

<<谁在我家>>

图书基本信息

书名：<<谁在我家>>

13位ISBN编号：9787506260763

10位ISBN编号：750626076X

出版时间：2003-10

出版时间：世界图书出版公司北京公司

作者：海灵格

页数：333

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<谁在我家>>

前言

我最早接触系统排列，是在德中心理治疗研究院主办的高级心理治疗师连续培训项目的课程中。来自德国的老师——韦斯勒克家庭排列学院（The Institute for Constellations Wiesloch）的根达·韦伯（Gunthard Weber）教授，运用系统排列（当时翻译为系统家庭星座）的方法，现场做了一些示范。我就是这次讲学中的第一个个案。

韦伯教授在课堂上把我的家庭，现场进行了排列和处理。

家庭系统排列的威力是震撼性的。

在随后的一段时间中，我会经常不知不觉地记起那个解决画面，让自己觉得有必要去做一些事情、说一些话。

这些事情和对话，是我们本来可以轻而易举地完成，但在现实生活中却偏偏没有完成的东西。

正是因为这些事情和对话。

让我们的家庭、婚姻和我们的爱发生了本质上的变化。

我决心要学习这门学问，要掌握它并把它运用到自己的工作当中。

后来，我多次参加了海灵格先生、韦伯教授和李中莹先生主持的系统排列工作坊，并开始阅读海灵格先生的著作。

海灵格先生的著作，让我走入了一个新的天地。

他那运用身体感觉来工作的方法让我感到非常震撼、非常新颖、非常亲切。

正如海灵格所说的，一个苹果，虽然不知道它生长出来的具体细节，但并不能代表不可以享用它。

有些事情，我们虽然不能尽善尽美地解释它，但是，只要可以掌握它的规律，仍然可以用它为人类、为自己服务。

海灵格的著作中，对老子和《道德经》的思想极为推崇。

在海灵格主持的工作坊里，他的治疗对中国道家传统的“无为”做了最好的诠释：凡事做最小的干预，只进行治疗所需的最小的介入，让事物按照它自己本来的面貌发展，允许当事人不发生变化。

这些不仅对我的治疗工作有极大的帮助，就算在日常生活中，也可以作为我们言行的准则。

海灵格不主张用文字记述他的工作，怕被人们把它当作条条框框，从而约束自己的心态。

只有突破条条框框，人们才能随心所欲地发挥自己心灵的力量。

正如《道德经》所讲：三十辐，共一毂，当其无，有车之用。

埴埴以为器，当其无，有器之用。

凿户牖以为室，当其无，有室之用。

故有之以为利，无之以为用。

① 只有突破旧的，才能达到崭新的境界。

反过来想，要想达到崭新的境界，学习一些原有的东西也是必经之路。

也因为如此，我才在这里斗胆将海灵格这本书翻译成中文，与大家共享。

在本书的翻译过程中，李中莹先生给予了尽心尽力地指导；本人亦曾经参阅了周鼎文先生和杨蜀琴女士的大作，在此深表感谢。

加拿大的张紫薇小姐、美国的黄梅女士和香港的徐志忠神父曾就英文方面不吝赐教，陈新宇小姐曾对本书部分文稿进行文字勘对，在此一并感谢。

张虹桥 2003年4月于佛山

<<谁在我家>>

内容概要

《谁在我家》是世界图书出版公司独家引进、德国家庭系统排列创始人伯特·海灵格经典力作；风靡欧洲及港台地区的心理疗法，揭示家庭中爱的隐藏动力！海灵格语言中包含了爱，他对哲学、故事和诗歌方面的兴趣，以及他切入人们日常抱怨、直指问题核心的能力，都确定本书并非纯科学的立场。他的言语是炽热的，并不仅仅是要传达信息，而是想引起触动和感动。从这种意义上来说，它是文学和应用哲学，任何对亲密关系感兴趣的人都可以阅读。

家庭系统排列（Family Constellation）是由德国当代系统心理学大师伯特·海宁格(Bert Hellinger)所发展出来。海宁格发现每一家庭或组织都有一股隐藏的动力，家庭或组织中的每一个成员都会受到这股动力的影响，而这个动力是在潜意识的深处，一般人不容易察觉。在家庭或组织中所发生的许多负面事件如：家庭失和、身心疾病、自杀、伤害意外、暴力犯罪等都是抵触这股力量所导致，而使整个家庭或组织的“爱的序位” (Orders of Love) 受到干扰，有的时候这些事件还会重复发生，延续到下一代。

系统排列的功能，就是要协助我们辨识家庭或组织背后的动力状况，把隐藏在潜意识的动力，藉由这个方法带到光亮的地方。同时也能找出解决的途径，调整被干扰的家庭或组织系统，让爱重新在家庭或组织中流动，不会把伤害再传递给无辜的下一代，也让组织能够顺畅的运作。

作者伯特·海灵格以诗一般的语言向读者阐述了其发现的一些事情，而那些事情往往和家庭中的亲密关系有关，这种关系控制着人们并改变着他们的生活。

<<谁在我家>>

作者简介

伯特·海灵格，德国享有盛名的心理治疗师，他所创新整合的“家庭系统排列”，轰动了整个欧洲。

近十年来，美国及欧洲其他国家地区争相邀请海灵格前去演讲示范。

自2001年以来，海灵格曾两次来到中国大陆地区开展“家庭系统排列”工作坊，在与会的数百名临床心理学工作者和心理学爱好者中引起极大反响。

海灵格早年曾任二十年牧师，卸下牧师之职后开始潜心研究精神分析，最后在家庭治疗的训练中，自成家庭系统排列治疗方法。

海灵格目前居住在德国。

<<谁在我家>>

书籍目录

译序

序

导言

第一部分 亲密关系中的现象学

第一章 良知的界限：愧疚和清白

第一节 个人良知和我们的感受

第二节 不同的需求，需要不同的行为

第三节 良知维护着连结

第四节 付出和接受之间的平衡

第五节 作用于社会法则中的良知

第六节 伟大整体的系统良知

第二章 男人和女人：家庭的基础

第一节 顾及性欲

第二节 伴侣之间的爱

第三节 更新能量

第四节 伴侣之间的连结

第五节 付出和收取的平衡

第六节 笑对死神

第七节 特别话题

第八节 治疗笔录

第三章 父母和孩子

第一节 父母和孩子之间的付出和接受

第二节 父母和孩子之间的层阶

第三节 亲子关系中的难题

第四节 治疗笔录

第四章 家族群体的良知

第一节 家族的组织

第二节 家族里的牵连

第三节 治疗笔录

第五章 爱和伟大的灵魂

第一节 为了伟大的信念

第二节 治疗笔录

第二部分 心理治疗注意事项

第六章 治疗师的心态

第一节 看

第二节 伙伴间的对话

第三节 超越善恶的全盘思考

第四节 行为导致后果

第五节 帮助的原则

第六节 要解决问题，不要盯着问题

第七节 阻抗，爱的错位

第八节 感觉的分类

第九节 选择的痛苦和命运的痛苦

第十节 注重事实，不要急于判断

第十一节 只有触及当事人的爱，解释才有作用

<<谁在我家>>

- 第十二节 随意解释和自以为是
- 第十三节 过分戏剧化
- 第十四节 假的好奇心
- 第十五节 放弃控制
- 第十六节 有效的治疗性陈述
- 第十七节 接受责任还是包揽责任
- 第十八节 恰当的语句
- 第十九节 治疗记录
- 第七章 系统排列的基本方法
 - 第一节 建立系统排列
 - 第二节 注意事项
 - 第三节 治疗性故事
 - 第四节 去除束缚, 创造自由
 - 第五节 治疗的仪式
 - 第六节 圆形座位
 - 第七节 治疗笔录
- 第八章 系统心理治疗中的特别主题
 - 第一节 梦
 - 第二节 阻抗
 - 第三节 悲伤和分离
- 附录1 影响海灵格工作发展的因素
- 附录2 中英名词(词组)索引

<<谁在我家>>

章节摘录

版权页：插图：当我们接受了某人的某些东西时，我们就会觉得内心有愧，从而有所牵挂。

当我们接受的时候，我们就会感激付出者，会感到欠了他的情。

这些义务让我们感到周身不适、压力重重，并试图通过回赠一些东西来消除它。

接受是罪责的一种形式。

在这种交换中，当我们全数接收过来，并回赠稍多一些的时候，在权利方面就会感觉到舒服些，就会产生清白无辜的感觉。

当我们全数接受、我们的需要得到满足并且我们也全数付出的时候，我们就会感觉到不拖不欠、无忧无虑和轻松自在。

在关系中人们相互交换方面，为了维持和得到清白无辜的感觉，人们往往采取三种模式：禁欲、帮助、全数交换。

禁欲 某些人用最小的方式参与生命，坚持清白无辜的幻象。

不是全数地接受他们需要的东西并为此表示感激，而是封闭自己，节食禁欲。

他们觉得这样可以摆脱需求和义务，因为他们没有需求，不需要接受。

虽然他们不必对任何人感到感激，自己问心无愧，但那种清白只能让他们成为袖手旁观的观察者。

他们洁身自爱，因此经常把自己想像成为高人一等或与众不同。

生活给他们带来的快乐也仅仅限于蜻蜓点水而已，相比较而言他们会感觉到空虚和不足。

在许多消极挣扎的人们身上，常常可以观察到这种态度。

他们对生活提供的一切采取不欢迎的态度，这种态度最早产生于和父母（或是其中一个）之间的关系中。

后来也不再接受其他的关系，不接受世界上美好的事物。

一些人通过抱怨别人给的不够或者不合自己心意来证明自己的拒绝接受是有道理的。

还有一些人通过指出付出者的错误和局限来证明不接受是对的。

但是，其结果都是一样的，他们固守着被动和空虚。

例如，有些人抱怨或拒绝接受自己的父母，惘顾父母为自己所做的一切，都会让自己明显地感受到不完整和损失。

反过来，我们观察一下那些成功接受自己父母现实状况的人们，他们把这些接受的体验转化成持续流动的力量和营养，让它们进入其他的关系中。

<<谁在我家>>

媒体关注与评论

书评世界图书出版公司独家引进；德国家庭系统排列创始人伯特·海灵格经典力作；风靡欧洲及港台地区的心理疗法，揭示家庭中爱的隐藏动力！

海灵格语言中包含了爱，他对哲学、故事和诗歌方面的兴趣，以及他切入人们日常抱怨、直指问题核心的能力，都确定本书并非纯科学的立场。

他的言语是炽热的，并不仅仅是要传达信息，而是想引起触动和感动。

从这种意义上来说，它是文学和应用哲学，任何对亲密关系感兴趣的人都可以阅读。

<<谁在我家>>

编辑推荐

《谁在我家》作者伯特·海灵格以诗一般的语言向读者阐述了其发现的一些事情，而那些事情往往和家庭中的亲密关系有关，这种关系控制着人们并改变着他们的生活。

<<谁在我家>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介, 请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>