，甚至還可以把魚放在手中……只可惜，魚兒卻沒有生命力再游動了。這本書中，每一條魚依然可以自在悠遊。

有一個故事正好描述我對書中文章的感受，故事講述一個青年問大師有關「自由」這個命題。大師答道：「某些人以為，他自己可以尋找心靈的真相。但事實是偉大的靈魂，主動思想，並且通過他來尋找真相。心靈有如大自然，可以承受很多錯誤，因為錯誤的東西最終會被新的取代；那些讓心靈思想的人有時會獲得某些機會，好比河流對於泳者，泳者若能讓河流帶領，他便能夠依著河流和自己的力量到達彼岸。」

伯特·海寧格

## 譯者序

海寧格在他的第一本著作【愛的序位】中，利用家族排列方法，將我們生命歷程展現出來。過程中，我們的遭遇如「記錄片」般一幕幕的呈現出來，展示出一套套「生命的片段」。沒錯，看到一幅構成現在的我的「前陳往事」，令人有「如夢初醒」的感覺，對許多生命的疑團都得到一個解答。但是，生命會怎樣繼續向前邁進？生命的樂章究竟有怎樣的韻律？

完成【愛的序位】七年後，海寧格寫出【心靈活泉】(Die Quelle braucht nicht nach dem Weg zu fragen)一書，在相隔七年的時間內，海寧格進一步深入觀察我們生命的動向，感受靈魂移動所踏的韻律。這個移動帶著緩慢的節奏，帶領我們完成早已為我們的生命安排的任務。海寧格多次用「洪流」形容生命的動態，那是一條川流不息的河，它的泉源帶著一般力量，有著自身的韻律，永恆不息的流。當我們置身在這股洪流中，便感到有限的生命獲得無限的延伸--追索到很遠很遠的源頭，同時也邁向廣闊的未來；帶著這一份情懷，我們更能夠包容生命中的美好善良與醜陋惡毒。我想，只要我們放棄一切教條規律，只用感覺去接觸、體驗任何人任何事，我們可以帶來多一份

體諒和同情。以下是我多年前有關這方面的一份體會：

八十年代我曾在香港懲教處工作，當時不僅有機會看到犯人的檔案，更有直接接觸她們的機會，並且還是重案的犯人--即是殺人犯。當我與那個小組交談時，面對六名殺人犯，腦海中不期然的想著：有什麼動力、魔力驅使這幾位弱女子殺人？有兩個女犯人更是以利刃作為殺人武器，當我想起那幕刀光血影，我已渾身發冷。我仔細翻閱她們的檔案，探究她們殘暴的行為，一頁頁敘述她們悲悽的命運遭遇。剎那間，我對自己說：「假使我與她們同樣的際遇，或許現在的我也跟她們一樣被困牢房。」

沒有刻意安排，當我單獨與一個女犯人交談，我的感知或多或少進入她的內心世界中，同時也會出現某些感覺。當時有一位被判死刑的犯人，只有二十六歲（香港在殖民時期一直有死刑，可是不會執行，經過漫長上訴，改為無期徒刑，最終為有期徒刑），她的情緒非常不穩定，記錄中更寫明具有自殺傾向，她拒絕對負責的心理醫官透露心事，卻異常信任我，向我講述自身的生命歷程。這位因為把交托她照顧的稚齡兒童虐待致死的女人，竟然得到我的同情；對這一位做出慘無人道事情的人的同情接納，使我開始懷疑自己過去所持有的道德立場，甚至懷疑起自己的理性。但是，我卻又覺得已深入她的靈魂世界，單是聆聽她的敘述，竟然對她產生幾分好感。有一天她竟然給

我一張字條，希望我能做她的姊姊。當時我已經找到了另一份工作，在離開懲教處後，我仍與她通信一段日子，直到我離開香港，她在信中還不斷的祝福我。

我講出這個經歷，究竟有什麼目的？

正如我們從海寧格的學說中領悟到，同時更可以在他的練習中，用身體感覺、器官體驗，當我們把生命----這一條川流不息的河流，一直延伸到無限的遠方----我們會見到，甚至感受到世世代代的先人，而一切有可能在人類世界出現的事情，我們的祖先都曾經歷過：那些創立偉業的成功先人，一事無成、遊手好閒、敗家敗德的先人，作功臣的先人、當走狗的先人，多情的先人、薄倖的先人，殺人犯、被害者，突遭意外的先人、罹患重病的先人，遭逢戰亂的先人、永享太平的先人；當中有藝術家、木匠、小偷。我還可以一直數下去。當我們這樣看待每一位祖先親人，以及他們所遭遇的命運，便會把生命的領域擴大，把其中的經驗等平。那我又為什麼不可以體諒一個殺人犯的命運？難道在我的祖先群中沒有一個殺人犯？

海寧格在【心靈活泉】中，公開承認希特勒在那偉大的靈魂中的歸屬權，對絕大部份的德國人這無疑是難以接受的實情。這是德國人民的民族命運，我無法評論，只覺得接納要比排除更能帶出平靜與安祥，然後再讓這個正面



的態度所推動的力量，帶出更大的改革的潛能。

有機會翻譯海寧格的著作，對我而言是一份恩賜，當我仔細閱讀一字一句時，心情開闊極了。一方面，我感受到命運的無情；另一方面，在正視和承認所有事實真相時，我感到生命的動力活躍起來，正可謂「心靈活泉」。

希望讀者在閱讀時，也能夠感受那份心靈活泉的自在韻動。

霍寶蓮