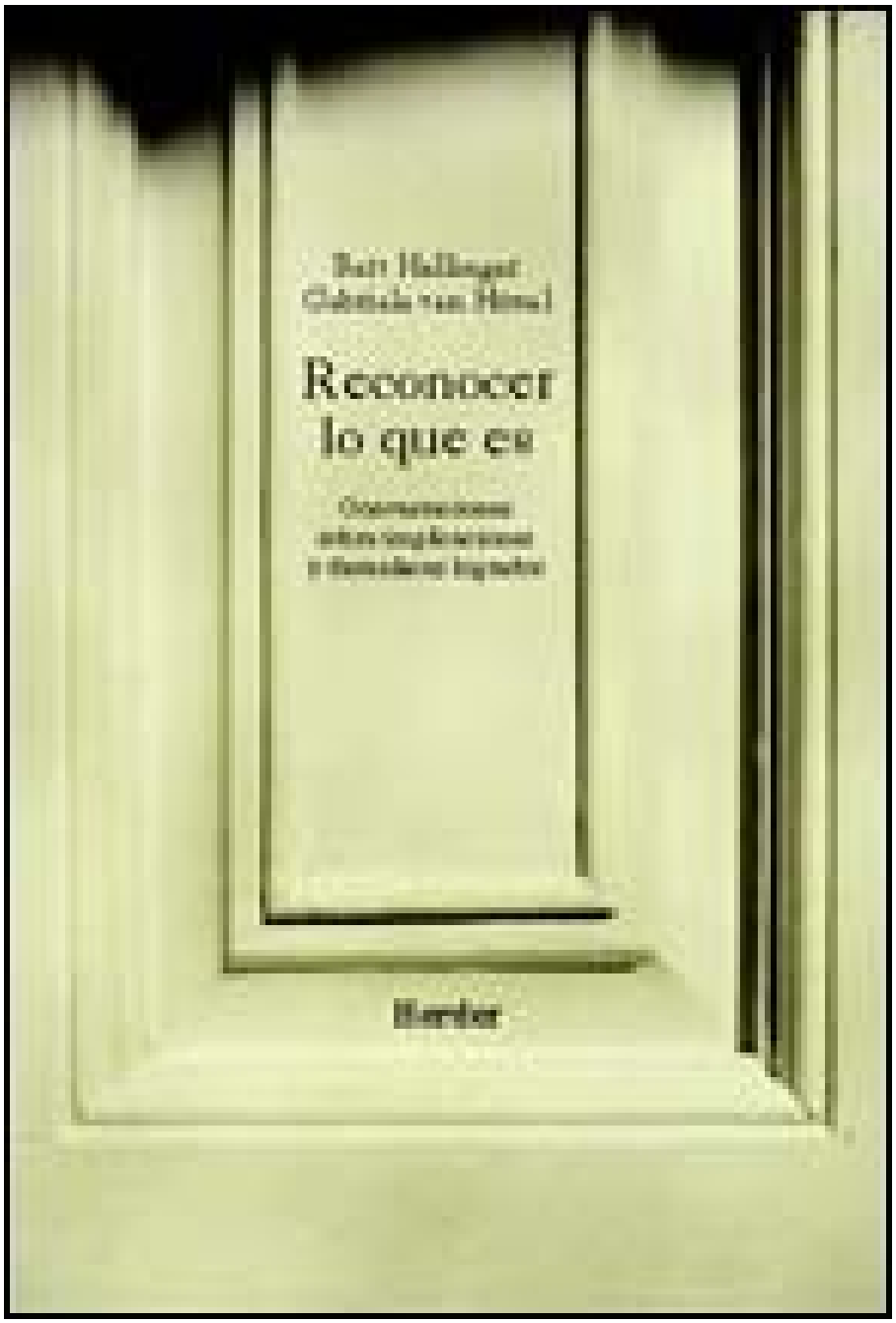
RECONOCER LO QUE ES

BERT HELLINGER

Conversaciones sobre implicaciones y desenlaces logrados.



Traducción del alemán por Sylvia Gómez Pedra
Herder

En estas conversaciones con la periodista Gabriele ten HÖVEL, Bert Hellinger responde a preguntas referentes a su modo de pensar y actuar terapéuticos. Al mismo tiempo invita al lector a acompañarle en el camino del conocimiento que para él comienza con el «reconocimiento de lo que es». Así, sus afirmaciones resultan comprensibles, por ejemplo, sobre implicaciones sistémicas y libertad; vinculación y amor; la ofuscación por la conciencia; lo grande en lo común; el progreso a través de la culpa; y la ilusión del poder. Hellinger también afronta preguntas críticas sobre indignación y moral, orden y violencia, adopción e incesto. Y también establece una clara separación entre la responsabilidad en los ámbitos psicoterapéutico y público.

Título original Anerkennen, was ist

Traducción: Sylvia Gómez Pedra

Diseño de la cubierta' Claudio Bado y Mónica Buzan

4* reimpresión 2004

© 1999 (9. AWL), Kösel-Verlag GmbH d Co., Munchen ©2000, de la traducción, Sylvia Gómez Pedra

©2000, Heder Editorial S. Barcelona

ISBN: M-254-21384

La reproducción total o parcial de esta obra sin el consentimiento expreso de los titulares del Copyright está prohibida al amparo de la legislación vigente.

Imprenta Tesys

Depósito Legal B - 26.922 - 2004
Printed in Spain — Impreso en España

Herder

www.herderedltotlal.com

ÍNDICE

Prefacio

«Sufrir es más fácil que asumir la solución» 15

La configuración de constelaciones familiares 17

La otra imagen 23

La bendición del padre 24

La solución 28

Lo que en la familia lleva a la enfermedad 29

La arrogación y sus consecuencias 32

Perpetradores y víctimas 37

«Me someto a la realidad tal como se presenta» Psicoterapia fenomenológica 41

«Cada uno sólo se encuentra implicado a su manera» El papel de la conciencia 49

«Quien se considera demasiado noble para enojarse, destruye la relación» Equilibrio, amor y venganza 59

«Quien está en concordancia, no lucha» Del destino 65

«Lo grande se encuentra en lo común» Meditación y caminos espirituales 69

«El desarrollo va de la mano de la culpa» Lealtad y rebeldía 77

«El ser se halla más allá de la vida» Acerca de la muerte 81

«Tocar algo más grande en el alma» Cómo llegar a desenlaces logrados 87

«Los órdenes se encuentran» Experiencia, libertad, ideología 101

«El amor es siempre fiable» Terapia y familia 105

<<E1 triunfo es la renuncia al éxito» Discernir los sentimientos 115

«Los sabihondos se niegan a saber» Saber y percepción 127

«Los pecados también tienen consecuencias buenas» El lado subversivo del orden 133

«Psicocapitalistas de la peor clase» Autorrealización, vinculación, plenitud 139

«El lugar de los hijos está al lado de los padres» Adopción e incesto 147

«La sexualidad es más grande que el amor» Amor, violencia y vinculación 157

«La indignación aporta poco para la solución» Política y compromiso social 169

«Renuncio a la esperanza de una paz eterna» La ilusión del poder 179

«La felicidad es un logro del alma» 183

«El alma se orienta en otras leyes que el Zeitgeist» Hombre y mujer 187

«Velando por la generación siguiente» Compromiso y compensación 199

«Orden del alma» y moral 205

Glosario 207

Centros 211

PREFACIO

Bert Hellinger confundió mi cabeza y alcanzó mi alma. Suscitó mi inseguridad e indignación, a la vez que curiosidad.

A primera vista, muchas de sus ideas me parecían tan terriblemente conocidas:

«La maternidad es algo grande» — ¡Por Dios!— «Honrar al padre y a la madre» — ¡Qué católico!— «No luches contra los padres, sino tómalos tal como son» — ¿Y todo lo que me hicieron?— «La mujer tiene que seguir al hombre» — ¿Y a ti te parece bueno un tipo así?

Sí. Su trabajo terapéutico me fascinó increíblemente. Durante tres días pude observarlo trabajando con enfermos ante un grupo de 400 personas. En un principio, era como una representación de teatro: suspense, emoción, y tan real como la vida misma. Pero sin darse cuenta, los espectadores, en un principio ajenos, se convierten en coactores en un drama titulado «la propia familia». De repente y sin esperarlo, cada uno se encuentra con su propia historia llamando a la puerta. Sucesos que hasta entonces parecían más bien secundarios cobran importancia: — ¡Ah sí, aún había aquella hermanastra!— De golpe brotan las lágrimas porque otra persona se inclina ante su madre. — ¡Será posible!— Y por la noche empieza a salir el agotamiento, Dios sabrá por qué — ¡Si sólo estuve mirando!

¿A qué se debe que las palabras piadosas empleadas en el trabajo terapéutico de repente se llenen de sentido? ¿Humildad ante los padres, pedirla «bendición» del padre? ¿Qué hay de cierto cuando una persona califica de «desmesurada» la disculpa, y de «arrogante» el perdón?

¿Qué guía el pensamiento de este hombre detrás de su actuar terapéutico, y cómo puede ser que, con absoluta certeza, ponga el dedo en los puntos ciegos del pensamiento ilustrado, tan arraigado entre nosotros? ¿Por qué se fija — en el amor en el incesto (¡Pero si uno habría de estar indignado!),
— en lo inexorable de la culpa en el contexto nacionalsocialista (!Pero si tendrían que haber estado enterados y haber luchado!),
— en la indignación como energía violenta (¡Pero si hay que luchar contra la injusticia!),
— en el respeto ante lo masculino a pesar de toda emancipación (¿De dónde habrá de salir con tanto desprecio masculino para lo femenino?),
— en la culpa de unos padres adoptivos en relación a su hijo adoptado (¡Pero si la adopción es un acto sumamente social!),
— en el vínculo con la familia como fuente de libertad (¡Pero si uno ha de emanciparse de los padres!),
— en la reconciliación con el destino (¡Mi destino está en mis propias manos!).

¡Cuántas preguntas se agolpaban en mi cabeza! Pero el fondo de mi fascinación por el trabajo de Hellinger era simplemente la manera en que me tocaba y conmovía personalmente. Independientemente de si lo presenciaba en vivo, de si me abismaba en sus libros o, más adelante, pasaba largas horas hablando con él — después, siempre sentía algo extraño, algo pacífico, una especie de alegría serena para mí misma y para el mundo. ¿Cómo se explica este

hecho? Quizás tenga que ver con que nos hallamos ante un hombre que, incansablemente, busca el amor como fuente de implicaciones, sufrimientos y enfermedades.

El lenguaje de Hellinger en ocasiones parece un tanto anticuado. Cuando habla de humildad, de bondad o de gracia, de la bendición del padre, de la vida como un regalo o de la reconciliación, alcanza una esfera de la vivencia anímica para la que la Psicología moderna, orientada en el análisis, no dispone de palabras. Es como si estuviera tendiendo un puente a una realidad vital que no conoce ningún lenguaje para las pulsiones más profundas del alma. Todo eso también me parecía inquietante: ¿Quién es este hombre que, más allá del entendimiento, me pilla en otro pie totalmente distinto?

Bert Hellinger puede ser brusco con sus clientes, insistente y —por no decir más— decidido (algunos dirían autoritario), si lo considera necesario. No tiene reparos en expresar incluso las realidades más crudas. Otros, como mucho, se atreven a pensarlas. No es hombre de miramientos, sino de prudencia.

Este psicoterapeuta, que prefiere referirse a sí mismo como *acompañante de almas*, confunde a los abogados de todos los pobres y desvalidos, viudas y huérfanos, sean terapeutas, sacerdotes u otras personas comprometidas que, con tanta facilidad, reivindican el derecho de ocuparse de otros. El vocabulario de la buena persona y de las grandes metas de la educación o de la terapia esclarecidas... de alguna manera parece un tanto pálido, inflado y sin fuerza al lado de su lenguaje tan sencillo. Y con todo esto, este Hellinger no quiere saber mucho, ¡qué extraño!

En la mayoría de los casos, el cliente acude al terapeuta para presentar hasta los rincones más recónditos del sufrimiento a su gusto personal. Hellinger «sólo» quiere saber sucesos, no aquello que una persona opina o siente «en este momento». No: «Venga, configura primero tu familia», interrumpe cualquier inicio de lamentaciones sobre padres malos o madres acaparadoras.

Una vez estuvo trabajando con un hombre que había perdido a su mujer y a su hijo en un accidente. El relato de los hechos fue tan terrible que la sala entera quedó paralizada. Y Hellinger, enfrente de este hombre, escucha, y su voz se vuelve suave: «Ahora configura la constelación», dice, y sabe, de manera inigualable, estar al lado de este hombre, brindándole la oportunidad de mirar la muerte de sus seres queridos para, después, acompañarlo también en el camino de vuelta a la vida — muy tranquilamente, con pocas palabras y con una bondad segura que sostiene a todos los presentes. También éste es él: un hombre sensible, cálido, absolutamente centrado a la hora de mostrar su compasión.

Y finalmente llegó el día en que realmente nos encontramos sentados el uno al lado del otro, primeramente en los estudios de radio, después, en su despacho, repasando un intenso catálogo de preguntas. ¡Qué bien que estuviera dispuesto a responderlas todas! No todo ha quedado aclarado hasta el final, pero lo suficiente para un principio.

Las conversaciones con Bert Hellinger invitan a sumergirse en una corriente de ideas y sentimientos a veces contradictorios. Provoca, fascina, conmueve e irrita. Esta mezcla nutre el espíritu e impulsa el pensamiento donde, en otras situaciones, tiende a apoltronarse. Y, de alguna manera, uno vuelve al mundo con más comprensión.

Gabriele ten Hövel

«SUFRIR ES MÁS FÁCIL QUE ASUMIR LA SOLUCIÓN»

Este primer capítulo reproduce un programa de radio que presentó el trabajo de Bert Hellinger a los oyentes de Südfunk 2 Stuttgart. Dado que ofrece una introducción extensa al pensar y actuar de Bert Hellinger, se halla al principio de las conversaciones resumidas en este libro.

TEN HÖVEL «Terapia familiar sistémica» — ¿qué es eso?

HELLINGER En terapia familiar sistémica se trata de averiguar si la persona, en el ámbito de la familia extensa, se encuentra implicada en suertes de anteriores miembros de la familia. Tales implicaciones pueden ser descubiertas mediante el trabajo con Constelaciones Familiares. Una vez salen a la luz, la persona puede librarse de sus implicaciones con más facilidad.

TEN HÖVEL ¿Qué son «constelaciones familiares»? Aportemos un ejemplo para tener una referencia concreta. Está tomado de un seminario de Bert Hellinger con motivo de un congreso en Garmisch (Alemania). Allí trabajó con clientes con dolencias físicas.

Los pacientes se encuentran sentados en un gran círculo, rodeados de unas 400 personas que participan en virtud de observadores. El trabajo siempre comienza con la pregunta de Bert Hellinger por el motivo que ha traído al cliente aquí.

Un hombre joven sufre, desde sus 18 años, de una enfermedad que se manifiesta en palpitaciones y trastornos vegetativos. A las preguntas de Bert Hellinger el cliente responde:

CLIENTE Existen muchos conflictos en la familia. Mi madre y mi padre viven separados. Mi madre y mi abuelo están reñidos. Hay muchos problemas prácticos, por ejemplo: ¿cómo consigo que todos juntos vengan a mi boda?

HELLINGER *al público* Este trabajo sólo requiere muy pocas informaciones. A saber, sucesos exteriores, incisivos, no aquello que las personas piensan o hacen normalmente. Un hecho ya lo nombró: sus padres viven separados. Otros sucesos incisivos pueden ser: la muerte de hermanos; si alguien fue excluido o ex-pulsado; estancias en el hospital en temprana edad, complicaciones durante el parto, o si la madre murió en el parto. Éstas son las cuestiones claves.

al cliente ¿Hubo tales sucesos en tu caso?

CLIENTE La hermana gemela de mi madre murió.

HELLINGER Eso ya me basta. Es algo tan incisivo que probablemente eclipsará a todo lo demás. Bien, primero configura la familia de origen. A ella pertenecen la madre, el padre, ¿y cuántos hijos?

CLIENTE Aún tengo una hermana menor.

HELLINGER De acuerdo, ahora configuras a estas cuatro personas. Busca a alguien de entre el público que represente a tu padre, otra persona que represente a tu madre, alguien para ti y alguien para tu hermana. Escoge a quien sea. Basta que configures a estos cuatro.

Después, vas con cada uno de ellos, lo coges con ambas manos y lo colocas en su lugar, sin decir nada. Y los representantes tampoco dirán nada. Ponlos en relación unos con otros, tal como corresponda a la imagen interior de la familia, tal como resulte del proceso mismo.

LA CONFIGURACIÓN DE CONSTELACIONES FAMILIARES

TEN HÖVEL A continuación, el hombre escoge de entre el público representantes para su padre, para su madre, para su hermana y para sí mismo, personas absolutamente desconocidas, colocándolas en relación unos con otros, guiándose por su intuición en ese momento. En este caso, el padre se halla apartado de la madre. El hijo, en cambio, es decir, el representante del cliente, se encuentra enfrente de la madre. Se encuentran, pues, personas absolutamente extrañas, elegidas por pura casualidad, sin conocer ni al cliente ni a su historia familiar — ¿y qué puede resultar de aquí?

HELLINGER Eso es lo curioso en estas constelaciones: las personas elegidas que representan a los miembros de la familia sienten como las personas reales en cuanto se hallan en esta constelación. En ocasiones incluso manifiestan los síntomas que esos miembros de la familia tienen, sin saber nada de ellos. Así, por ejemplo, un participante sufrió un ataque epiléptico al tener que representar a un epiléptico. O, frecuentemente, una persona empieza a sentir palpitaciones, o frío en un lado del cuerpo. Al preguntar al cliente, resulta que realmente es así en la persona que aquel participante representa. Es algo que no tiene explicación. No obstante, puede ser comprobado cientos y miles de veces en estas constelaciones.

TEN HÖVEL ¿Qué es lo que actúa en esta constelación? ¿Qué puede Ud. deducir de ella?

HELLINGER Puedo deducir las relaciones entre los diversos miembros de la familia. En este caso, por ejemplo, es muy significativo que el padre se encuentre apartado, y el hijo, directamente enfrente de la madre. Mirando esta imagen se ve dónde se halla el problema.

TEN HÖVEL Usted habla de «implicaciones», ¿a qué se refiere con este concepto?

HELLINGER Implicación *significa* que alguien en la familia, inconscientemente, vuelve a asumir y a vivir la suerte de otro miembro de la familia, anterior a él. Cuando, por ejemplo, en la familia se dio un hijo para la adopción —también puede haber sido en la generación anterior—,

más tarde, alguien se comporta-rá como si también hubiera sido dado; y no puede librarse antes de saber que se haya cogido en una implicación sistémica.

La solución coge el mismo camino a la inversa: la persona que fue dada para la adopción entra nuevamente en juego. Así, por ejemplo, se le incluye en la constelación familiar de repente, esa persona excluida se convierte en fuerza protectora para el que se encontraba identificado con ella. Cuando los excluidos son integrados y reconocidos de nuevo, se muestran afables con los descendientes.

TEN HÖVEL Eso no es tan fácil de comprender. Uno repite una suerte que ni siquiera conoce. El cliente antes mencionado, por ejemplo, nunca conoció a la tía muerta. ¿A qué se deben, pues, estas implicaciones? ¿Tienen algo que ver con lo que Ud. llama la «conciencia de la red familiar»?

HELLINGER Exacto. Obviamente existe una conciencia de grupo. Al grupo en el que dicha conciencia actúa pertenecen los hijos, los padres, los abuelos, los hermanos de los padres, y todos los que hicieron sitio, por ejemplo, cónyuges o novios anteriores de los padres. Ahora bien, si uno de éstos sufrió una injusticia, en el grupo surge la necesidad irresistible de compensación. Es decir, la injusticia ocurrida en generaciones anteriores, más tarde es representada y sufrida nuevamente por otra persona para que, por fin, se arregle. Se trata, por así decirlo, de una compulsión iterativa sistémica. Sin embargo, tales repeticiones nunca arreglan nada.

Aquéllos que tienen que asumir el destino de un excluido son obligados injustamente por la conciencia de grupo, ya que ellos son absolutamente inocentes. Aquéllos, en cambio, que realmente se hicieron culpables, por ejemplo por dar o excluir a un miembro de la familia, quizás se encuentren bien a pesar de todo.

La conciencia de grupo, por tanto, no conoce la justicia para los descendientes, sino únicamente para los antepasados. Obviamente, este hecho tiene que ver con un orden fundamental en todo sistema familiar, orden que se rige por la siguiente ley: Quien una vez pertenece al sistema, tiene el mismo derecho de pertenencia que todos los demás. Algunos, sin embargo, condenando o excluyendo a otro miembro del sistema, dicen: «Tú tienes menos derecho de formar parte que yo.» Ésta es una injusticia que será expiada a través de la implicación, sin que los afectados mismos lo sepan.

TEN HÖVEL ¿Podría Ud. referir un ejemplo de cómo esta dinámica actúa a través de las generaciones? ¿Cómo habría que imaginárselo?

HELLINGER Puedo referir un ejemplo realmente terrible. Hace un tiempo, vino a verme un abogado, totalmente deshecho. Había investigado en su familia, descubriendo lo siguiente: La bisabuela estuvo casada, y mientras estaba en estado de ese hombre, conoció a otro. Poco después murió el primer marido, a la edad de 27 años, un 31 de diciembre, y se sospecha que fue asesinado. Más tarde, aquella mujer no traspasó la granja, que ella había heredado de su primer marido, a su primer hijo, sino al hijo del segundo matrimonio. Ésta fue una gran injusticia.

Desde entonces, en esa familia se habían matado tres hombres a la edad de 27 años, siempre un 31 de diciembre. Al verlo, el abogado se dio cuenta de que uno de sus primos acababa de cumplir los 27 y que el 31 de diciembre se estaba acercando. Así, pues, fue a su casa para

avisarlo. El primo ya había comprado una pistola para matarse de un tiro. — Así actúan implicaciones sistémicas. Más tarde, ese mismo abogado volvió a consultarme; esa vez, él mismo se hallaba en agudo peligro de suicidio. Le pedí que se pusiera de espaldas contra una pared; después le dije que se imaginara al hombre muerto y que le dijera: «Te doy la honra. En mi corazón tienes un lugar. Y llamaré por su nombre la injusticia que sufriste, para que pueda hacerse la paz.» En ese momento se sintió libre de su pánico.

TEN HÖVEL En nuestro ejemplo, el siguiente paso es que el hombre que acaba de configurar su familia se sienta. Se queda observando lo que Bert Hellinger hace a continuación. Éste pregunta cómo se encuentran los miembros de la familia representados en la constelación:

HELLINGER ¿Qué tal el padre?

PADRE De momento, aún no siento cómo me encuentro.

MADRE Me encuentro un poco aislada, y si éste es mi marido, está demasiado lejos. De alguna manera siento una relación especial con mi hijo.

HELLINGER *al público* ¿A quién tiene que representar el hijo? — A la hermana gemela de la madre, que falleció. Imaginaos lo que eso significa para un hijo.

¿Cómo se encuentra el hijo?

HIJO Noto que aquí estoy fuera de lugar. Estoy enfrente de todos éstos. También noto que hacia la madre existe un vínculo fuerte.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la hermana?

HERMANA Hacia la izquierda me encuentro mal, me parece demasiado estrecho. Hacia el hermano aún diría que es lo más interesante.

HELLINGER al público Cuando en una constelación familiar se ve que una persona se encuentra excluida, que no aparece, el paso siguiente consiste en hacerla entrar en juego nuevamente. Ahora introduciré a la hermana gemela.

al cliente ¿Por qué murió?

CLIENTE Fue especialmente trágico. Fue después de la guerra. Mi abuelo justo había vuelto y, un domingo por la tarde, tuvo que hacer algún reparto con el camión. Se llevó a la hija y a la abuela. La hija estuvo jugando en la puerta cuando el coche arrancó, se cayó del camión y fue atropellada por su propio padre. Fue terrible. La niña tenía siete años.

HELLINGER Ahora escoge a alguien para la hermana de la madre y ponla al lado de la madre, muy cerca

a la madre ¿Cómo te encuentras ahora? MADRE Mejor, pero está muy cerca.

HELLINGER Sí, también tiene que ser así. — ¿Qué tal la hermana muerta?

HERMANA MUERTA Encuentro muy agradable el estar tan cerca. HELLINGER ¿Qué ha cambiado ahora para el hijo?

HIJO Noto que la relación con la madre ya no es tan fuerte. Se dirige más bien hacia el padre.

HELLINGER *al público* Exacto. Queda aliviado por aparecer ella.

al marido ¿Ha cambiado algo para el marido?

MARIDO Me siento aislado. Ya por la postura, es decir, que no miro a la familia y que siempre tengo que esforzarme para captar lo que está pasando allá.

HELLINGER Desde el punto de vista sistémico, este hombre no tienen ninguna salida con esta mujer. La mujer está tan atada a su familia de origen y a su hermana gemela que no puede dirigirse a ningún hombre. Por tanto, esta relación está destinada al fracaso desde un principio. — Pero los hijos deben ir con su padre.

Hellinger pone a los hijos enfrente del padre

HELLINGER *al hijo* ¿Cómo te encuentras aquí?

HIJO Es una sensación más armónica. Ahora noto la relación más fuerte con el padre. De alguna manera, la hermana a mi lado me da fuerzas.

HELLINGER *a la hija* ¿Cómo te encuentras tú ahora?

HIJA También mejor. Pero ya antes me encontraba mejor, cuando apareció la hermana gemela.

PADRE Me siento muchísimo mejor teniendo unas personas delante que me miran.

HELLINGER El hijo tiene que estar un tiempo al lado del padre. Pegado a él. Aquí está la fuerza sanadora para él.

al cliente ¿Es comprensible para ti?

CLIENTE Hasta cierto punto, sí. Durante años no hubo ningún contacto con mi padre. Ahora, durante los últimos años, nos hemos ido visitando, y muchas veces se trata de que él tiene unas expectativas que me son imposibles de satisfacer.

HELLINGER Tienes que pedirle que te bendiga.

LA OTRA IMAGEN

TEN HÖVEL Durante la constelación, Ud. le hace preguntas al cliente, y al final, también mira la constelación con el cliente o éste ocupa el lugar de su propio representante en la constelación. ¿Qué ocurre en el cliente a través de esta constelación?

HELLINGER En primer lugar ve que en su interior llevaba una imagen limitada de su familia. En este caso, por ejemplo, la hermana gemela estaba excluida. El cliente ve que él mismo tenía que sustituirla para su madre, y también ve que el padre quería marcharse. Ahora bien, en cuanto introducimos a la persona excluida, la imagen cambia. Los hijos pasan al lado del padre en vez de seguir con la madre, y ésta permanece sola con su hermana gemela, porque sigue atada a ella. De esta manera, el cliente obtiene otra imagen de su familia. De repente ve que es la madre quien quiere marcharse y que, en su lugar, se fue el marido. Es un hecho que se da frecuentemente, que uno de los cónyuges se marcha, aunque en el fondo tendría que hacerlo el otro.

Así, los hijos ya no se encuentran al lado de la madre, sino con el padre. Del padre emana ahora una fuerza sanadora. Ahora, el cliente, que tanto tiempo estuvo al lado de la madre y lejos del padre, tiene que ponerse al lado de su padre para así recibir la fuerza masculina de él. Pero eso sólo no basta, ya que antes se encontraba en conflicto con su padre justo por estar al lado de la madre. Por tanto, tiene que ganarse al padre, necesita su bendición.

LA BENDICIÓN DEL PADRE

TEN HÖVEL Bendición — una palabra de contenido muy religioso.

HELLINGER Sí, es cierto. Estrictamente hablando, un ser humano no viene de los padres, sino a través de los padres. La vida viene de lejos, y no sabemos qué es aquello. El mirar hacia allá, eso es religioso. Entonces no miramos lo cercano, sino el fondo último, sin darle ningún nombre.

Por tanto, si este hijo se inclina con respeto ante su padre, pidiéndole su bendición, se entrega a esta corriente. Asimismo, la bendición no viene del padre, no exclusivamente del padre, sino que le llega de lejos, a través del padre. Mirado así, también este acto es religioso. La fuerza inherente a esta bendición no es algo que el padre tenga en sus manos.

Quien de esta manera ha tomado la vida, está en concordancia con su origen; se halla de acuerdo con su destino singular, determinado, en gran parte, por los padres. A través de los padres recibe tanto sus posibilidades como sus límites. En cuanto la persona asiente a ambos aspectos, este acto es como una entrega al mundo tal como es, y es religioso.

En este sentido, estas constelaciones tienen también algo litúrgico, son un rito sanador. Pero no un rito impuesto desde fuera, sino el resultado de la dinámica de la misma constelación. Por tanto, hay que tener mucho cuidado y tratarlo con mucha delicadeza y gran respeto.

TEN HÖVEL En la liturgia, el elemento decisivo es el sacerdote. En este tipo de constelaciones tampoco es que el cliente haga nada grandioso. Simplemente mira como el terapeuta va cambiando la constelación de modo que todos los miembros de la familia se encuentren mejor. Ésta es una manera muy pasiva de someterse a una terapia.

HELLINGER El cliente configura el sistema; por tanto, es muy activo. Sólo en cuanto haya configurado la constelación, yo le ayudo a encontrar la solución. Al final, cuando ya se trata de llegar a la solución, cuando, por ejemplo, le pide a su padre: « ¡Por favor, bendíceme!», el cliente nuevamente está activo. Donde una persona permanece exclusivamente pasiva, interrumpo en seguida. Con una persona así no trabajo.

Pero lo que Ud. dijo de lo sacerdotal encierra una gran verdad. Como terapeuta, me siento en concordancia con un orden mayor. Sólo porque mantengo esta sintonía veo la solución y la impulso. Por eso, un terapeuta que realiza este tipo de trabajo es muy activo. Al verlo, a veces parece espantoso para otros. Es un actuar como con gran autoridad.

TEN HÖVEL Muchos dicen que es autoritario.

HELLINGER Sí, así lo oigo muchas veces. Pero este tipo de autoridad sólo puede ejercerse con un máximo de humildad, es decir, estando en sintonía: Yo la ejerzo porque me siento en concordancia con la realidad que ante mí se presenta. Sobre todo me siento en sintonía con aquéllos que están excluidos.

TEN HÖVEL Los excluidos son aquéllos que en una familia fueron apartados por algún motivo.

HELLINGER Aquéllos a quienes se les niega el honor, la pertenencia o la igualdad de rango.

TEN HÖVEL En este caso, sería la hermana gemela muerta. Sin embargo, el hecho como tal era conocido en la familia...

HELLINGER Sí. Pero ¿qué ocurre con una desgracia tan grande? Provoca miedo en el sistema, por lo que ya no se quiere saber nada, ni tampoco mirarla abiertamente.

Hace pocas semanas, este mismo cliente me escribió una carta de la que se desprendía claramente que también tendía a imitar al abuelo por sentir tanta compasión con él, ya que ese hombre realmente debió de pasarlas muy mal.

Le respondí que debía respetar el destino del abuelo y dejarlo con él.

TEN HÖVEL El abuelo es el que causó la muerte de la hermana gemela.

HELLINGER Sí. Nadie debe consolarlo; no puede ser. La dignidad de un hombre en una situación así exige que los demás dejen que él lo lleve. Entonces es grande. No debe inmiscuirse nadie.

Cuando digo eso, por una parte soy duro; por otra parte, guardo un gran respeto y estoy en sintonía con ese abuelo, justamente porque lo respeto. Si actúo así, también el nieto queda libre.

TEN HÖVEL En esta última parte de la constelación, Ud. dijo: «En esta relación, el hombre no tiene ninguna posibilidad; esta relación está destinada a fracasar de antemano.» Eso también suena muy apodíctico, muy duro.

HELLINGER Pero no es ningún invento mío. Cuando un gemelo muere pronto, sobre todo cuando la muerte ocurre de una manera tan trágica, el otro desea seguirle. Aquella mujer, aunque quisiera, no logrará desprenderse de su hermana gemela. Eso parece muy duro.

También podría poner a la mujer a la derecha del hombre, y a la hermana gemela, a la derecha de ella; de esta manera se integraría a la hermana gemela. Pero por mi experiencia sé que eso no ayudará en un caso así. Ese destino es tan grande que la madre tiende a salir del sistema; hay que dejar que se vaya con su familia de origen.

Eso no quiere decir que se suicide ni nada por el estilo. Pero no puede soportarla felicidad al lado de su marido cuando su hermana gemela fue tan desdichada. Es un amor muy profundo el que actúa aquí. Si lo respeto, la madre se encuentra plenamente confrontada con su destino y se siente aliviada, por estar unida con su hermana gemela, antes excluida. Pero pensar que esta mujer podría vivir felizmente al lado de su marido contradiría toda mi experiencia. Nunca hay que subestimar estos vínculos tan profundos.

TEN HÖVEL En este caso concreto, Ud. hizo un pequeño ejercicio con el cliente:

HELLINGER *al cliente* Ve al lado de la hermana gemela muerta e inclínate suavemente, con respeto. Después, haz lo mismo ante los abuelos. Hazlo con consideración y respeto ante su destino.

El cliente hace una reverenda.

Enderézate y míralos a todos. Aún no has mirado a la hermana gemela. *Pausa* Mírale a los ojos, es tu tía. Pausa Respira profundamente y vuelve a inclinarte suavemente. *Pausa* Deja la boca abierta y respira profundamente. Deja que el dolor salga. Éste es un dolor que honra a tu tía. *Pausa* Mírala otra vez.

al público Ahora se ve la diferencia en ambas caras, de ella y de él. Él no puede tomar aquello que ella le ofrece. Para él, la enfermedad es más fácil que tomar la bendición de la tía.

TEN HÖVEL Con estas palabras, Ud. terminó la constelación. Del público vino la pregunta preocupada: ¿Qué ocurre ahora? ¿Deja Ud. que este hombre simplemente se vaya, sin más?

HELLINGER *al público* La pregunta de la participante fue: ¿Cómo sigue esto? Ella pensaba que tenía que seguir. No sigue. El cliente ha negado la solución.

Aquí se manifiesta algo muy importante: el problema y el sufrimiento son más fáciles que la solución. Este hecho tiene que ver con que el sufrimiento o el mantener el problema aportan una profunda sensación de inocencia, o de lealtad, pero a un nivel mágico. Con ello se nutre la esperanza de que el propio sufrimiento podría salvar a otra persona.

Ahora bien, si el cliente ve que la tía no necesita ninguna salvación, es un gran desengaño para él. De esta manera, todo lo que hasta ahora haya hecho por ella ha sido en vano. No es fácil reconocer algo así. Por tanto, la persona prefiere mantener el problema, aunque ya haya visto la solución.

En un caso así, el terapeuta no debe entrometerse ni hacer nada más. Yo le confío a su buena alma. Eso es todo lo que puedo hacer.

LA SOLUCIÓN

TEN HÖVEL Normalmente, éste sería un punto en el que se prosigue con el trabajo terapéutico; ¿Ud. simplemente termina aquí?

HELLINGER Hace un tiempo, ese mismo cliente me escribió una carta por la que pude ver que su buena alma había seguido obrando. Posteriormente se había dado cuenta de que no podía tomar la bendición de la hermana gemela, porque estaba identificado con su abuelo. El abuelo tampoco podía tomar el amor de su hija.

TEN HÖVEL El abuelo que causó la muerte de su hija.

HELLINGER Sí. Éste considera tan grande su culpa que no puede aceptar la descarga de que su hija, que él atropelló, le esté sonriendo cariñosamente. En aquel momento, el cliente estaba identificado con el abuelo. Pero como su buena alma siguió actuando, pude ayudarle en otro momento. Se había dado cuenta de que estaba identificado con su abuelo. Le dije que tenía que dejar el dolor con el abuelo— así quedó libre.

TEN HÖVEL Cuando Ud. dice «pude ayudarle», ¿qué significa eso concretamente? ¿Mejoró su enfermedad?

HELLINGER Pude ayudarle a desprenderse de la identificación con el abuelo. El abuelo seguramente es alguien que siente la necesidad de expiar lo sucedido. Y una enfermedad, a veces, es una necesidad de expiar. Sería posible que la enfermedad del cliente también sirviera de expiación, pero en lugar del abuelo. Si el cliente logra librarse de esta

identificación, quizás también pueda mejorar la enfermedad. Sin embargo, es algo que yo no sé, ni tampoco es éste mi primer interés.

Mi primer interés se dirige a las fuerzas que en el alma obran para la sanación, y que también obran en la familia. Cuando estas fuerzas positivas son liberadas, es posible que también mejore una enfermedad. Ésta, sin embargo, no es mi meta inmediata. Mi meta se ubica en el ámbito del alma y de la familia. Si en consecuencia también mejora la enfermedad, estaré encantado. Pero éste es un ámbito que prefiero dejar para los médicos; ellos son los especialistas. Yo no me meto en asuntos que sobrepasan mis competencias.

LO QUE EN LA FAMILIA LLEVA A LA ENFERMEDAD

TEN HÖVEL Ud. trabaja con enfermos bajo tratamiento médico. Es decir, los médicos vienen con sus pacientes para trabajar con Ud. Por una parte, Ud. dice que el cáncer tiene que ver con una reverencia no realizada, o los dolores abdominales, con una relación confusa con la madre. Sin embargo, Ud. no dice que cura configurando estas constelaciones familiares.

HELLINGER Lo que encontré en mi trabajo con enfermos es que la misma dinámica de fondo lleva a diversas enfermedades. Yo sólo trabajo con las dinámicas de fondo.

En las familias existe la necesidad de que un hijo quiera seguirle a algún miembro muerto de la familia, bien sea un hermano, la madre o el padre. Así, le dice interiormente: «Te sigo». Cuando una persona se halla en esta situación, es posible que se suicide, que desarrolle un cáncer u otra enfermedad. Es decir, la misma dinámica de fondo puede manifestarse de maneras diferentes. Por tanto, sería erróneo si pretendiera curar el cáncer sin tener en cuenta estas dinámicas de fondo.

De hecho, sólo existen tres dinámicas de fondo:

— la tendencia de: «Te sigo a la muerte, o a la enfermedad, o a tu destino»;

— la de: «Prefiero morir yo antes que tú», o: «Prefiero marcharme yo antes que tú»;

— y la tercera: la expiación de una culpa personal.

En la constelación de nuestro ejemplo, el marido probablemente decía: «Prefiero salir yo de la familia antes que tú, mi querida mujer».

TEN HÖVEL ¿Por qué actúa así?

HELLINGER Es algo inconsciente, totalmente inconsciente. También los hijos actúan así, por ejemplo si ven que uno de los padres tiende a seguirle a otra persona. En nuestro ejemplo, la madre quería seguirle a su hermana gemela muerta. En consecuencia, el hijo le dice: «Prefiero caer enfermo o morir yo antes que tú». Ésta sería una posible dinámica en este caso.

TEN HÖVEL Pasemos ahora a un segundo ejemplo para ilustrar la relación entre padres e hijos. Se trata de una mujer que, desde hace doce años, padece de esclerosis múltiple. Esta cliente relata de su padre que fue nazi y que, durante la guerra, fue responsable de la muerte de dos desertores. Nuevamente fueron personas desconocidas de entre el público que representaron a los miembros de la familia. En este caso, Ud. envió al padre fuera de la sala. ¿Por qué?

HELLINGER Bien, aquí nos encontramos ante una gran excepción en terapia familiar. Los asesinos, por regla general, pierden su derecho a la pertenencia. Quien de esta manera es culpable y responsable de la muerte de otra persona, ha perdido su derecho de pertenencia; tiene que abandonar el sistema. El salir de la puerta significa que aquella persona ha perdido la pertenencia; pero también significa que la persona muere, o que quiere morir o suicidarse.

Ahora bien, si alguien que ha perdido la pertenencia no se marcha, un hijo lo hará en su lugar. Por tanto, la compasión con los perpetradores no aporta absolutamente nada. De esa manera, se es duro con los que en realidad son inocentes.

TEN HÖVEL Después de la constelación, Ud. le dijo a la cliente que su dinámica era la de: «Prefiero desaparecer yo antes que tú». En lugar del padre, es la hija quien quiere marcharse. Ésta sería una de las causas de su enfermedad. Cuando Ud. le preguntó si le era comprensible esta afirmación, se desarrolló un pequeño diálogo entre Ud. y aquella mujer:

CLIENTE Bueno, me es comprensible en el sentido de que puedo soltarlo, de que ya no tengo que llevar ninguna responsabilidad por mi padre, idea que hasta ahora tenía. Aquello que hizo no se supo hasta hace dos o tres años. Y yo se lo dije a mis hermanos.

HELLINGER ¡No hubieras tenido que hacerlo nunca! Tampoco hubieras tenido que preguntar.

CLIENTE No lo pregunté, sólo dije: «Cuéntame lo que pasó durante la guerra».

HELLINGER Pero eso es algo que ningún hijo puede hacer. El hijo no debe violar los secretos de los padres. Puede ser que una parte de tu dolencia sea una expiación de esta intromisión.

PREGUNTA DEL PÚBLICO ¿Así, nuestros padres no hubieran tenido que contarnos nada de la historia nazi?

HELLINGER No, no hubieran tenido que hacerlo. No si ellos mismos se encuentran implicados. De lo contrario, ¿qué hacen los hijos? Les dicen a los padres: « ¡Que habéis hecho!», y, en consecuencia, los hijos acaban siendo tan terribles como los padres.

PREGUNTA DEL PÚBLICO ¿Puedo saber algo de mis padres y también puedo comprender por qué actuaron así? ¿Y puedo perdonarles?

HELLINGER Un hijo no debe ni comprender ni perdonar, ¡Qué arrogación!

LA ARROGACIÓN Y SUS CONSECUENCIAS

TEN HÖVEL En este punto hubo bastante alboroto; algunas personas del público reaccionaron muy indignadas. Si los niños tienen un sentido intuitivo de la justicia, ¿por qué no pueden hacer preguntas? De la misma manera también notan que a los padres les pesa la conciencia.

HELLINGER Sí, lo notan, pero no deben inmiscuirse.

TEN HÖVEL Los niños no son adultos; simplemente lo hacen, preguntan, y también con toda inocencia. ¿Por eso tienen que expiarlo con una enfermedad?

HELLINGER Naturalmente depende de qué se trate. Si se trata de la culpa de los padres o de la relación íntima de éstos, cualquier pregunta de los hijos es una arrogación inmensa. Sobre todo al tratarse del tema de la culpa, citan a los padres ante su propio tribunal y les exigen: «Justificaos ante mí.» No hay arro-gación más grande.

Si un hijo hace eso, posteriormente se castiga duramente. Lo mismo ocurre si los padres mismos le cuentan algo de su relación íntima, cuando, por ejemplo, la mujer dice: «El padre es impotente». O: «Entre él y yo no hay nada», o algo por el estilo.

O el padre habla con desprecio de la madre y el hijo lo oye; en un caso así, el hijo se castiga ya sólo por saberlo. Y tanto más, si después sigue investigando.

Para el hijo sólo existe una solución: yo la llamo el «olvido espiritual». El hijo tiene que retirarse totalmente de este asunto.

El hijo tiene a sus padres tal como son. Los padres no pueden ser distintos de como son, ni tampoco tienen por qué serlo. Ya que un hombre y una mujer se convierten en padres no por ser buenos o malos, sino por unirse como hombre y mujer. Sólo así se convierten en padres.

Por tanto, el hijo debe tomar su vida de los padres de la manera que éstos la dan. Los padres no pueden ni añadir ni suprimir nada. Tampoco el hijo puede añadirle ni excluir nada: tiene que tomar la vida tal como los padres se la dan.

TEN HÖVEL Por otra parte, ¿no habría que decirles a los padres: «No digáis nada; tenéis que separar las esferas entre la vida de los adultos y la de los hijos»?

HELLINGER Exactamente. El hijo no tiene ninguna culpa subjetiva cuando se le obliga a escuchar confidencias, pero los efectos son exactamente los mismos. El mero hecho atribuye al hijo una posición que no le corresponde. Pero le doy la razón: hay que decírselo a los padres. Antes, las esferas entre padres e hijos estaban mucho más separadas que hoy en día. La camaradería entre padres e hijos que frecuentemente podemos observar hoy en día es fatal para los hijos.

TEN HÖVEL Volvamos a otro ejemplo del seminario. Una mujer relata:

CLIENTE A los 25 años tuve una operación de bocio; hace cinco años, una operación de abdomen, y durante todo este tiempo me acompaña una bronquitis crónica.

HELLINGER ¿Estás casada?

CLIENTE No.

HELLINGER ¿Qué edad tienes?

CLIENTE Treinta y cinco años.

HELLINGER ¿Qué incidentes especiales hubo en tu familia de origen?

CLIENTE Que mi padre abusó de mí. Que mi madre, cuando se lo dije, no me apoyó. Me respondió: «No se lo digas a nadie, de lo contrario, lo meten en la cárcel». A partir de ese momento me encontraba amordazada.

HELLINGER De acuerdo. Tienes a tu padre, tu madre, ¿y cuántos hermanos?

CLIENTE Dos hermanos varones y un niño, el primer hijo de mi madre, que murió al cabo de tres días.

HELLINGER ¿De qué?

CLIENTE Se puso azulado y de repente estaba muerto.

HELLINGER Bien, configura primero la familia: padre, madre y los hijos.

Después, la cliente se sienta y Bert Hellinger pregunta a los representantes de los miembros de la familia, elegidos de entre el público:

HELLINGER ¿Qué tal el padre?

PADRE No siento ninguna mujer a mi lado; únicamente noto una relación con la hija.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la mujer?

MADRE Me siento demasiado cerca aquí y, de alguna manera, esta hija es problemática. Está tan lejos. Me es desagradable. Quisiera estar más cerca de esta hija.

HELLINGER ¿Y cómo se encuentra la hija?

HIJA Tengo las manos muy calientes. Siento agresiones y miedo y rabia.

HELLINGER *a la cliente* Ahora introduciremos también al hijo muerto. Elige a alguien y posiciónalo.

a la hija ¿Qué ha cambiado para ti?

HIJA Me siento muchísimo mejor, más protegida. Ya no estoy sola.

PADRE Sí, noto una relación con él.

MADRE Simplemente quisiera ir con esta hija.

HELLINGER ¿Con la hija?

MADRE Sí.

HERMANO Yo quisiera conseguir que la familia estuviera más unida.

HELLINGER *al hijo muerto* ¿Cómo te encuentras tú?

HIJO MUERTO Me siento muerto.

HELLINGER Sí, exacto.

a la cliente ¿Qué ocurrió en la familia de tu madre?

CLIENTE Una de sus hermanas se fue al extranjero, con ocho años, y se la quedaron allá.

HELLINGER ¿Cómo puede marcharse una niña de ocho años?

CLIENTE Sí, fue una especie de intercambio escolar.

HELLINGER ¿Con ocho años? Qué extraño.

CLIENTE Sí, se fue al extranjero. Fue una especie de intercambio escolar entre Hungría y Suiza. La mujer y el hombre en Suiza les pidieron a mis abuelos que les dieran la hija; como tenían tantos... Así, los abuelos...

HELLINGER Eso ya me basta. ¿Con quién quiere irla madre? — Con la hermana.

TEN HÖVEL ¿Otra vez la madre que tiende a salir de la familia?

HELLINGER Su hermana fue dada, y la madre también quiere desaparecer; quiere ir con su hermana.

Entre hermanos existe un amor y una unión muy profundos. Cuando no le va bien a uno de ellos, los demás lo imitan. Así, por ejemplo, si uno de los hijos está disminuido, los demás frecuentemente se comportan como si no tuvieran el derecho de tomar la vida plenamente. Éstos son los efectos de este amor y de esta lealtad.

TEN HÖVEL Ud. preguntó: « ¿Qué hubo en la familia de la madre?» No preguntó: « ¿Qué ocurrió en la familia del padre?» A fin de cuentas, fue el padre quien abusó de su hija.

HELLINGER De la constelación se podía ver que el problema en realidad se encontraba con la madre. En la mayoría de los casos de abuso hay dos perpetradores: uno de primer plano —en este caso, el padre—, y otro de segundo plano. Por tanto, tampoco puede haber ninguna solución en el abuso mientras no se tengan 'presentes a los dos. Dar esta interpretación en este caso es un tanto atrevido. A pesar de todo, yo partiría de la base de que la madre quiere abandonar al marido por querer seguirle a su hermana. Dado que se siente en deuda con el marido, le presenta a la hija, de compensación.

PERPETRADORES Y VÍCTIMAS

TEN HÖVEL Esta afirmación es muy provocadora. Seguramente, muchas personas que trabajan con chicas abusadas estarían indignadas al oír que la madre es la causa original del abuso.

HELLINGER Naturalmente esto no quiere decir que disculpo al hombre. Sería absolutamente equivocado verlo así. Pero hay qué tener la imagen completa. Así, por ejemplo, no bastaría con que la hija estuviera enojada con el padre, también debería estarlo con la madre. Por lo que he podido ver hasta ahora, en la mayoría de los casos de abuso, los padres se encontraban en colusión, en una unión secreta.

TEN HÖVEL De todos modos, todo lo que Ud. dice suena bastante extraño para oídos analíticos. Se podría decir que Ud. no hace más que presentar afirmaciones gratuitas. ¿De dónde sabe Ud. todo esto?

HELLINGER Lo he visto en el trabajo con los clientes. Lo deduzco de las constelaciones familiares. Sobre todo, he podido ver que cualquier ataque al perpetrador tiene efectos nefastos.

TEN HÖVEL Es decir, un ataque a aquéllos que se hicieron culpables.

HELLINGER Sí. Ya que, aunque el perpetrador sea sancionado, el hijo sigue siendo leal y se castiga a sí mismo. Y si no lo hace él mismo, a veces, más tarde, lo hace un hijo suyo. Frecuentemente, esta dinámica se reproduce a través de varias generaciones. Una vez tuve una experiencia muy curiosa:

En un curso para psiquiatras, una médico refirió el caso de una paciente que había sido violada por su propio padre, la psiquiatra estaba indignadísima. Le dije que configurara aquella

familia, y así lo hizo. Después, le dije que, como terapeuta, se pusiera al lado de aquella persona que ella pensaba que sería el lugar adecuado. Inmediatamente, ella se puso al lado de la cliente. Todos en el sistema reaccionaron enojados y nadie confiaba en ella. A continuación, le dije: «Ahora intenta ponerte al lado del padre malvado».

En ese momento, todos en el sistema respiraron aliviados y sentían confianza con ella.

En esa constelación descubrí que el terapeuta tiene que aliarse con el malo. Sólo actuando así, puede poner en orden algo para los demás. En cuanto se alía con la víctima y se indigna, el resultado es fatal para todos; y, sobre todo, es fatal para la víctima.

Esta es una experiencia. No es así porque yo piense que tenga que ser así. Estas comprensiones me vinieron a través de las constelaciones familiares. Sin embargo, si otra persona lo ve de manera diferente o hace otra experiencia que sea válida, me retiro inmediatamente; no quiero darle órdenes a nadie de cómo debería proceder.

TEN HÖVEL Por tanto, no se trata de ninguna *estructura* de teorías fijas.

HELLINGER En ningún caso. No sólo en relación a este tema, sino tampoco en otras situaciones. Mi proceder es fenomenológico. Es decir, miro lo que puede ayudar; y también lo pruebo. En cuanto encuentro un camino, me formo una hipótesis. Pero esta hipótesis varía en cada caso.

TEN HÖVEL ¿Y cómo ve lo que ayuda?

HELLINGER Por la expresión de las caras. En cuanto uno da con la solución, las caras se iluminan y todos se sienten relajados. Esto va en contra de un dicho conocido: «Contentar a todo el mundo es un arte imposible».

En terapia familiar se llega a la solución cuando se encuentra el punto justo para todos en la familia; cuando cada uno se encuentra en el lugar que le corresponde, cuando asume lo que tiene que asumir, y cuando se centra en sí mismo sin interferir en la esfera de los demás. Entonces, de repente, todos se sienten bien, con su plena dignidad. Y ésta es la solución.

Final de la entrevista de Radio

«ME SOMETO A LA REALIDAD TAL COMO SE PRESENTA»

Psicoterapia fenomenológica

MIRAR SIN INTENCIONES

TEN HÖVEL Ud. dice: Mi psicoterapia es una psicoterapia fenomenológica. ¿En qué tradición se comprende Ud.?

HELLINGER La fenomenología es un método filosófico. Para mí, fenomenología significa: me expongo a un contexto mayor sin comprenderlo. Me expongo a él sin la intención de ayudar, y sin la intención de demostrar nada. Me expongo a él sin miedo de lo que pueda surgir. Tampoco me atemoriza si surge algo espantoso. Me expongo a todo tal como es.

Así, pues, en una constelación miro a todos, también a los ausentes; los tengo presentes a todos. Y entonces, mientras me expongo a ello, de repente, como un relámpago, destella la comprensión de algo que se halla detrás de los fenómenos.

Así, por ejemplo, en una constelación veo de repente: aquí hubo un infanticidio. Es algo que no es visible, algo que se halla detrás de los fenómenos. Se condensa algo que es esencial para el comportamiento de las personas en esa familia. Ese elemento esencial es invisible. Pero al mirar los fenómenos, de repente destella, sale a la luz. Éste es el procedimiento fenomenológico.

Este proceder no está ligado a ninguna escuela, ni tampoco puede fundar ninguna escuela. Ya que uno no asimila nada de otra persona. Uno tan sólo aprende a orientarse en los fenómenos y a exponerse a ellos tras haberse purificado interiormente de toda finalidad y de todo temor. Así, cada uno hace por sí mismo la experiencia de ese destello repentino.

TEN HÖVEL Sin embargo, ese mirar tiene un cierto marco sin el cual no funciona.

HELLINGER Sí, existe un límite. Así, por ejemplo, me fijo en la familia, o en todos los fenómenos relacionados con la conciencia o con la culpa. La atención se dirige a esos fenómenos concretos. Es imposible mirarlo todo a la vez; tiene que haber un marco.

EL AMOR

TEN HÖVEL ¿Cómo descubrió todo esto? ¿A través del entendimiento?

HELLINGER Por regla general, las explicaciones se formulan posteriormente. Pero quiero darle un ejemplo de lo que puede significar el concepto de fenomenología.

Antes, en mis cursos, hacía ejercicios en grupos de seis personas: cinco participantes se sentaban en un semicírculo y uno se sentaba delante de los demás, cara a cara con ellos. A los cinco se les pedía que se permitieran percibir al sexto de una manera contemplativa, abriendo su atención a la amplitud, y que lo miraran con amor, tal como era. Después, tenían que esperar a que les viniera alguna intuición del otro. De repente, cada uno captaba algo esencial de esa persona, que después le comunicaban. En ese momento, el percibido se transformaba ante sus ojos. Es decir, esta percepción no es tan sólo receptiva, sino que crea un campo de fuerza y tiene efectos hacia fuera. Los participantes siempre quedaban asombrados.

De este ejercicio pueden deducirse algunas leyes fenomenológicas.

La primera es que amo a las personas que quiero percibir. Asiento a ellas, con el destino, con la familia, con los problemas que tienen.

La segunda: tiene que haber una cierta distancia. Quien se vuelca —y muchas personas que pretenden ayudar a otros se vuelcan—, ya no puede percibir. La intimidad intensa que este tipo de percepción provoca, tan sólo es posible manteniendo una distancia. No puede darse nunca en la proximidad. Es sin intenciones personales, en un espacio en el que únicamente es válido aquello que es y actúa. Nada más.

EL TODO

TEN HÖVEL Sin intenciones personales, ¿eso quiere decir sin proyecciones, sin sentimientos que surgen en la persona que contempla?

HELLINGER Lo primero es: sin la intención de ayudar. Ésta es la primera purificación.

Lo segundo sería: sin temor ante lo que, quizás, pueda resultar de amenaza para mí. Ya que, frecuentemente, para mí se convierte en amenaza el hecho de ver algo especial y de decirlo. Otros me acusan por ello.

TEN HÖVEL Mi primer impulso es pensar que si una persona mira así, con amor y sin intenciones personales, sólo puede resultar algo bueno.

HELLINGER No. Le daré un ejemplo. Hace poco, vino un hombre joven a uno de mis seminarios. Mi imagen fue ésta: ya no le queda mucho tiempo de vida. El hombre siempre estaba mirando en una misma dirección y, de repente, me di cuenta: es la muerte a la que está mirando. Le pedí que mirara en aquella dirección y que dijera: «Dame todavía un poco de tiempo». De esta manera entró en contacto con unas fuerzas muy profundas.

Si ahora lo cuento, quizás alguno dirá: «Hellinger lo impulsa a la muerte». Naturalmente es muy fuerte si uno lo oye o lo lee así, sin más. Pero es un ejemplo de lo que puede surgir y de lo que tengo que mirar sin atemorizarme.

TEN HÖVEL Cuando Ud., en el ejercicio, les dice a las personas que miren con amor, es algo que no lo tiene cualquiera. Unos tienen agresiones, otros, proyecciones, etc.

HELLINGER Cuando trato con una persona que por lo demás no conozco, es más fácil mirarla con amor. Amor no quiere decir que quiera algo de él o de ella, sino únicamente que asiento a la persona tal como es, sin juzgarla.

Un ejemplo: quien de esta manera percibe los árboles, encontrará bello cualquier árbol, independientemente de su apariencia externa. No es posible que sea de otra manera. Y así ocurre también con las personas. Este es el amor: el reconocimiento de que es bello y bueno tal como es.

LOS EFECTOS

HELLINGER En ese momento, uno se encuentra unido con fuerzas de la percepción totalmente distintas, con fuerzas creadoras; por ejemplo, fuerzas de crecimiento. Cuando, a través de este tipo de percepción, me llega una solución para un cliente, el efecto es inmediato: las caras se ponen radiantes.

A veces no sé seguro si mi percepción es cierta; en un caso así, hago una prueba. Cuando no se produce ningún cambio en la cara de la persona afectada, todo lo que dije, por muy inteligente que fuera, fue en vano. En cuanto aparece ese resplandor, sé que he dado en el blanco. Algo se ha puesto en marcha. Estuve en sintonía con unas fuerzas que obran para bien. El cliente está en contacto con esas fuerzas y yo ya no tengo que hacer nada más.

LOS ANTÓNIMOS

TEN HÖVEL ¿Por qué es así? Realmente suena un tanto mágico.

HELLINGER Quisiera leerle un párrafo de un libro de Jacob Steiner* (Jacob Steiner: Rilkes Duisener Elegien. Francke Verlag, 2' edición 1969, p.78.). El escribe:

«Siempre concebimos lo uno sólo desde lo otro. En nuestra conciencia no somos más que dialécticos. Sin embargo, en la dialéctica —también en la de Hegel— toda antítesis destruye al menos parcialmente la tesis, descubriendo su insuficiencia. Así, en el pensamiento de

estructuras dialécticas existe el peligro de que cualquier elemento, ya de antemano, sea puesto en duda porque, de manera puramente esquemática, se piensa que otro elemento desenmascaró su relatividad. Ahora bien, tan sólo el hecho de pensar en la posibilidad de que algo diferente exista, significa ya limitar la validez de lo primero. Si concibo el amor como opuesto al odio, integrándolo en el mundo a un mismo nivel, el amor será relativado por el odio... Para ver claramente lo uno siempre dependemos de poder distinguirlo de lo otro.»

En fenomenología no es así, no existe ningún pensamiento dialéctico. Percibo los antónimos como Uno — bueno y malo, o movimientos políticos opuestos. De esta manera llego a una afirmación que, en el fondo, no tolera ninguna contradicción. Cuando comunico algo así, algunos dicen: «Pero también podría ser de otra manera». Ésta es la antítesis que destruye la tesis. Pero una antítesis real sería un conocimiento nuevo. Si yo, por ejemplo, acabo de conocer algo de los órdenes sistémicos y otra persona aún encuentra otros órdenes más, que me comunica, aún añade algo a mi conocimiento. Su conocimiento no es una antítesis, con él no anula mi tesis, sino ambas comprensiones se unen en una síntesis sin que haya ninguna antítesis. Lo destructivo en la antítesis, de la manera que muchas veces se emplea, se desarrolla porque la antítesis únicamente es pensada sin basarse en una nueva percepción.

TEN HÖVEL ¿Cuál es el impulso para la antítesis?

HELLINGER La antítesis crea la ilusión de que tenga la posibilidad de pensar lo que quiera. Cada vez que una persona me comunica algo, puedo formular una antítesis a su afirmación, sin estar atado a ninguna realidad. Eso me da una sensación de libertad. Asimismo, a través de mi antítesis puedo cuestionar y destruir otro concepto sin hacer nada constructivo yo mismo. Ahora bien, si procedo de manera fenomenológica, exponiéndome a una realidad tal como se presenta, renuncio a la libertad de pensar o quererla de manera distinta. Me someto a la realidad reconocida. Sin embargo, sometiéndome gano la libertad de actuar. Quien formula una antítesis arbitraria, bien tiene la libertad de imaginarse algo de manera diferente de como es, pero ¿qué hace después?

LA LIBERTAD

TEN NÖVEL Empiezo a inquietarme. Su concepto de libertad es fundamentalmente diferente al de la ilustración. El hombre no es libre, diría Ud., sino que...

HELLINGER Nuestra libertad es limitada. Bien puedo elegir diferentes caminos, pero dónde desembocan estos caminos está determinado de antemano. Así, por ejemplo, puedo atentar contra un orden fundamental, pero ya no tengo poder ninguno sobre las consecuencias; éstas están predeterminadas. Aquí, «libertad» significa reconocer que no puedo esquivar las consecuencias de mis actos. En ese mismo instante soy capaz de actuar.

Bien puedo pensar muchas cosas, pero si repaso todas las posibilidades pensables, ¿cuántas energías me quedan todavía para la acción? En cambio, si procedo fenomenológicamente, viendo súbitamente qué es lo importante, tengo fuerza y libertad de movimiento para la acción. Dentro de este margen experimento mi libertad personal.

En este contexto existe una idea muy difundida: una vez se ha sufrido lo suficiente por un asunto equivocado, ya no puede ser equivocado. En consecuencia, lo equivocado se justifica en vez de reconocer que ya va siendo hora de que me despida de ello.

LO HUMANO

TEN HÖVEL Hay críticas que dicen: «Hellinger sigue siendo católico; lo que hace es transferir la Biblia a la terapia». Durante una época de su vida, Ud. formó parte de una orden de misioneros católicos. ¿Cuáles fueron las consecuencias de su salida de la orden?

HELLINGER Para mí, fue un crecimiento ulterior. Fue un marcharme sin ruptura. No tenía ningún reproche contra nadie, pero para mí está pasado. Lo mismo ocurre con la fe: la he dejado atrás, es parte de mi pasado. En muchos aspectos sigue teniendo efectos positivos en mí, pero ya no me aferro a ello.

Mantengo una relación de amistad con el párroco de aquí, puedo valorarlo que hace. Si me imagino que de repente no hubiera parroquias, sería una pérdida inmensa. Veo que es algo bueno, pero no algo en lo que yo me comprometo. Lo fomento respetándolo.

TEN HÖVEL ¿Hubo cambios en su sistema de valores por su despedida de la orden y su acercamiento a la psicoterapia?

HELLINGER Sí. En psicoterapia he visto muchas cosas que me conmovieron profundamente, por ejemplo, en terapia primaria. Cuando en uno de esos grupos un participante contaba algo terrible de su vida, el terapeuta a veces se ponía a llorar. Yo encontraba impresionante que alguien pudiera tener esta empatía con otra persona, sin pretensiones, por pura compasión. Ese hombre simplemente estaba conmovido.

En Sudáfrica estudié en una universidad estatal. Aún me acuerdo de mi asombro al ver que personas que no profesaban ninguna creencia religiosa podían ser tan buenas. Antes, tenía la idea de que uno sólo podía ser bueno teniendo fe; únicamente así, la persona se convertía en un ser íntegro y ético. Ese concepto, sin embargo, no es cieno. Todo lo contrario. Frecuentemente he visto personas sin fe o sin confesión que eran mucho más compasivas. Allí conocí el significado real del respeto y del reconocimiento humano. No porque en alguna parte esté escrito que hay que respetar y amar a los demás.

«CADA UNO SÓLO SE ENCUENTRA IMPLICADO A SU MANERA»

El papel de la conciencia

TEN HÖVEL ¿Su origen católico no le ha marcado hasta hoy en sus planteamientos?

HELLINGER No. Para mí, lo decisivo fue aquello que, con la ayuda del procedimiento fenomenológico, descubrí acerca de la conciencia.

Durante muchos años, me preguntaba: ¿Qué es realmente la conciencia? ¿Qué significa actuar a conciencia, y que pasa con las personas que siguen a su conciencia? ¿Qué causan de bueno o de malo?

Estuve observando cómo actúa la conciencia: bloquea el amor hacia aquellas personas que no pertenecen a mi grupo. Ésta fue una comprensión importante para mí: sólo dónde yo voy más allá de la conciencia son posibles el amor profundo, el reconocimiento y el respeto, también para personas ajenas. Esta convicción forma parte de mi trabajo.

Esta comprensión es fruto del mirar; no está sacada de ninguna enseñanza ni de ninguna tradición.

INOCENCIA Y CULPA

TEN HÖVEL ¿En qué puntos se acercó Ud. a esta comprensión?

HELLINGER A través de inocencia y culpa. He visto que culpa e inocencia se viven de maneras muy diferentes en contextos diferentes. El cómo siempre tiene que ver con una conciencia determinada. He visto que la conciencia no es nada uniforme, sino algo muy polifacético. Se limita a determinados ámbitos y a determinadas personas, donde tiene una importante función humana. Pero no tiene ninguna función superior, divina, por así decirlo. Por tanto, no nos dice qué es bueno o malo en un contexto mayor.

TEN HÖVEL ¿Cuál es el significado de esta comprensión para su trabajo terapéutico?

HELLINGER Lo primero que vi fue lo siguiente: existe una profunda vinculación de los niños con su familia de origen. Para un niño sería lo más terrible si se le excluyera de este grupo. Es algo muy elemental. El niño vive con la conciencia de: «Aquí pertenezco, aquí quiero formar parte y cualquiera que sea el destino de esta familia, yo lo comparto.» Por tanto, el niño lo hace todo por formar parte, sin ningún egoísmo. Este amor no es ninguna estrategia de supervivencia. De hecho, el niño está dispuesto a morir si a otros les ayuda. Este vínculo, por tanto, está libre de cualquier egoísmo y es controlado por un órgano perceptivo especial.

El niño sabe de manera instintiva qué es lo que debe o no debe hacer para poder formar parte. Incluso un perro lo sabe, no es algo exclusivamente humano.

Dondequiera que haya vinculaciones, automáticamente surge también una percepción espontánea de: « ¿Qué leyes rigen aquí para que pueda formar parte, y qué debo o no debo hacer para no perder mi pertenencia?» El órgano perceptivo para este tipo de percepción es la conciencia. Así, pues, una persona que forma parte de varios grupos, también tiene varias conciencias.

También se puede decir que la misma conciencia reacciona de manera diferente en grupos diferentes. Ya empieza con el padre y la madre. Sé exactamente lo que tengo que hacer para agradarle a mi padre, y qué debo cambiar para agradarle a mi madre.

Con cada uno de ellos rigen pautas diferentes. Sin embargo, siempre se trata de una única cuestión: « ¿Puedo formar parte, o no?» Esta conciencia la defino como conciencia de vinculación. Cuando el hijo va al colegio, se une a un grupo o un movimiento, o a la ultraderecha ola ultraizquierda, en cada grupo obra a conciencia. Todos estos grupos sirven a fines diferentes de contenidos diferentes. Sin embargo, los contenidos aún no d icen nada de la conciencia. La cuestión únicamente es la siguiente: « ¿Qué debo hacer para formar parte, y qué debo evitar para no perder esta pertenencia?» Por tanto, los sentimientos de culpa únicamente significan: «Temo que ya no forma parte, o que se me pueda excluir.» Nada más.

Tener la conciencia tranquila significa: «Estoy seguro de que puedo formar parte.» El deseo de pertenencia, de este tipo de inocencia, es el móvil principal de nuestro actuar a un nivel profundamente humano. En él no hay nada de superior o divino. El grupo decide qué es bueno o malo para mí y cuáles son las exigencias de la conciencia.

Independientemente del grupo, de la religión o del partido del que una persona forme parte, todos los miembros siempre obran igualmente a conciencia, con los mismos sentimientos, y con los mismos miedos al infringir las normas, por muy diferentes que sean los contenidos a los que estos grupos se hayan consagrados. Esta fue, pues, la comprensión revolucionaria

para mí. A partir de ese momento, pude mirar la conciencia de una manera mucho más imparcial.

TEN HÖVEL Lo que Ud. describe significa, en cierto modo, abandonar el dogma para acercarse a la persona.

HELLINGER No es ningún abandono. Puedo reconocer los valores de mi origen, pero no son absolutos. A veces me atengo a ellos por una cierta lealtad a mi familia.

De Martín Heidegger leí que cuando entraba en una iglesia se santiguaba y hacía una genuflexión, aunque ya no profesaba su fe. Éste fue un reconocimiento de sus raíces. Me parece maravilloso cuando una persona reconoce sus raíces sin justificarse por ello.

En todo grupo se encuentran grandes valores humanos, por muy diversos que sean. Pero naturalmente no fue fácil pegar ese salto desde mi origen católico y verlo de esta manera.

TEN HÖVEL En consecuencia, ¿qué cambios hubo?

HELLINGER En este sentido, ya no obro a conciencia.

LO BUENO

TEN HÖVEL ¿En qué se fundamenta su serenidad ante la conciencia?

HELLINGER Lo bueno ya no se basa en la conciencia; se ubica más allá de ella. El conocimiento del bien no puede lograrse a través de la conciencia; más bien se realiza a través de la percepción, del mirar, del reconocimiento. Sólo dejando atrás la conciencia estrecha puedo ver que cada uno se encuentra atado a su manera; a su manera, cada uno es bueno y también se encuentra implicado.

Lo que una persona hace desde sus implicaciones es, a veces, fatal, pero a pesar de todo, tan sólo se halla implicado. Así, muchos juicios apreciativos se terminan; pero no por amor, sino por comprensión. Es una gran diferencia: no voy para amar a otro, sino que puedo dejarlo donde está, respetando y valorándolo sin intervenir. Al mismo tiempo, con esta mirada a la conciencia humana, veo que el individuo siempre está limitado. De esta manera, las exigencias con otros disminuyen considerablemente. Puedo tratar más serenamente lo uno y lo otro, y puedo dejar que ambas partes sean como son.

De ahí, es absolutamente impensable para mí formar un grupo que defienda una sola opinión.

CONCIENCIA Y SUPER YO

TEN HÖVEL Lo que Ud. dice significaría que no sólo existe un super yo, sino que hay muchos super yos.

HELLINGER Sí, exacto, siempre en función de dónde me encuentre en cada momento.

TEN HÖVEL ¿La conciencia es idéntica al super yo?

HELLINGER No, no son idénticos. El super yo se escucha; tiene algo que ver con personas interiorizadas. La conciencia va más allá; también actúa sin que nadie haya dicho nada.

TEN HÖVEL Hay terapeutas corporales que dicen que los hijos, frecuentemente, adoptan la postura de sus padres. Tienen dificultades similares para respirar o caminan curvados, con el diafragma bloqueado. Éste sería el mismo fenómeno que Ud. acaba de describir, pero a nivel físico.

HELLINGER Exacto. Ésta es la manera en que una persona forma parte de un grupo: se comporta de la misma manera, respira de la misma manera. Los hijos de padres ciegos, a veces se comportan como ciegos, aunque físicamente puedan ver. Ésta es una prueba de la profundidad del vínculo.

TEN HÖVEL ¿Ud. dice que el super yo actúa de manera más consciente que la conciencia?

HELLINGER La conciencia es más extensa que el super yo. Cuando una persona está controlada por el super yo, oye: « ¡No hagas eso!» Atendiendo a la conciencia, sin embargo, no oye nada, sino que en un nivel elemental sabe: esto o lo otro forma parte.

TEN HÖVEL Ésta sería la conciencia de vinculación. ¿Cuáles son los sentimientos de culpa en este caso?

HELLINGER Para la conciencia de vinculación, el sentimiento de culpa es el miedo de perder la pertenencia. Lo contrario, la sensación de inocencia, es vivida como el derecho a la pertenencia; también se define como honra. Cuando una persona es apreciada por los miembros de una sociedad, tiene un gran derecho a la pertenencia.

CONCIENCIA Y EQUILIBRIO

HELLINGER La segunda experiencia de culpa está relacionada con el equilibrio entre dar y tomar, o entre ganancia y pérdida. En lo hondo del alma existe la necesidad de equilibrio. Quien recibe algo siente la necesidad de compensarlo, dando también él. Este impulso desempeña una importante función social, permitiendo el intercambio y la cohesión. Un grupo se mantiene unido por el hecho de que cada uno de sus miembros dé y tome, y que este intercambio sea equilibrado.

Aportaré un ejemplo muy simple: un hombre ama a una mujer, y a la inversa. El hombre proviene de una familia determinada en la que se permite tomar más o menos, y lo mismo ocurre en el caso de la mujer. Es algo que se intuye. Al estar con una persona, sé exactamente cuánto puede tomar el otro y cuánto puede o debe devolverme. De ahí sé en qué medida y de qué forma puedo darle yo. Por tanto, únicamente puedo darle tanto como él pueda y quiera devolverme. Si uno da más de lo que el otro tolera, la relación peligra. Por tanto, mi dar en una relación siempre está limitado.

Otro ejemplo. Alguien se casa con una persona disminuida. Automáticamente se encuentra en la posición del que da más. El otro, sin embargo, se acaba enojando con él, porque no le puede devolver nada equivalente. No obstante, existe la posibilidad de alcanzar un equilibrio a un nivel superior. Cuando la persona disminuida valora lo que el otro le da, diciendo: «Sí, sé que me das más de lo que yo puedo devolverte, y lo tomo como un regalo especial». — entonces funciona. Donde no es posible compensar el desequilibrio en una relación, no puede darse ninguna unión duradera.

En cuanto recibo algo del otro, me siento en deuda con él. No es el mismo sentimiento de culpa que con la conciencia de vinculación. Aquí, la culpa se vive como una obligación, y la inocencia como libertad de cualquier obligación.

TEN HÖVEL ¿En qué marco es válida esta observación?

HELLINGER Este tipo de intercambio vivo se limita a grupos reducidos, yo diría de unas 20 personas aproximadamente, una «horda» normal. En ese marco tiene sentido. En relación al Estado no tenemos este sentimiento en la misma medida. Ahí, las personas cometen un fraude con más facilidad, por ejemplo, en lo que a impuestos se refiere. A un amigo no le quitarían dinero con tanta facilidad.

TEN HÖVEL Cuanto más anónimo, tanto más débil la sensación de «deberle algo a otro».

HELLINGER Exacto. Tan sólo actúa en este nivel limitado. Pero frecuentemente se sobrepasa este límite, y las consecuencias son gravísimas. Así, por ejemplo, cuando alguien fue aventajado por el destino, esta persona empieza a tratar al destino como si de otra persona se tratara, intentando pagarle lo que recibió.

Veamos un ejemplo. Alguien es salvado de un peligro mortal donde otros perecieron, como por ejemplo aquellos judíos que sobrevivieron el campo de concentración. Posteriormente, muchos de ellos no se atrevían a tomar de nuevo sus vidas; seguían viviendo de una manera limitada. Pagaban su salvación con una vida limitada. Se sentían culpables ante los muertos, porque ellos vivían mientras aquéllos estaban muertos. Aquí, la necesidad de equilibrio se transfiere a un nivel absolutamente inadmisible, convirtiéndose en un absurdo.

EL DIOS «JUSTO»

HELLINGER De la misma manera se procede con Dios. De aquí, la exigencia de un Dios justo y esa forma de piedad que pretende reconciliar a Dios, pagándole para que Él dé. Aquello que únicamente es válido para un ámbito reducido es transferido a ese nivel superior. El resultado es un absurdo.

La exigencia de que Dios tenga que ser justo corresponde a lo que de nuestros congéneres exigimos. Si yo hago algo por Dios, por ejemplo colaborando en una parroquia o donando una cruz y llevándola descalzo hasta Roma, algunos piensan que El tendría que redimirme. Dios es tratado como si estuviera obligado a hacerlo.

En cambio, mirando la Naturaleza, o la evolución, vemos: la fuerza que actúa no es justa. Nuestra idea de una justicia compensadora es algo específicamente humano, y para la convivencia humana es importante. Pero como principio cósmico es absolutamente inadecuada, porque contradice en todo a la realidad que experimentamos.

COMPENSACIÓN Y AMOR

TEN HÖVEL ¿De dónde proviene esta necesidad de compensación?

HELLINGER No sé de dónde proviene, pero sin esta necesidad de compensación no habría ninguna comunidad humana. Nos viene dada para que, como personas humanas, podamos convivir. En este contexto tiene sentido y debe ser respetada.

TEN HÖVEL Sin embargo, no se trata de ningún acuerdo entre personas; no es adquirida a través de la socialización.

HELLINGER No, no necesita ser acordada; cada uno la siente instintivamente.

En relaciones de pareja he visto lo que ocurre cuando no se tiene en cuenta este principio. En el amor, algunos tiene la siguiente idea: amor significa que tú me tienes que dar y que yo no tengo que hacer nada; de la misma manera que un niño experimenta a su madre. Una madre cuida a su hijo de manera absolutamente desinteresada. Pero ésta es una experiencia que de pequeños hicimos; es una experiencia inadecuada para una relación de pareja.

Una relación entre adultos prospera cuando existe la necesidad de equilibrio, unida al amor. Ambos elementos incrementan el intercambio.

Este mismo principio se aplica también al intercambio negativo.

«QUIEN SE CONSIDERA DEMASIADO NOBLE PARA ENOJARSE, DESTRUYE LA RELACIÓN»

Equilibrio, amor y venganza

HELLINGER Cuando alguien comete una injusticia conmigo, también yo siento la necesidad de hacerle algo a él. Esta es la necesidad de venganza. Cuando se logra, el equilibrio queda restablecido. Cuando alguien comete una injusticia conmigo y yo simplemente le perdono, me mantengo en la posición superior, por lo que el otro ya no puede hacer nada para restablecer la igualdad, a no ser que se enoje aún más conmigo.

Donde la necesidad de compensación negativa es desdeñada por motivos ideológicos o religiosos, las consecuencias son nefastas. Es un atentado contra la necesidad de equilibrio. En cambio, exigiéndole algo al otro, de recompensa, la relación puede volver al equilibrio. Es decir, también yo debo hacerle algo malo o exigirle algo difícil. Pero para que la relación pueda mantenerse, lo malo debe ser algo más leve que lo que el otro me hizo. Por amor, de lo positivo doy algo más, y de lo negativo, algo menos. Daré un ejemplo: un hombre le hizo daño a su mujer, por ejemplo, insultándola: « ¡Eres igual que tu madre!», o algo por el estilo. Si la mujer se siente muy herida, también ella tiene que hacerle algo al marido, de compensación, y debe ser algo que le duela.

Ésta es una lección que muchos no comprenden: que debe haber tanto la compensación positiva como la negativa. La única diferencia es que donde reina el amor, le doy al otro algo más de lo bueno y algo menos de lo malo. Así, también en la compensación negativa el amor tiene posibilidades de crecer.

Otro ejemplo: en Sudáfrica me hice cargo de una escuela, una gran escuela de élite. Los alumnos quisieron ponerme a prueba. Yo era rector y, a la vez, párroco. El Jueves Santo me dijeron que querían aprovechar su día libre para ir a pasear por el centro. Les dije: «De acuerdo, pero tenéis que estar de vuelta para la misa», ya que los necesitaba para el canto. Ellos, sin embargo, no volvieron hasta la noche. Por tanto, me habían hecho algo, y para restablecer el orden, debía haber una compensación.

En la escuela había una especie de autonomía escolar. Por la noche llamé a los representantes de los alumnos; primeramente los dejé sentados durante un cuarto de hora, sin decir ni una

palabra — eso fue lo primero. Después, les dije: «La disciplina se ha derrumbado. Vosotros queréis algo de mí y de la escuela; y si ya no os lo quiero dar, ¿qué haréis? Tenéis que ganarme de nuevo. Por tanto, os hago una propuesta: mañana por la mañana convocáis a todos los alumnos y acordáis con ellos cómo restableceréis el orden».

A la mañana siguiente, después de deliberar durante cuatro horas, me hicieron una propuesta. Ésta, sin embargo, no les hubiera exigido lo suficiente para compensar lo ocurrido, y les dije: «No, eso es ridículo. Pensadlo otra vez».

Después, se pasaron otras cuatro horas deliberando y finalmente me propusieron: «Durante las vacaciones trabajaremos todo un día para arreglar el campo de fútbol». Les respondí: «De acuerdo». Cuando ya llevaban medio día trabajado en el campo de fútbol, les dije: «Ya basta».

Es decir, me mostré transigente con ellos. A partir de ese momento, nunca más tuve problemas disciplinarios.

TEN HÖVEL Lo recordaré para casa.

HELLINGER Si una madre es consecuente, pierde el amor. También tiene que ceder. Tiene que atentar a sus propios principios para conservar el amor. Pero si no tiene principios es igualmente malo para los hijos.

TEN HÖVEL Eso me alivia.

HELLINGER La mayoría de las madres lo hace automáticamente. Siempre ceden un poco, y los hijos quedan aliviados.

TEN HÖVEL Ese dar y tomar, tanto en un sentido positivo como negativo, ¿tan sólo se aplica a grupos pequeños?

HELLINGER Sí. Ahí, una y otra vez fortalece las relaciones. Quien se considera demasiado noble para enojarse, destruye la relación. Este enojarse con la persona que cometió una injusticia conmigo, es sumamente importante para poder reanudar la relación. Sin embargo, donde uno hace demasiado daño por creerse con el derecho de hacerlo, el daño no acaba nunca.

LOS LÍMITES DE LA COMPENSACIÓN

TEN HÖVEL ¿Por qué este principio sólo se aplica a grupos reducidos?

HELLINGER Donde va más allá, las consecuencias son graves; basta con mirar cualquier guerra.

TEN HÖVEL Pero obviamente nos hallamos ante el mismo principio activo.

HELLINGER En cuanto este principio traspasa el grupo reducido, no se respetan los límites. Donde, por ejemplo, un pueblo le exige a otro una reparación colectiva, este principio, válido entre personas concretas, es transferido a los pueblos.

Esta es la causa principal de las guerras. Al final, la paz sólo se logra renunciando a este tipo de compensación. Aquí, significa que ambas partes se permiten comenzar de nuevo.

TEN HÖVEL Es decir, tenemos que separar muy claramente el nivel político-social del individual-familiar, y de todos aquellos problemas con los que Ud., como terapeuta, se ve confrontado. También significa que, al hablar de sus comprensiones, éstas siempre se refieren a esta comunidad reducida, fácil de abarcar, a esa «horda» de 20 a 30 personas que, por regla general, comprende a nuestros familiares y amistades.

HELLINGER Exacto. La confusión de estos niveles lleva a malentendidos en la vida pública. A las personas, en su necesidad de equilibrio, les es difícil limitarse a su ámbito y establecer el orden en ese ámbito. Esta insaciable transgresión de los límites —siguiendo el lema de: «ya que hago algo bueno, tiene que ser para toda la humanidad»— causa mucho daño.

TEN HÖVEL Por una parte, se podría decir: lo que Ud. describe es válido para este ámbito reducido, y en este ámbito reducido tiene sentido y crea la unión entre personas. Sobrepasando este marco, provoca la discordia, según dice Ud. Dicho de otra manera: hacer el bien y el mal también pertenece a un contexto determinado, contexto que debe ser respetado. En el momento en que la persona piensa que debería cargar con toda la miseria del mundo, lo bueno se convierte en lo contrario.

HELLINGER Exacto. En ese momento, siempre hay uno que se considera mejor y más fuerte que los demás. Por ese motivo, muchas misiones bienintencionadas de organizaciones humanitarias acaban surtiendo resultados muy extraños. Veo que existen unos límites, límites que quisiera tener en cuenta.

Como misionero también pensaba que había que ayudarles a los «pobres paganos». Pude ver hasta qué punto y de qué manera la ayuda surtía efecto, y lo peligrosa que resultaba si no estaba en sintonía con el otro; sobre todo, si no iba unida a un gran respeto ante los demás.

TEN HÖVEL Ahora ya tenemos dos conciencias: dar y tomar, y la conciencia de vinculación. ¿Aún existen otras formas más?

HELLINGER Aún hay varias más. Pero enumerándolas existe el peligro de que mis palabras se tomen como una doctrina. En realidad, se trata de un ámbito que me es imposible de abarcar. Pero aunque sólo se hayan aclarado unos cuantos aspectos, ya basta para dar una orientación. Basta para evitar algún mal e impulsar algún bien.

TEN HÖVEL Acaba de decir: «...evitar algún mal e impulsar algún bien.»

HELLINGER Sí, en el sentido de reconocer que cada uno, a su manera, se encuentra cogido. También se puede decir que cada uno se halla al servicio de algo. Ésta sería una visión trascendente. Eso sobrepasa lo concreto, pero da paz verlo así: pase lo que pase, sea bueno o malo, siempre forma parte de un contexto mayor. Puedo asentir a ambas partes sin intervenir.

Naturalmente, esta visión tiene consecuencias importantes, pero es la más pacífica que conozco.

TEN HÖVEL Es decir, no sólo no se trata de cambiar el mundo, sino de asentir a él tal como es.

HELLINGER Exacto, con amor.

TEN HÖVEL ¿De dónde saca Ud. este amor? ¿Es algo que fluye automáticamente?

HELLINGER Es un logro. Es fruto del hacer y de la experiencia de nuestros propios límites.

Tenemos límites, tanto en lo bueno como en lo malo. En el fondo, este amor es el reconocimiento de que entre todas las personas, detrás de las diferencias, existe una profunda igualdad.

Como amor más profundo se experimenta cuando alguien es reconocido tal como es, cuando se le reconoce como necesariamente así: así está bien. Aunque sea diferente de mí, y yo diferente de él, ambos reconocemos que somos igualmente buenos. Éste es el auténtico amor. No el hecho de abrazar a alguien, ni nada por el estilo. Eso se movería en un plano muy superficial. Este amor, en el fondo es una concordancia con las fuerzas más profundas, y tiene algo religioso. También podría decirse que eso es religión: me encuentro comprendido en algo profundo sin que pretenda escudriñarlo.

LA RENUNCIA

TEN HÖVEL Existe algo que Ud. no puede escudriñar. ¿Es eso lo que Ud. llama «las fuerzas más profundas»?

HELLINGER Todo eso son metáforas. También lo llamo «Gran Alma» o «algo misterioso». Pero no es nada que quisiera escrutar.

TEN HÖVEL ¿Porque no permite ser escrutado, o porque Ud. cree que debería haber ámbitos impenetrables?

HELLINGER Mi pensamiento no va tan lejos. Lo dejo tal como es. Si pretendiera seguir adelante en este punto, los efectos no serían buenos para mí. Al igual que valoro o reconozco a la otra persona de la manera que es, así también reconozco el misterio sin pretender descubrirlo. Justamente guardando esta distancia estoy en contacto con ello.

«QUIEN ESTÁ EN CONCORDANCIA, NO LUCHA»

Del destino

TEN HÖVEL La conciencia, según dice Ud., depende del grupo en el que me muevo. Sin embargo, existen situaciones en las que tengo que guiarme exclusivamente por mí misma, por mi voz interior, para así decirlo.

HELLINGER Existe una sensibilidad para el destino, la vocación, o la tarea de cada uno. Esa sensibilidad toca el núcleo más íntimo de la persona; se encuentra más allá de la conciencia. Quien está en concordancia con esta intuición, se siente tranquilo.

Cuando la persona no respeta ese destino, por ejemplo rechazando una tarea que se le presenta, porque parece difícil, se rompe algo en el alma. En cambio, si asume la tarea, está en concordancia, aunque sea difícil.

TEN HÖVEL Eso no tiene nada que ver con el prójimo.

HELLINGER No. Quien actúa en concordancia, aunque vaya en contra de lo que otros digan, tiene la seguridad de ser bueno. Aquí, el actuar es independiente de la aprobación de los demás.

TEN HÖVEL Es esto lo que muchos anhelan: estar en concordancia con uno mismo, asentir a su propia vocación, cualquiera que sea el nombre que uno quiera darle. Al mismo tiempo, sin embargo, es lo más difícil llegar a ese punto.

HELLINGER No lo sé. Es un camino que resulta del transcurso de la vida. No se puede ejercer, ni tampoco ambicionar. Tampoco se alcanza a través de la meditación. Es algo que se halla más allá de todo esto. Pero se siente, y cada uno de nosotros, en muchos momentos, está en contacto con ello.

TEN HÖVEL ¿De manera consciente o inconsciente?

HELLINGER Lo demostraré en un ejemplo fácil: madre e hijo. Cuando la madre se dedica a su hijo existe un nivel en el que sabe perfectamente: ahora estoy en concordancia con algo superior. No sólo ve a su hijo; en ese momento se confunden los niveles, el primer plano del cariño y del amor, y el trasfondo, algo como una disposición última. Esta actitud ya no se centra tanto en el hijo, sino que tiene que ver con la propia persona.

TEN HÖVEL Pero por sus efectos sí se dirige a otros.

HELLINGER Sí. Aún le daré otro ejemplo. Cuando una pareja se casa porque hay un hijo en camino, posteriormente, los padres a veces le dicen al hijo: «Sólo lo hicimos porque tú estabas en camino». En consecuencia, el hijo se siente obligado con sus padres, sobre todo si los padres no son felices en su relación. En cambio, si los padres dicen: «Lo hicimos porque quisimos o porque asumimos las consecuencias de nuestro amor», nos encontramos ante ese meta-nivel, que ya no tiene tanto que ver con el hijo, sino con el hombre como padre y con la mujer como madre. Son los órdenes profundos los que se sirven de nosotros en ese nivel. De ahí resulta lo otro; sin embargo, no puede ser amarrado o codificado. Así, pues, también es posible no tenerlo en cuenta o no cumplirlo.

LO SIMPLE

TEN HÖVEL Sino que simplemente ocurre.

HELLINGER Simplemente ocurre. En el fondo, es una realización humana muy simple, nada sublime, ni sagrado. Es algo a lo que la persona por sí sola tiende, si no se le trastorna la cabeza con ideologías. Quien sencilla y tranquilamente se centra en su propio interior, simplemente lo sabe.

TEN HÖVEL ¿Ud. piensa que sólo son las ideologías?

HELLINGER No, en cada época hay corrientes que lo dificultan y otras, que lo facilitan.

TEN HÖVEL Cuando una persona, en lo más hondo de su ser, está en concordancia consigo misma, tomando sus decisiones desde su núcleo personal, estas decisiones también podrían dirigirse contra otras personas.

HELLINGER Nunca se dirige *contra* algo. Quizás no sea bien recibido o valorado. La persona que está en concordancia, no lucha; no necesita luchar. Estando en concordancia, la persona está centrada al máximo. En ese punto se siente una profunda paz; no es ninguna satisfacción, sino paz. También tiene algo que ver con distancia. La persona está unida y, al mismo tiempo, distanciada.

TEN HÖVEL Se trata, pues, de una actitud espiritual.

HELLINGER Podría denominarse así si no fuera tan común. Si se busca como algo espiritual, inmediatamente se pierde, porque es demasiado común. Es lo más simple, lo más común.

LA REALIZACIÓN

TEN HÖVEL Sin embargo, lo más simple, lo más común frecuentemente es tapado y cubierto por todo tipo de cargas inútiles. Lo que Ud. describe me recuerda el estado que los taoístas o budistas logran a través de la meditación.

HELLINGER Tiene algo que ver con una realización común, de cada día. Si alguien aspira a ello, en el sentido de que él lo tiene más que los demás porque, como se suele decir, sigue un camino espiritual, en el fondo está en discordia con lo más profundo, porque lo rebaja a algo que pretende «conseguir», cuando en realidad se halla tan próximo a él. La meditación tiene su importancia; no lo niego, sería absurdo. Pero no en el sentido de un fortalecimiento de esta actitud especial. Quien está en concordancia, a veces tiene la necesidad de recogerse. Entonces, la meditación brota de esta concordancia. Para esa persona, meditar no es el camino para llegar a la concordancia, sino justo lo contrario: porque está en concordancia, a veces se recoge, se retira sobre sí mismo, pero siempre enfocando la realización. Por eso, para mí la manera más fácil de lograr la concordancia se halla en las realizaciones simples.

TEN HÖVEL Realización y concordancia son conceptos que Ud. emplea con gran frecuencia; ¿a qué se refiere con estas palabras?

HELLINGER Al hacer normal y corriente. Las realizaciones más simples y más profundas son aquéllas que tienen lugar en la familia; del padre y de la madre con sus hijos, y de los hijos con sus padres. Éstas son las realizaciones más grandes y más profundas. Ellas son la base de todo lo demás.

Quien está en concordancia con el hecho de ser padre, de ser madre, de ser pareja, de ser hijo, de ser hermano o hermana, quien simplemente asume las tareas que de ahí le resultan, realiza su condición de ser humano. De hecho, es en estas actividades simples que la existencia como ser humano alcanza su realización. En ellas, la persona se siente en concordancia con algo grande, pero de una manera muy silenciosa. Sin propaganda, sin dogma, sin doctrina, sin exigencias morales. Todo esto no tiene ninguna importancia aquí.

«LO GRANDE SE ENCUENTRA EN LO COMÚN»

Meditación y caminos espirituales

TEN HÖVEL ¿Acaso la meditación no es también una posibilidad de encontrar de nuevo esa concordancia original y simple, ofreciéndonos la posibilidad de vaciarnos y de librarnos para volver a entrar en contacto con las fuentes?

HELLINGER La meditación puede ser una manera de centrarse, y de ahí surge la fuerza. Centrarse significa aquí que mi mirada, mi sentir, mi asentimiento también abarcan la plenitud que existe. El quedar vacío es justamente lo contrario de esta atención abierta a la amplitud. Al vaciarme, puedo perder el contacto con el todo, y frecuentemente ocurre así.

He visto a muchos que meditan y, a pesar de todo, no pasa nada, porque su meditación no forma parte de una realización, no se realiza enfocando algo más grande. Así, sus efectos son restrictivos.

TEN HÖVEL Para muchas personas, la meditación reviste un valor muy importante. No porque quieran llegar a una iluminación rápida, corriendo de un seminario de fin de semana a otro, sino porque se trata de una posibilidad de aprender a vivir de otra manera. ¿Ud. no ha meditado también?

HELLINGER Naturalmente. De lo contrario, no podría hablar así. Únicamente quiero decir lo siguiente: lo importante es un entendimiento que lleva a una comprensión más profunda y, sobre todo, al actuar bueno. Unas comprensiones como las que se ganan a través del procedimiento fenomenológico, no pueden lograrse a través de la meditación.

TEN HÖVEL Una afirmación osada.

HELLINGER Estas comprensiones se logran a través del compromiso, entregándome a una realización. Llego a la concordancia haciendo algo común. Algunos de los que meditan se retiran y se distancian de esta realización; pretenden encontrar algo diferente, por ejemplo, la iluminación. Eso está desprendido de lo normal. Cuando una persona medita, me pregunto: ¿para qué lo necesita?

A veces necesito sentarme y recogerme. Por regla general, ocurre que horas después me encuentro con un caso grave que pide todas mis fuerzas o toda mi valentía. En la meditación pude ganarlas; la meditación fue como un presentimiento. Si no tengo ese presentimiento, tampoco medito. Cuando necesito la fuerza, el impulso a la meditación me aparece imperiosamente.

No quisiera cuestionar lo otro; nada más lejos de mí. Mirando a las personas que meditan se ve que muchos de ellos han salido ganando. En otros, sin embargo, también veo que su meditar no tiene ningún efecto especial. No los ha hecho más capaces para el amor. No se han hecho más comprensivos o sabios. Simplemente están ahí sentados. Es eso lo que me hace dudar. Para mí, la cuestión siempre es: ¿qué resulta de ahí?

TEN HÖVEL La meditación no es ninguna panacea, ningún sustitutivo, ninguna posibilidad de huir de nuestros problemas — ¿es eso lo que Ud. quiere decir?

HELLINGER Exacto. En la tradición budista, muchas personas pasan una temporada en un convento para meditar. Yo lo veo como una especie de escuela, no tanto una forma de vivir. Uno lo aprende y puede aplicarlo cuando haga falta. Eso me parece muy bien. Cuando una persona ingresa en una orden también hay este entrenamiento. Pero si lo convierto en un rito diario, también puedo acabar perdiendo.

TEN HÖVEL Pero también es posible verla meditación como un apoyo en la vida cotidiana.

HELLINGER Exacto. En este caso, sin embargo, es algo absolutamente sencillo. No es ninguna gran realización religiosa, sino algo muy humano. De la misma manera que también un artista se recoge. O alguien que escucha música — también ésta sería una forma de cómo una persona pone en orden su interior.

LO ESOTÉRICO

TEN HÖVEL ¿Cuál es su reproche contra lo esotérico? Cuando yo digo: «Es un abordaje espiritual», Ud. contesta: «Sí, se podría llamar así, si no fuera algo tan común».

Tengo la impresión de que estos conceptos le parecen demasiado ambiciosos.

HELLINGER Exacto. Con ellos, la persona se desprende de lo normal. Sin embargo, lo más profundo para mí es la realización normal y corriente.

TEN HÖVEL Con «realización» Ud. quiere decir que hay demasiadas personas que quisieran ser extraordinarias, decorándose con determinadas etiquetas, por ejemplo que siguen el camino espiritual o que meditan.

HELLINGER Sí, exacto. Mirándolos, veo que muchos de ellos son ligeros. Tienen muy poco peso en comparación con alguien que cumple su trabajo duro. Un campesino, por ejemplo, que por la mañana les da de comer a sus vacas y después sale al campo... ¡cuánto peso tiene éste en comparación con uno que dice: «Yo medito»!

TEN HÖVEL Son palabras muy duras.

EL PESO ANÍMICO

HELLINGER Sí, es cierto. Pero la pregunta es: ¿Qué es lo que le confiere su peso a una persona? Es algo que se puede ver inmediatamente en cualquier persona. Los más comprometidos son aquéllos que tienen hijos. Éstos también tienen el mayor peso anímico específico.

TEN HÖVEL Aunque las relaciones en esas familias puedan ser absolutamente neuróticas, enfermizas y desagradables.

HELLINGER Es independiente de todo eso.

TEN HÖVEL... y los padres muchas veces traten horriblemente a sus hijos. Es tan importante separar estos niveles.

HELLINGER Sí. El mero hecho de que tengan estos hijos, asuman la responsabilidad que estos hijos comportan e intenten convertirlo en algo positivo — eso significa grandeza.

Una vez, un hombre me contó que en su familia algunos de los hijos siempre tenían que vivir fuera de casa. Eran 15 hermanos. Algunos de ellos siempre vivían en otra parte porque la casa era demasiado pequeña. Para los hijos no era ningún problema; para ellos era normal. Pero si uno se imagina a los padres que sacaron adelante a la familia en medio de una gran pobreza — eso es grandeza para mí. Mientras que otros, que pretenden distinguirse a través del esoterismo y de channeling, van flotando. Son pesos ligeros al lado de aquellas personas.

TEN HÖVEL ¿No es un juicio formulado un tanto a la ligera? Muchas personas encuentran el camino al esoterismo porque tuvieron que enfrentar una suerte muy difícil, una enfermedad o la muerte, etc., y por este motivo están buscando.

HELLINGER Naturalmente es algo distinto si, tras una enfermedad grave, la persona recapacita y, después, encara con serenidad el dolor, la muerte y la pérdida. Esa experiencia profundiza a las personas. El dolor, la enfermedad, una suerte difícil y también la culpa grave contribuyen al peso anímico.

También los delincuentes frecuentemente tienen un alto peso anímico.

TEN HÖVEL Es decir, ¿no es ninguna valoración?

HELLINGER Desde luego es una valoración. El mayor peso anímico es algo más valioso para mí. Pero no lo valoro en el sentido de que habría que aspirar a ello. Simplemente está o no está. Cualquiera lo puede notar.

En presencia de personas con un alto peso anímico, por regla general nos encontramos mucho más a gusto. Hay personas que tuvieron una suerte difícil o una enfermedad y, en consecuencia, siguen un camino supuestamente espiritual. Frecuentemente pierden su peso por seguir ese camino.

TEN HÖVEL No lo entiendo.

HELLINGER En este caso ya no encaran la enfermedad, sino que dicen: «Dios me ha salvado». Se elevan y se alejan. El dolor grave es anulado, por decirlo así, y ya no lo miran. De esta manera, pierde la fuerza que hubiera podido tener.

TEN HÖVEL ¿Qué quiere expresar con: «El peso anímico da fuerza»? ¿Fuerzas para qué?

HELLINGER Cuando una persona dice: «Después de esa enfermedad me convertí a Dios», según mi opinión, la enfermedad fue en vano. A partir de ese momento, la persona sigue un camino en el que ya no encara la seriedad de lo que pasó. Se aparta de la experiencia. La enfermedad, el peligro, la cercanía de la muerte ya no están presentes. En su lugar tiene ahora una imagen de Dios que le ha salvado, o le da gracias a la Virgen, o a quien sea. Se puede ver que todo eso le resta fuerza.

Y no quiero decir nada de los contenidos concretos. Todo esto no tiene nada que ver con Dios o con la Virgen, etc. Tan sólo veo los efectos que tiene. Cuando esas personas hablan de Dios, los demás más bien se apartan. Es algo que he visto en personas que tomaron el camino esotérico y no tanto el espiritual.

LO ESPIRITUAL

TEN HÖVEL Espiritual o esotérico — ¿cuál es la diferencia para Ud.?

HELLINGER Lo espiritual tiene un significado positivo para mí; en el sentido de espiritualización o sabiduría. Abarca un horizonte amplio y tiende a la integración. Lo esotérico, en cambio, es exclusivo, para decirlo así. Una persona espiritual no se considera mejor, la esotérica, por regla general, sí. La causa se halla en el concepto habitual de lo esotérico: pretenden escrutar algo para después tenerlo en manos. Quieren tener una sabiduría secreta que les distinga de los demás. Pero procurándolo, pierden el contacto con el contexto normal de la vida cotidiana.

TEN HÖVEL ¿Es decir, para Ud. el concepto de esoterismo tiene una connotación negativa en cuanto se pierde el contacto con lo terrenal y cotidiano?

HELLINGER Sí. Algunos se niegan entonces a hacer lo más inmediato. Hay, por ejemplo, un famoso maestro espiritual que ha escrito muchos libros espirituales. Sin embargo, tuvo un hijo ilegítimo del que nunca se preocupó. ¿Para qué todos sus libros, si uno lo mira bien? El hijo vivía en Londres, pero él nunca lo vio. Este hombre habría tenido otro peso anímico si se hubiera preocupado de su hijo. Es una forma muy extrema de formularlo.

Otro ejemplo: una mujer que conozco tradujo un libro de un «maestro» conocido. Vivía en Turquía y allí empezó a dedicarse al esoterismo. Poco antes había abandonado a su hija y a su mujer sin preocuparse más de ellas. ¿Para qué entonces todo ese camino esotérico?

TEN HÖVEL ¿Es Ud. tan estricto?

HELLINGER Sí que lo soy. Lo encuentro muy fuerte. Buda hizo lo mismo: abandonó a su mujer y a sus hijos para seguir el camino espiritual. Quizás pueda ser una vocación especial, pero yo me lo miro con mucha cautela. Por otra parte, en todos esos caminos también hay algo que resulta benéfico. Decir algo tan restrictivo de Buda es una arrogancia. Naturalmente desencadenó un movimiento inmenso que hizo mucho bien. Pero también veo que sus orígenes son extraños.

TEN NÖVEL Abandonar a alguien, o dejar a alguien en la estacada — ¿no es una gran diferencia?

HELLINGER Bueno, pero en un caso así, personas normales no se presentarían como algo especial. Quizás dirían: «Soy un pobre pecador». En cambio, cuando una persona dice que sigue un camino especial y yo veo que al principio de ese camino se halla algo así, realmente me pregunto qué estará pasando.

«EL DESARROLLO VA DE LA MANO DE LA CULPA»

Lealtad y rebeldía

TEN HÖVEL ¿Qué le llevó a observar sobre todo la culpa, los sentimientos de culpa y la conciencia?

HELLINGER Es lo que constantemente nos encontramos en terapia. Muchos no lo superan. En este punto frecuentemente se muestra que la necesidad de inocencia es una necesidad infantil. Es la necesidad de que los padres digan: «Eres bueno». Una persona así tan sólo mira a los padres, y no a la realidad. Ya no es capaz de distinguir lo que para él es bueno o malo, en el sentido de fomento o freno de la vida. No puede escaparse. Si se escapa, se siente culpable. Pero el desarrollo siempre va de la mano de la culpa.

TEN HÖVEL ¿Desarrollo unido a la culpa?

HELLINGER Nadie puede progresar sin encarar también la culpa y asentir a ella; es un hecho inevitable. Un ejemplo muy simple: un hijo abandona a su familia y se casa. Se separa de la familia y, quizás, se une a una compañera que no es del agrado de la familia. No obstante, es la compañera de su corazón. Una persona así sólo puede casarse infringiendo las normas de sus padres. Todo hijo que se desarrolla tiene que transgredir prohibiciones. Así se da el progreso. Los padres prohíben algo porque tienen que hacerlo. Muchas veces, sin embargo, al mismo tiempo tienen que esperar secretamente que el hijo transgreda la prohibición. Si el hijo no lo hace, es fatal, tanto para el hijo como para los padres. Si los padres se lo permiten todo a su hijo, también es fatal para éste. Así, el hijo no puede ganar ninguna fuerza anímica si todo está permitido. Por tanto, este desarrollo sólo es posible a través de una transgresión. Cada vez se fortalece el yo. Al mismo tiempo, el hijo se encuentra unido a sus padres en otro nivel.

TEN HÖVEL Es decir, ¿es fatal para un hijo si tiene unos padres que se lo permiten todo?

HELLINGER Absolutamente fatal. No puede orientarse. Y, sobre todo, no puede desarrollar ninguna fuerza del yo.

TEN HÖVEL En otro momento dijo que un niño no conoce el egoísmo; incluso estaría dispuesto a morir...

HELLINGER Naturalmente, éste es sólo un nivel. En otro nivel, el niño es muy egoísta. Y tiene que serlo para sobrevivir. La dificultad consiste en que frecuentemente no se percibe lo polifacético de sus reacciones. Una cosa es lo que un niño dice, y otra, lo que realmente quiere. Un niño puede parecer un rebelde y, al mismo tiempo, ser leal a un nivel muy profundo. Con un enfoque demasiado restringido, el observador tan sólo ve el primer lado.

TEN HÖVEI. Pero también hay niños que trastornan completamente a sus familias; no se ve la lealtad por ninguna parte. Son hijos que siempre van en contra de la familia. Diciendo que los niños son desinteresados y absolutamente entregados, suena como si los niños fueran seres ideales, más allá del bien y del mal.

HELLINGER Mi observación es ésta: todo hijo actúa por amor. Aunque moleste, actúa por amor. Únicamente hay que encontrar el punto en el que se encuentra el amor. Una vez encontrado ese punto, de repente, su comportamiento queda totalmente claro. Una vez di un curso en una residencia para adolescentes difíciles, en el que participaron las mismas residentes. Los educadores del centro me habían invitado, y configuramos sus familias en presencia de sus padres. En todas las constelaciones hubo la mis-ma dinámica: «Prefiero desaparecer yo antes que tú». Hasta entonces, nadie se había dado cuenta de lo mucho que esas chicas amaban a sus padres. Al verlo con sus propios ojos, los educadores y terapeutas, que tantas dificultades tenían con las chicas, se mostraron muy conmovidos. De repente comprendieron lo que esas chicas hacían realmente y por qué su comportamiento era tan difícil.

TEN HÖVEL ¿Por ejemplo?

HELLINGER Por ejemplo, eran drogadictas. Ésta es una forma de querer morir para que el padre o la madre no se vayan.

Una de las chicas se había tirado del tejado de la residencia. En la constelación, sin embargo, salió con toda claridad que era su padre quien quería morir. Ese padre, a su vez, quería seguirle a su propio padre muerto. En consecuencia, su hija, interiormente, le decía: «Prefiero morir yo antes que tú».

Sacando estas dinámicas a la luz, se abren posibilidades de sanación]. Ahora bien, es difícil hacérselo comprender a un hijo, ya que éste vive una necesidad a un nivel arcaico pensando: `Si yo llevo lo difícil, el padre queda redimido'. Entre cristianos, ésta es una idea muy difundida.

Sacándolo a la luz, se le muestra al hijo que su sufrimiento no es ninguna ayuda para la otra persona. Así, pues, tiene que renunciar a la idea de poder que relaciona con su sufrimiento o con su muerte. Tendría que amar a un nivel superior, diciendo: «Querido Papá, hagas lo que hagas, yo me quedo. He recibido la vida de ti y la tomo y la respeto». De esta manera se separa del padre, con amor y con respeto.

Éste sería otro paso inmenso hacia un fortalecimiento del yo. Morirse con la idea de que esa muerte le ayuda a alguien es más fácil. Por otra parte, a muchos que asisten a tales personas les resulta difícil dejarle al otro su inevitable suerte fatal en vez de intervenir. Frecuentemente, una persona interviene porque ella misma no lo aguanta, no porque el cliente sufra tanto. Naturalmente, también existen otras dinámicas más.

TEN HÖVEL Ud. lo configura y se hace patente esta dinámica — ¿las chicas lo comprendieron?

HELLINGER Algunas lo comprendieron, y con dos de ellas tuve la impresión de que su destino era inevitable. En un caso así, ya no se debe intervenir. He sacado algo a la luz; más no debo hacer. Además, no serviría de nada. Si la realidad no ayuda, ¿qué ayudará?

TEN HÖVEL ¿La ayuda en sí no viene de otras personas, sino de la realidad?

HELLINGER De la realidad percibida. Una vez sale a la luz la realidad, uno ya no puede esquivarla. Incluso aquéllos que no la siguen, al menos ya no son tan inocentes. Saben claramente lo que hacen. Ya no pueden hacerlo con la misma inocencia de antes.

TEN HÖVEL Es decir, estas constelaciones en cierta manera también son una despedida de la inocencia inmaculada.

HELLINGER Exacto. La mayoría de las constelaciones muestran que aquél que se tenía por malo o trastornado, en realidad es bueno, que está motivado por un profundo amor. Y muchos que se consideraban mejores, de repente se ven como los que iniciaron una dinámica fatal. Así resulta una visión nueva para todos. De repente, el inocente tiene que encarar las consecuencias de su soberbia, y el «culpable» puede ver sus buenas intenciones. Puede aceptarse mucho más a sí mismo y, quizás, abandonar su comportamiento destructivo.

«EL SER SE HALLA MÁS ALLÁ DE LA VIDA»

Acerca de la muerte

TEN HÖVEL En las constelaciones familiares no sólo se trata de los vivos, sino sobre todo también de los muertos. ¿Siempre están presentes los miembros muertos de la familia?

HELLINGER Todos los que pueden ser recordados, hasta la generación de los abuelos o, a veces, hasta los bisabuelos, actúan como si estuvieran presentes. Sobre todo aquéllos que fueron olvidados o excluidos.

TEN HÖVEL Es decir, una forma empírica de divisar los espíritus.

HELLINGER Escuchando las historias de espíritus, se trata de seres a quienes se les negó la pertenencia. Van golpeando hasta que reciben su lugar. Una vez lo tienen, se callan. Es lo que puedo observar en las constelaciones familiares: en cuanto los excluidos y temidos reciben su lugar, de ellos emanan fuerzas positivas y sanadoras, no hay nada perturbador. Una vez se les recibe, también vuelven a retirarse. Dejan a la familia en paz y se convierten en fuente de fuerza para los vivos.

TEN HÖVEL Existe la tradición de velar a los muertos de cuerpo presente en casa, durante días, para que se vayan y para que los vivos puedan despedirse de ellos.

HELLINGER Eso no es suficiente. Entre los zulúes es así: el muerto es enterrado y, al cabo de un año, se le trae nuevamente a casa mediante un rito. Sus familiares cogen una rama de un árbol y se imaginan que su antepasado está sentado encima de esa rama. Así lo traen a casa, a su chabola. Una parte determinada de la chabola está reservada para los antepasados y ahí recibe su lugar. Allá donde se guarda la cerveza habitan los antepasados. Siempre que se toma cerveza, también se les dan unas gotas a los antepasados.

Ritos similares también se conocen en otras partes. En Tailandia, por ejemplo. Aunque los tailandeses sean budistas, existe un rito antiguo que, en el fondo, contradice al budismo: el muerto es enterrado y después, en el convite funeral, se le reserva un lugar para que también esté presente.

Cuando nosotros encendemos una vela para un muerto, éste está presente en la vela. En cuanto el muerto tiene su lugar, es pacífico y se experimenta como una fuerza buena.

TEN HÖVEL En nuestra cultura ya no hay esta costumbre.

HELLINGER Como psicoterapeuta procuro que los muertos entren nuevamente en juego para que sean integrados, por ejemplo, en una constelación familiar. En nuestra sociedad hay tantas personas enfermas o trastornadas porque algunos fueron expulsados del sistema; frecuentemente, se trata de personas fallecidas. Si se les integra nuevamente, los demás quedan libres. Los tailandeses lo hacen en un rito, nosotros, mediante psicoterapia. El procedimiento y los efectos, sin embargo, son prácticamente idénticos.

TEN HÖVEL Nuestra relación con la muerte se caracteriza por el miedo.

HELLINGER Sí, mucho. Tiene que ver con que la vida se ve de manera aislada, como una propiedad personal que guardo y aprovecho celosamente hasta donde pueda. Pero también podría verlo justo al revés: que la vida ha tomado posesión de mí. O como una fuerza que me trae a la vida, me mantiene y, finalmente, me deja caer de nuevo. Esta visión me parece mucho más cercana a la realidad.

Cuando uno asume su lugar en el todo, se experimenta algo así como una fuerza sustentadora. Pero es una fuerza que también trae dolor. Lo que hace que el mundo avance no es nuestra felicidad, sino algo totalmente distinto. Y a ese algo distinto servimos. A ese algo distinto tenemos que subordinamos. Al final, de la vida volvemos a caer a algo de lo que no sabemos nada.

De la misma manera, tampoco aparecemos de repente. Venimos a través de nuestros padres. En ellos confluye algo que nos da la vida, formando parte de algo grande. Y cuando morimos no desaparecemos de golpe. Bien no somos visibles para los vivos, ¿pero desaparecer? ¿Cómo podríamos desaparecer?

El ser, aquello que en lo profundo actúa detrás de todo, se halla más allá de la vida. La vida, en comparación con el ser, es algo pequeño e ínfimo.

Desde esta perspectiva, un niño no pierde nada si muere temprano. Solemos decir: << ¡Pobre niño!, él murió tan pronto y su abuelo pudo llegar hasta los noventa.»

Bien, una vez el abuelo está muerto, ¿qué le distingue de un niño que murió al cabo de un día? Ambos caen en el olvido y en aquel ser que está más allá de nuestras imágenes. Ya no hay diferencias.

Rilke tenía la imagen de que llorando a los que murieron jóvenes les imponemos una carga en vez de dejar que se vayan. Podemos dejar que se vayan porque sabemos que, en su momento, también nosotros iremos con ellos.

En terapia empleo una frase que nos solidariza con los muertos, de manera que podamos tomar la vida sin ninguna arrogancia hacia ellos. La frase es la siguiente: «Tú estás muerto / muerta, yo aún vivo un poco. Después, también moriré.» Así, la mirada también abarca a los muertos y la vida ya no es nada extraordinario, desprendido de la muerte. La vida es aquello que aún me queda. No porque sea mejor o peor. Pero sé que lo esencial, aquello en lo que todo confluye, se halla más allá de la vida.

TEN HÖVEL Pero también más allá de la muerte. Visto así, la vida y la muerte no son más que dos formas de la existencia.

HELLINGER Son dos reinos que interactúan. Así, pues, los muertos también influyen en nuestra vida; y, quizás, también nosotros, en la vida de los muertos, por ejemplo soltándolos.

TEN HÖVEL Es una imagen arcaica.

CIELO Y TIERRA

HELLINGER Se trata de una imagen típicamente humana, independientemente de cómo las personas lo denominen. Unos dicen «cielo», los otros «nirvana», y otros dicen «no lo sabemos». No importa el nombre que le den. Lo esencial es ese movimiento interior. Entonces puedo considerar la vida como algo provisional.

En consecuencia, algunos piensan que podrían descuidar el presente para dirigir su mirada al cielo. Otros piensan que sólo lo alcanzan abandonando lo terrenal, como por ejemplo los ascetas, siguiendo el lema: flagelándome o meditando lo suficiente, ya ahora llego al nirvana. En este caso, el presente se considera un obstáculo para lo posterior.

Son ideas extrañas, puesto que aquello que viene ya está presente en el ahora. Descansando en mí mismo, me encuentro unido con lo uno y con lo otro.

Una vez escribí un aforismo que algunos consideran ininteligible: «El auténtico camino está parado.» Estando parado me encuentro en el verdadero camino. No tengo que llegar a ninguna parte; ya estoy unido con todos y participo en toda la riqueza permaneciendo atento para lo más inmediato, cumpliéndolo sin grandes pretensiones.

TEN HÖVEL ¿La vida cotidiana como ejercicio?

HELLINGER Si lo tomo como un ejercicio ya va demasiado lejos. Únicamente tengo que vivir.

TEN HÖVEL ¿Qué significa «únicamente»? Nuestra vida bien está orientada al aquende, pero no a estar en el momento. Las personas se precipitan por la vida, siempre buscando ansiosamente para obtener un máximo, emprender un máximo, vivir al máximo. Porque después —así dicen— todo se acaba. A la vista de esta actitud tan agitada, intranquila, orientada hacia lo exterior y hacia el futuro, este «estar sencillamente», este decir: «ya está

todo», es una actitud que necesita ser ejercitada. No en vano existe una enorme oferta de métodos de relajamiento que, obviamente, encuentra también la correspondiente demanda.

HELLINGER Naturalmente, también existen tradiciones que pueden ser una ayuda. De la misma manera que voy al colegio para aprender de alguien que ya sabe más que yo. Pero también en el ámbito espiritual hay un tipo de ejercicio que es nervioso, que pretende tener algo, al igual que ocurre también con otras cosas. De ahí resultan esos ejercicios duros. Esencialmente, no difieren en nada de aquel otro nerviosismo.

TEN HÖVEL Quiere decir que esas ansias de manipulación también se encuentran en el empleo de las prácticas espirituales.

HELLINGER Sí. Muchas prácticas del New Age me parecen como platos preparados: como si uno pudiera adquirir esta actitud sin mucho tiempo de preparación, simplemente entrenándose un poco. En realidad, sin embargo, se trata de un proceso de crecimiento. La sabiduría no se encuentra porque se busca; brota de muchas realizaciones y, de repente, está. Con toda facilidad, sin grandes esfuerzos.

«TOCAR ALGO MÁS GRANDE EN EL ALMA»

Cómo llegar a desenlaces logrados

TEN HÖVEL En realidad, las constelaciones familiares son como un ritual.

HELLINGER Los desenlaces son como un ritual, no las constelaciones en sí.

TEN HÖVEL Tan sólo el «setting» de todo el proceso ya me parece ritual: hay un gran círculo; una persona entra en ese círculo. Ud. le hace preguntas sobre su familia, la persona configura su familia, se sienta. Ud. pregunta a las personas configuradas, cambia sus posiciones y, según el caso, al final se ofrecen unas frases sanadoras. Todo eso tiene una clara dramaturgia que es siempre la misma.

HELLINGER El concepto de ritual sitúa este trabajo en otro contexto. El trabajo con constelaciones familiares es un método. También una casa sólo puede ser construida poniendo una piedra encima de la otra; pero no por eso es un ritual.

TEN HÖVEL ¿Por qué le molesta definirlo como un ritual?

HELLINGER Un ritual tiene un fondo religioso, las constelaciones familiares, no. La solución a veces tiene algo de ritual, pero el trabajo con constelaciones no es más que un método.

TEN HÖVEL En alguna ocasión le pregunté cómo era posible que estas constelaciones funcionaran. Se encuentran personas absolutamente desconocidas que no tienen ni idea de la biografía del cliente con el que Ud. está trabajando. ¿Y estas personas deben sentir como los miembros de la familia de origen del cliente? En esa ocasión, Ud. me respondió: «Naturalmente, no es el representante quien actúa y siente. El representante no es más que el canal a través del cual el cliente puede encontrar un nuevo acceso a su origen».

HELLINGER Visto desde este ángulo, tiene algo de ritual.

TEN HÖVEL ¿El ritual no empieza ya en el momento en que se posicionan unas personas representando, en el fondo, una parte de lo humano en sí? A través de la persona que los

configura, los representantes reciben la facultad de personificar algo de lo que no saben nada, y pueden hacerlo intuitivamente por ser humanos. ¿No es así?

LA PROFUNDIDAD

HELLINGER Sí. La cuestión es cómo puede darse semejante fenómeno. Existe una profundidad en la que todo confluye, profundidad que se halla fuera del tiempo. Yo veo la vida como una pirámide: arriba, en una punta diminuta, transcurre aquello que nosotros llamamos el progreso. En lo profundo, futuro y pasado son idénticos; allí tan sólo existe el espacio, sin tiempo. A veces se dan situaciones en las que uno entra en contacto con esa profundidad. En esos momentos uno reconoce, por ejemplo, determinados órdenes, órdenes ocultos, pudiendo así tocar algo más grande en el alma.

TEN HÖVEL ¿Y esos órdenes se repiten en el espacio y pueden ser reconocidos y representados a través de grandes distancias?

EL ESPACIO

HELLINGER Sí. Quizás, el concepto de los *fractales* pueda aclarar lo que ocurre.

En su libro «Desde la nada»*(* Gerd Binnig: Desde la Nada, Ed. Galaxia Gutenberg, 1996.), el premio Nobel Gerd Binnig defiende la siguiente tesis: antes de la evolución de la materia y del intelecto debió de tener lugar la evolución del espacio. El espacio tiene un orden simétrico, orden que una y otra vez se repite de manera idéntica. Así, por ejemplo, una hoja está concebida igual que todo el árbol; cada hoja es distinta, pero sigue el mismo orden.

Cuando configuramos una familia, los individuos comprendidos en la constelación pueden sentir exactamente lo que ocurre en esa familia, aunque los miembros reales estén muy lejos. El orden de esa familia se repite en la constelación. A través de la constelación, de repente tengo acceso a una realidad que permanece cerrada ante mi pensamiento. Algo que hasta el momento estaba oculto sale a la luz. Una vez haya surgido, puedo intentar encontrar una solución.

Ahora bien, de la misma manera que en la constelación está presente la familia real, a su vez, la solución configurada con los representantes repercute en la familia real; aunque ésta conscientemente no sepa nada.

TEN HÖVEL ¿Porque existe esta unión en el espacio?

HELLINGER No tengo explicación. Pero aportaré un ejemplo. Una mujer joven intentó suicidarse, pero sobrevivió. Cuando vino a uno de mis seminarios, configuramos su familia y vimos que, en el fondo, era su madre la que quería suicidarse. El padre de la madre se había suicidado tirándose al agua.

TEN HÖVEL ¿Ud. dice que la chica había cometido el intento de suicidio en lugar de su madre que, a su vez, quería seguirle a su padre?

HELLINGER Sí. En consecuencia, introdujimos a ese padre, poniéndolo al lado de la madre. La solución fue que la madre se apoyara de espaldas contra su padre y que le dijera a su hija: «Me quedo.»

El padre de la cliente había acompañado a su hija a ese curso y estaba presente en la sala. La madre estaba en casa, en Alemania. La constelación tuvo lugar un domingo por la mañana, en Suiza. Ese domingo, al mismo tiempo que se estaba configurando la familia en Suiza, la madre llevó a pasear al perro, pasando por un puente. Ese puente cruzaba el río en el que su padre se había ahogado. Normalmente, cuando llegaba al puente, se asomaba por la barandilla del lado izquierdo, mirando aguas arriba para decir una oración por su padre. Esa mañana se encontraba otra vez en el puente queriendo decir la misma oración de siempre. En ese momento se sintió cogida por los hombros y dirigida al otro lado del puente. Allí la invadió una sensación de gran felicidad, inexplicable para ella. Sintió como su cabeza se giraba aguas abajo y, de repente, tuvo la sensación: «ahora puedo nadar con la corriente de la vida». Antes, muchas veces, había amenazado con suicidarse. Todo eso, de golpe había desaparecido. Así, pues, a través de la distancia física actuó algo sin que la mujer supiera nada de la constelación. Por tanto, las constelaciones repercuten en la familia aunque no se comente nada. Son unas relaciones misteriosas.

Por otra parte, mediante la constelación puede visualizarse algo de la familia, aunque se halle lejos. Todo esto también se aplica a los casos en los que no es un miembro de la familia quien configura la constelación. También es posible que un terapeuta configure la familia sin que esté presente ningún miembro del sistema.

Contaré un ejemplo. En una revista se describió un caso de una hija esquizofrénica, y la teoría fue que las psicosis podían deberse a secretos familiares. Al leer ese artículo, mi impresión fue que la hija se había vuelto esquizofrénica porque en la familia hubo dos personas que murieron pronto. Así, le pedí a Gunthard Weber que configurara esa familia en uno de sus grupos. Ni él conocía a la familia, ni el grupo sabía de qué familia se trataba. En la constelación, la mujer que representaba a la hija esquizofrénica inmediatamente se sentía loca. Estaba totalmente trastornada. A continuación, introdujimos a las dos personas muertas que considerábamos significativas. La una era una hermana de la madre de la chica esquizofrénica, y la otra, una hija de esa misma madre, es decir, una hermana de la cliente, ambas muertas en temprana edad. En cuanto estas dos personas aparecieron en la constelación, la representante de la cliente volvió a sentirse totalmente normal.

TEN HÖVEL Eso suena a magia. O como un ejemplo de los campos morfogenéticos de Rupert Sheldrake. ¿Puede explicarse el efecto de las constelaciones familiares de esta manera?*

* La teoría de los campos morfogenéticos fue desarrollada por el biólogo inglés Rupert Sheldrake. Afirma que la transmisión hereditaria no sólo tiene lugar a través de los genes, sino a través de campos morfogenéticos. Gracias a estos campos, existe una especie de memoria colectiva de la especie respectiva. El campo se enriquece con cada individuo de esta especie. Por otra parte, cada individuo también está «conectado» a esta memoria. Según Sheldrake, los campos módicos existen al igual que los campos electromagnéticos. Un ejemplo: En Southhampton, varias especies de paros descubrieron la leche como alimento. Con sus picos arrancaban las tapas y bebían hasta donde llegaban con sus picos. A lo largo de los años, también en otras ciudades los paros empezaron a beber leche de esta manera. Durante la guerra, sin embargo, la leche desapareció. No obstante, los paros de los años de posguerra, que no podían haberlo aprendido nunca, reanudaron la costumbre del robo de la leche. Así, Sheldrake afirma que las facultades se heredan a través del campo morfogenético de una especie, es decir, a través de esta memoria colectiva.

HELLINGER En fondo, tales teorías me dan absolutamente igual. Ya veo que realmente existe algo así. Las explicaciones posteriores no aportan nada para el trabajo práctico. Muchos quieren hacerse una idea de cómo es posible algo así. Yo no necesito tales explicaciones para poder trabajar.

TEN HÖVEL Bien, en un principio se trataba de otra cosa. Estábamos hablando de la constelación como ritual. Mi imagen es la siguiente: si me imagino que cada persona echa raíces, hasta el centro de la tierra, se halla en contacto con lo humano en sí, por lo que esa persona puede tener sentimientos y sensaciones que no sean suyas; surgen en él desde ese fondo último, para así decirlo.

HELLINGER Esta imagen ya va demasiado lejos para mí. Yo lo veo más en la superficie. La familia: son varias personas relacionadas en el espacio de una manera determinada. Cuando alguien configura su familia, transfiere al espacio lo que en esa familia ocurre. Si lo hace bien, aquéllos que actúan como representantes ya no se encuentran en su propio sistema familiar, sino en otro. En ese momento pueden percibir exactamente lo que ocurre en aquel sistema.

Frecuentemente, se puede decir de antemano si una persona ha configurado su familia de manera adecuada o no.

TEN HÖVEL ¿Ud. puede decirlo?

HELLINGER Inmediatamente. Hace poco, una mujer configuró su familia. Le dije: «No lo has hecho bien. ¿Ya has configurado esta constelación alguna vez?»

Ella me contestó: «Sí».

La pregunté: « ¿Fue así, como lo acabas de hacer ahora?» Me dijo: «Sí».

A continuación, le pedí que volviera a configurar su familia, centrándose enteramente en su intuición. La imagen que resultó fue totalmente diferente.

TEN HÖVEL ¿Cómo puede Ud. juzgarlo diciendo simplemente: «Esta constelación no está bien configurada»?

HELLINGER Porque veo el sistema. Cuando alguien habla de sí mismo, tengo una determinada imagen de su sistema, aunque no muy clara. Si después hay alguna divergencia, lo noto en seguida; como cuando se oye un tono disonante.

TEN HÖVEL Sería similar a las personas que dicen que pueden ver el aura de otros. ¿Ud. percibe, para así decirlo, el aura sistémica?

HELLINGER Eso ya sería demasiado. Cuando trabajo con una persona, no estoy en el yo, no pienso. Me retiro a mi alma. Y de ahí tengo una noción aproximativa de si algo está en concordancia o no. Nunca es una visión del todo nítida, clara, pero me basta para trabajar.

TEN HÖVEL ¿Es decir, tiene algo que ver con mirar en vez de observar?

LA AMPLITUD

HELLINGER Una vez expresé la diferencia entre *yo* y *sí mismo* en un gesto. Llego al yo extendiendo mis manos hacia abajo y afuera, moviéndolas después en un extenso círculo

hacia arriba, hasta que se toquen en la punta. Al sí mismo llego a través del movimiento inverso, de la punta de arriba a la amplitud de abajo.

TEN HÖVEL Siguiendo su movimiento, diría que observar significa enfocar un punto determinado. Percibir, en cambio, significa mirar la amplitud del espacio.

HELLINGER Exacto. Al enfocar, veo los detalles, pero no puedo ver el conjunto. Un investigador que, como investigador, mira un árbol no puede percibirlo como árbol; sólo ve los detalles. Un pintor, en cambio, lo ve en su totalidad. O también un poeta. Ésta es la manera en que trato a las personas sistémicamente: no miro al individuo, sino que lo veo formando parte de toda una red relacional.

TEN HÖVEL Algunos dicen: Hellinger tiene un tono pastoral. ¿Tiene algo que ver con esta manera de mirar?

HELLINGER Quizás. Una vez me escribió una mujer: «Ud. no le habla al yo, Ud. le habla al alma.»

El alma está en relación con algo más. Así, a veces me surge la idea repentina de dónde se encuentra la solución y veo conexiones que no podrían deducirse inmediatamente.

Así, por ejemplo, he podido ver que cuando un hombre lleva barba, tiene una madre que menosprecia a su padre y se considera mejor. Y con el padre de su padre fue igual. O si alguien elige el cuento de «Juan en la felicidad» cómo historia que le atrae, frecuentemente esa persona tiene un abuelo que perdió una fortuna. O también pude ver que existe la dinámica de: «Mejor que sea yo que tú», o de: «Te sigo a la muerte.»

TEN NÖVEL Volvamos a la pregunta del ritual. Su terapia sigue unas pautas bastante fijas. Es decir, por la manera en que se desarrolla en cada caso concreto y por el hecho de que Ud. dispone de unas 30 frases sanadoras establecidas.

HELLINGER Todas estas son frases individuales. Cuando trabajo con ellas, las varío. Si uno dice estas frases sin más, no está en contacto. Justamente por eso no es ningún ritual en el que todo se desarrolla siempre de la misma manera. Es un rito, adaptado a la situación concreta. En cualquier caso, la única cuestión es: ¿Ayuda o no ayuda? ¿Qué palabra es la acertada aquí, qué palabra no lo es? Es algo que vuelvo a comprobar en cada caso concreto.

Cada constelación difiere de las demás; no hay dos que sean iguales. Este rito se da por una concomitancia en el momento; es irrepetible.

TEN HÖVEL En cierta ocasión, Ud. dijo: «Lo que uno le cuenta a su terapeuta sirve para la defensa.» ¿Cuánto necesita saber un terapeuta de su cliente?

CENTRAR LA ATENCIÓN EN UN CONTEXTO MÁS GRANDE

HELLINGER Para la terapia no necesito saber cómo son los padres, para dar un ejemplo. Si alguien me lo cuenta, todo eso forma una red de imágenes e interpretaciones que me atrapa y me impide la mirada simple a los padres. Lo único que necesito saber son los sucesos, en el sentido de: ¿están casados, hay hermanos, hay alguien que murió, alguien que fue excluido? Además, tengo que saber si hubo enfermedades o accidentes. O también, si el padre fue alcohólico, por ejemplo. Eso también sería como una enfermedad. Más no necesito.

TEN HÖVEL Para el abordaje sistémico es suficiente. ¿También lo diría en general? Sería, pues, una terapia des-individualizada. Ya que su terapia no está adecuada individualmente a cada persona; Ud. pregunta por sucesos que también podrían haber ocurrido con otras personas. En el trabajo constelaciones familiares, lo único individual es la manera en que el o la cliente ve su sistema.

HELLINGER Justamente eso no es individual. Si el cliente lo configurara según la imagen que él se ha formado, sería individual. Sin embargo, le exijo que lo configure centrándose enteramente en su intuición, de manera que la imagen resulte de la realización. Por tanto, no es ninguna imagen que él o ella se haya formado, sino que surge repentinamente de su inconsciente, sorprendiendo al cliente mismo.

TEN HÖVEL ¿Pero lo inconsciente también es algo individual? ¿O acaso Ud. únicamente considera individual el yo?

HELLINGER Este inconsciente, con toda seguridad no es individual. El cliente percibe algo que también es válido fuera de su persona. Si otro miembro de la familia configurara el sistema centrando su atención en el contexto mayor de la familia, la imagen no presentaría grandes diferencias en su resultado final.

Hace poco, tuve un caso así: un hombre configuro su sistema. Después, su mujer configuró el sistema de forma totalmente distinta. Sin embargo, los sentimientos y sensaciones de los participantes eran idénticos en ambas constelaciones. Naturalmente, también puede haber un falseamiento en las constelaciones. No obstante, cuando dos personas configuran el mismo sistema, se puede distinguir inmediatamente quién de los dos se encuentra más cerca de la realidad y quién falsea la imagen por una meta o una intención personales. De todos modos, la precisión en los detalles no tiene importancia.

TEN HÖVEL ¿No hay nada individual en las constelaciones?

HELLINGER Hace una diferencia si alguien dice: «Voy a configurar la constelación», como quien ya tiene una imagen preconcebida, o si actúa en sintonía con su alma. En el primer caso, es el cliente quien actúa, en el segundo, es su alma la que le guía. El alma va más allá del individuo, lo trasciende.

TEN HÖVEL Algunos dicen: «En realidad, Hellinger no mira al individuo, no lo ve, no quiere saber nada de los problemas especiales de la persona concreta.» ¿No es que las personas, por esos órdenes supuestos, son medidas todas por el mismo rasero en las constelaciones familiares?

HELLINGER Cuando alguien me cuenta un problema, me da una interpretación de sí mismo, de su familia y de su situación. Bien mirado, me invita a adoptar su visión. Me describe sus problemas para que yo busque una solución que corresponda exactamente a lo que él proyecta a sus problemas. De esta manera, me ata de antemano. En el fondo, no me necesita en absoluto; quiere convertirme en cómplice para lo que él considera la solución. Eso no lo permito; me reservo la libertad de mirar por mí mismo.

El cliente mismo también lo mira en la constelación, independientemente de cómo vivió su situación hasta ese momento. Él configura su familia, no yo. En el transcurso de la constelación, de repente surgen cosas que no hubieran aparecido en su descripción.

TEN HÖVEL Y fuera de las constelaciones familiares, ¿cómo sería? Por ejemplo, en Terapia Gestáltica, donde se trata de vivencias sumamente individuales. ¿No sería un poco simplista decir que el cliente le impone su visión al terapeuta? Naturalmente, en terapia se cuenta mucho, pero en el fondo siempre se trata de aprender a *vivir* las experiencias en vez de teorizar. Su afirmación de: «Aquello que el cliente cuenta sirve a la defensa», ¿es válida en general?

HELLINGER Dicho de esta forma, es una afirmación muy provocativa. Naturalmente no se puede interpretar así. En un principio, el cliente acude en busca de ayuda. En muchos casos, sin embargo, también viene para verse afirmado. En un caso así, desvío mi mirada del cliente; no me fijo en él realmente. Me fijo en su familia, en la situación de la que proviene. Cuando tengo grandes problemas con alguien, me imagino esa persona con cuatro años y me pregunto: « ¿Qué pasó en aquel entonces para que hoy sea así?» Inmediatamente, mi imagen de él cambia y me encuentro mucho más cerca de lo esencial, que no escuchando aquello que el cliente me cuenta.

No pretendo aplicar el mismo baremo al trabajo de otros. Únicamente describo algo que he descubierto como un instrumento útil para mi trabajo. Lo que otra persona haga con ello, en el fondo no me atañe.

TEN HÖVEL Suena muy provocativo cuando Ud. dice: «Desvío mi mirada del cliente.» Me imagino que acudo a Ud. sabiendo que Hellinger mira más allá de mi persona; ni siquiera quiere verme...

HELLINGER Cuando veo a alguien en su familia, con su padre, su madre, sus hermanos y los muertos, percibo mucho más de él, muchísimo más. Mi mirada se dirige a algo más grande, por lo que puedo verlo de una manera mucho más extensa.

TEN HÖVEL Cuando Ud. dice que mira más allá, quiere decir que no se deja influenciar por la palabrería de: «Mi padre siempre exigía esto o lo otro, mi madre era depresiva y no me quería... Sufría porque siempre preferían a mi hermano...»

HELLINGER Tantas frases no las hubiera escuchado; me duelen físicamente. Las hubiera cortado ya antes. En este punto me oriento por mi bienestar: lo que me duele físicamente no puede ser relevante, para decirlo de una manera muy provocadora.

TEN HÖVEL Eso suena casi arrogante.

HELLINGER Cuando trabajo en un grupo me doy cuenta de que también los demás reaccionan así. No es ningún criterio que yo reclame para mí solo. Cuando en un grupo un participante habla de esta manera, todo el grupo se inquieta; empiezan a bostezar, a estirarse o a hablar. También les duele y, en consecuencia, pasan a un comportamiento de defensa. Por tanto, mi comportamiento no es en absoluto arbitrario.

«LOS ÓRDENES SE ENCUENTRAN»

Experiencia, libertad, ideología

TEN HÖVEL Tiene Ud. un concepto muy especial del orden que, muchas veces, topa con la incomprensión. Suena a ordenado, a un canon de reglas fijas que limita la autonomía del

individuo; no suena a libertad. Tiene ese tono tan sumamente patriarcal. ¿A qué se refiere Ud. cuando habla de orden?

HELLINGER Cuando algo se ha arreglado, ha encontrado el orden, la sensación resultante es de alivio, de paz, de posibilidades de hacer algo conjuntamente. Éste es el significado de la frase simple de: «El asunto se pone en orden.» De repente, uno se siente aliviado. Estos órdenes se encuentran, no se propagan. Yo los encuentro a través del trabajo con constelaciones familiares.

EL MISMO DERECHO A LA PERTENENCIA

TEN HÖVEL ¿Podría Ud. nombrar algún ejemplo de estos órdenes y existen determinadas reglas para su funcionamiento?

HELLINGER Sí. Trabajando más a menudo con constelaciones familiares, se puede ver qué elementos forman parte del orden; por ejemplo, que cada miembro de una familia tenga el mismo derecho a la pertenencia. Éste es un orden fundamental: quien forma parte, también tiene el derecho de pertenecer — el mismo derecho que todos los demás. Éste es un orden muy bello; en el fondo, de aquí únicamente puede resultar algo bueno. Al hablar de este orden, no me oriento en algo que se predica en alguna parte, por ejemplo, en el cristianismo. De hecho, este orden no es predicado allí. Únicamente lo nombro porque este orden, en el trabajo con constelaciones familiares, ha mostrado ser existente y efectivo. Donde se respeta, nace el bien. Cualquier persona puede experimentarlo y comprobarlo personalmente. Donde no se respeta este orden, las personas entran en crisis o se enferman. Aportaré un ejemplo. Generalmente, en una familia donde hubo una persona homosexual que fue despreciada y excluida, todos se sienten aliviados en cuanto ese miembro vuelve a recibir su lugar. Si, por lo contrario, sigue excluido, más tarde será imitado por otro miembro del sistema sin que éste se dé cuenta. Este orden actúa independientemente de si lo conocemos y reconocemos, o no.

TEN HÖVEL Por este contexto empírico, sin embargo, sí que existen ciertas reglas de comportamiento para Ud.

HELLINGER Existen maneras de comportarse, o actitudes, que sirven al orden, y existen maneras de comportarse que lo perturban. En este caso, la finalidad de la terapia consiste en devolver al orden algo que cayó en desorden.

Cuando, por ejemplo, en un sistema hubo una mujer que murió de parto, o en una familia muchos de sus miembros sufrieron una muerte violenta, estos hechos crean miedo. Quizás, en consecuencia uno no quiera mirar a esos muertos para olvidarse de ellos. No por eso nadie es malo ni culpable en un sentido moral. No obstante, los efectos son nefastos; uno lo ve configurando las constelaciones de esas familias. Análogamente, también se ven los efectos positivos para la familia si los muertos son reconocidos y se les concede un lugar honroso.

EL DERECHO AL PROPIO DESTINO

HELLINGER Estos órdenes también implican que hay que respetar el destino de cada persona.

Por ejemplo, si en una familia el padre o la madre quieren morir porque sus hermanos sufrieron una muerte violenta, los hijos sienten el impulso de cerrarles el paso a los padres y de morir en su lugar. Éste, sin embargo, es un atentado contra el orden. Los hijos se arrogan algo que no les corresponde. Aunque no se les pueda declarar culpables —ya que lo hacen por

amor—, las consecuencias son fatales para todos. En un caso así, el sistema no vuelve al orden hasta que los hijos dejen que su padre o su madre se vayan, por muy duro que les resulte. Aquí, forma parte del respeto ante los padres. Ahora bien, si nadie les cierra el paso a los padres, es más probable que se queden, que pretendiendo retenerlos.

LA PRIORIDAD

HELLINGER Otros órdenes están relacionados con la prioridad. Así, por ejemplo, los padres preceden a los hijos y su relación de pareja tiene prioridad ante la paternidad.

TEN HÖVEL ¿Qué significa «los padres preceden a los hijos»?

HELLINGER Los padres deben exigirles a los hijos que los respeten en el primer lugar. De esta manera, los hijos se sienten bien y aliviados, ocupando el lugar que les corresponde. Cuando los padres intentan ponerse en un mismo nivel con los hijos, por ejemplo, a través de la camaradería, o si no se hacen valer como superiores y prioritarios, los efectos para los 'hijos son fatales. En consecuencia, los hijos se sienten inseguros y faltos de libertad. El orden también implica que determinados actos tienen consecuencias irrevocables. Muchos piensan que un acto grave puede ser anulado, por ejemplo, mediante terapia. Trabajando con personas gravemente enfermas se puede ver que existen actos que, definitivamente, son irreversibles. En un caso así, el orden implica que se dejen las consecuencias con la persona respectiva, sin pretender mitigarlas. Si esa persona asiente a las consecuencias de sus actos, gana una dignidad especia] que antes no tenía.

TEN HÖVEL ¿Cuáles serían actos graves irreversibles?

HELLINGER Por ejemplo, un aborto intencionado, o si alguien llevó a su padre a la cárcel. En un caso así, la única salida consiste en afrontar la culpa y sus consecuencias. A veces, por las reacciones del cliente veo que algo ya no puede ser anulado, por ejemplo, que prefiere morir antes de darle la honra a su padre o a su madre. Entonces se lo digo, pero no en el sentido de que ya no pueda arreglarse nada, sino como medida terapéutica. Le presento la seriedad de la situación para, quizás, poder alcanzarlo de esta manera.

TEN HÖVEL Eso suena muy duro.

HELLINGER Sí, pero todo lo demás significaría cerrar los ojos siguiendo el lema de: «no puede ser lo que es». Así, él y yo deformaríamos la realidad de la manera más cómoda en vez de encararla. El cambio, sin embargo, sólo puede darse encarando la realidad.

«EL AMORES SIEMPRE FIABLE»

Terapia y familia

TEN HÖVEL ¿Quién es Ud. en una sociedad laicista en la que los sacerdotes están perdiendo su papel de «cura de almas» al mismo tiempo que su autoridad?

HELLINGER Para mí es importante ayudar a las personas a solucionar sus conflictos, y ponerlas en contacto con fuerzas sanado-ras en su propia familia. En el fondo, no es sólo terapia, sino un servicio de reconciliación. En este sentido, también soy «cura de almas». Y me siento maestro. La palabra terapeuta no me dice gran cosa.

TEN HÖZ EL ¿Por qué no le dice gran cosa la palabra terapeuta? Por su propia historia, Ud. mismo conoce el campo del cura de almas, y conoce el campo del terapeuta, porque fueron terapeutas los que le formaron y lo tuvieron en terapia. ¿Ahora se encuentra en medio de estos dos grupos?

HELLINGER Yo relaciono el concepto de terapeuta con la idea de manejar algo; que estoy tratando algo con la idea de poder controlarlo. Sin embargo, mi comprensión del destino y de las fuerzas que actúan es demasiado grande para verme como una persona que interviene y consigue algo.

TEN HÖVEL Me parece comprensible este rechazo de la manipulación en relación a la psicoterapia tradicional. Pero hoy en día ya existen un gran número de escuelas terapéuticas que no se conciben como causantes sino, en todo caso, como asistentes en el proceso de sanación de determinadas heridas, como personas que ofrecen un espacio en el que otros pueden encontrar la sanación.

HELLINGER Incluso eso me parece demasiado. En el fondo, tan sólo me alío con los padres, o con otras personas que sufrieron una injusticia, para hacerlas entrar en juego. Aquello que sana emana de ellos, no de mí. Al mismo tiempo me opongo a todos aquéllos que se inmiscuyen, crean una carga para el sistema y lo trastornan con su arrogancia, obstaculizando así las fuerzas sanadoras. No hago nada más.

En todo caso, me definiría como terapeuta familiar, ya que le ayudo a un sistema a encontrar su camino y su orden.

TEN HÖVEL ¿De dónde saca Ud. la seguridad de que ese sistema encontrará su orden?

HELLINGER Los sistemas familiares tienen tal fuerza, tal poder de vinculación y algo tan conmovedor para todos —cualquiera que sea su actitud ante la familia—, que me fío plenamente de ellos. La familia le da la vida al individuo. De ahí proviene, con todas sus posibilidades y limitaciones. A través de la familia llega a un pueblo determinado, a una región determinada; a través de ella es involucrado en determinados destinos y tiene que llevarlos.

No hay nada más fuerte que la familia. Si pretendo intervenir considerándome superior a esa familia, interfiero en el orden. Por tanto, me acerco a la familia como alguien que la valora. Puedo valorar a los padres, ya que la paternidad es algo tan grande para mí que yo, como terapeuta, no me opondría nunca a los padres.

Para mí, es inconcebible instigar a alguien contra sus padres, tal como se practica en algunas terapias en el sentido de: «Tenéis que libraron de vuestros padres»; me parece un absurdo. ¿Cómo puede una persona librarse de sus padres? — Él o ella es sus padres.

TEN HÖVEL Cuando Ud. dice que la familia es el vínculo más profundo que une a las personas, éste fue también el punto de partida para la psicoterapia clásica: la familia como vínculo más fuerte y, al mismo tiempo, como fuente elemental de todo tipo de enfermedades, neurosis y miseria psíquica. El camino de la psicoterapia significa liberación, sanación de las heridas. La diferencia se encontraría, pues, en el camino que conduce a la sanación de estas heridas. ¿Se llegaría poniendo límites, desligándose de los padres? Para Ud., ¿todo esto son conceptos que no reconocen el vínculo elemental?

HELLINGER Está clarísimo: nos hallamos atados a la familia y a sus destinos. Asimismo, le doy la razón cuando afirma que de este vínculo también resultan mucho dolor y sufrimiento. Mi conclusión, sin embargo, es otra.

Algunas escuelas terapéuticas dicen que el individuo debe desprenderse de la familia, u oponerse a ella, o combatirla para sanarse. Incluso existen ejercicios en los que el terapeuta anima al cliente: «Mata a tus padres» (interiormente), o: « ¡Dale, pégale!», o: « ¡Grita toda tu rabia!» Para mí es ridículo, porque, posteriormente, el único efecto será el auto-castigo del cliente.

En un caso así, el terapeuta aparece como el padre mejor o la madre mejor, lo cual, ya de por sí, es absolutamente absurdo. Ya que, cuando se trata de tomar decisiones o de asumir sacrificios por los hijos enfermos, son los padres reales los que hacen falta y están presentes. Es fácil formular frases bonitas en una sesión terapéutica, pero convivir con personas difíciles y llevar su suerte con ellos es algo totalmente distinto. La familia causa enfermedades, no porque las personas sean malas, sino porque en la familia actúan destinos que implican, afectan e influyen a todos. Ya comienza con los padres: ellos mismos tienen unos padres determinados y provienen de familias con destinos determinados, lo cual repercute en la nueva familia. Por el vínculo, las suertes se llevan conjuntamente. Y donde se dan incidencias graves en la familia, a través de generaciones subsiste la necesidad de compensación.

TEN HÖVEL ¿Sería una especie de conciencia de la red familiar que actúa aquí?

HELLINGER De momento, lo llamaré conciencia de la red familiar. Existe una fuerza, una instancia que actúa centrándolo todo para conseguir un estado equilibrado. Por ejemplo, que los excluidos sean integrados nuevamente, o que cada uno lleve las consecuencias de sus propios actos, o que las consecuencias de la culpa no sean transferidas de padres a hijos o nietos.

Teniendo en cuenta este hecho, con la ayuda de esa instancia puedo encontrar un orden para el sistema, orden que libera de tales suertes fatales o mitiga sus efectos. Así, todos pueden respirar aliviados. Las fuerzas buenas recobran su influencia liberadora.

En cuanto la familia ha encontrado el orden de esta manera, el individuo puede salir de la familia, sintiendo la fuerza de la familia a sus espaldas. Sólo reconociendo el vínculo con la familia, viendo y distribuyendo claramente las responsabilidades, el individuo se siente aliviado y capaz de cumplir lo que es su propio destino especial, sin que lo anterior sea una carga para él ni lo persiga.

TEN HÖVEL Por supuesto, de esta manera, Ud. reduce considerablemente la afirmación de: «La familia nos enferma».

HELLINGER El amor en la familia tanto enferma como sana. No es la familia la fuente de enfermedades, sino la profundidad del vínculo y la necesidad de compensación en el seno de la familia, que pueden conducir a enfermedades. Descubriendo esta dinámica, el mismo amor y la misma necesidad de vinculación también permiten influir sobre las enfermedades a un nivel superior. Decir simplemente: «La familia nos enferma», sería una condena barata de la familia.

TEN HÖVEL Realmente, no admite ningún ataque a la familia.

HELLINGER No, es injusto acusarla. El sufrimiento en la familia no se desarrolla porque existe la familia. Tal la familia, tal la vida. En la familia empezamos a vivir, y la cuestión es: ¿cómo puede el individuo, sobre esta base, encauzar su vida para hacer posible un desarrollo?

TEN HÖVEL Volvamos a las escuelas terapéuticas. A veces tengo la impresión de que Ud. mantiene una actitud crítica ante los profesionales de su rama. Ahora bien, en nuestros días, el mercado terapéutico se ha convertido en un campo extenso. La clásica escuela freudiana, con el cliente en el sofá y el analista apartado del campo visual, ya no constituye más que una parte ínfima. Se conoce una gran variedad de abordajes para impulsar las fuerzas sanadoras a través de la intervención terapéutica: musicoterapia, terapia corporal, de diálogo, de danza, hipnoterapia respiratoria, etc. Seguramente sería injusto menospreciar todas estas vertientes.

HELLINGER ¡Nada más lejos de mí! Yo mismo gané mucho a través de psicoterapia. Además, la psicoterapia también crece con la experiencia.

Las ideas de Freud siguen siendo fundamentales hasta hoy día. Pero entretanto ha habido un desarrollo ulterior en muchos aspectos. Uno ya no puede limitarse a sus métodos — no por eso hay que desvalorarlos; siguen siendo las base y el principio de toda psicoterapia.

Muchos enfoques terapéuticos se concentran en ámbitos parciales, transmitiendo nuevas experiencias y aumentando la conciencia general. Las terapias corporales, por ejemplo bioenergética, parten de la idea de que muchos trastornos se plasman en tensiones musculares y que éstas pueden ser disueltas. De esta manera se entra en contacto con emociones profundas — también con el amor a la propia familia. Este proceso alivia, relaja y libera nuevas fuerzas.

Los problemas fundamentales, sin embargo, están relacionados con la familia. Más concretamente, con el hecho de que toda persona, independientemente de lo que hacia fuera afirme, en lo más hondo es leal a su familia. Este amor profundo debe ser reconocido. Pero hoy en día, cuando una persona dice que ama a su familia, a algunos ya les parece sospechoso y empieza a tener problemas.

TEN HÖVEL Ud. piensa que la tendencia en terapia es más bien la de aprender a distanciarse de los padres. Es decir, ¿libertad a través del distanciamiento de los padres?

HELLINGER Así me parece. Pero el amor más profundo no tolera que nadie se oponga definitivamente a su familia. Por tanto, quien lucha contra su padre, invariablemente será como él. Y quien lucha contra su madre, invariablemente será como ella. Existe una bella frase de Mahoma: «Cuando alguien le recrimina un pecado a su hermano, no puede morirse antes de haber cometido este mismo pecado». Algo similar nos ocurre a nosotros cuando rechazamos a nuestros padres de esta manera.

Muchos trastornos y enfermedades se desarrollan por esta lucha, porque uno no quiere reconocer que está atado. En un caso así, como terapeuta procuro recuperar el amor original.

EL MOVIMIENTO INTERRUMPIDO HACIA LA MADRE O EL PADRE

HELLINGER Sin embargo, el amor a los padres frecuentemente se halla trastornado, por ejemplo, cuando a una edad muy temprana se interrumpió el movimiento del niño hacia sus padres debido a una estancia larga en el hospital. Esta experiencia es sumamente dolorosa para el niño. Posteriormente, este dolor es di-simulado mediante la oposición a los padres. En

el fondo, sin embargo, esta oposición no es más que un recuerdo de la separación inicial. Por tanto, interpretándolo sólo por lo que aparece en un primer plano, es decir, la oposición, no puedo ayudarle a la persona afectada.

Es diferente cuando sé que el amor es siempre fiable; siempre está, sólo tengo que buscar dónde se encuentra. Cuando una persona está enfadada con sus padres, mi pregunta es: ¿adónde ocurrió la interrupción temprana? Una vez encontrado el punto, le ayudo al niño en el cliente a encontrar el camino a la madre o al padre de aquel entonces. En ese momento, la lucha cesa y todos respiran aliviados, también los padres. Así, los padres pueden dirigirse nuevamente al hijo, y el hijo, a los padres.

TEN HÖVEL Es el mismo tema que en terapia corporal. Una vez conocí un terapeuta —también era un buen actor— que nos presentó este «movimiento interrumpido»: el niño, de cuatro años, viene del jardín, todo contento, los zapatos llenos de barro y una flor en la mano, y se acerca a la mamá, radiante. Ésta, por su parte, justo está limpiando la casa y teme por su suelo impecable. Al ver al niño, le grita: « ¡Ojo, no entres!» El niño, asustado, se sobresalta y se encoge de hombros. El terapeuta nos representó esta postura con mucho énfasis. Todos nos reímos porque era tan simple y porque se veía tan claramente que nadie quería hacerle daño a nadie, sino que cada uno simplemente se encontraba abismado en sus quehaceres. De esta manera nos explicó cómo se desarrolla nuestra postura corporal, y que no nos damos cuenta de este proceso porque los músculos se «acostumbran» a la mala postura, es decir, ya no causan dolor, pero tampoco permiten que fluya la energía. Todo lo contrario: incluso nos cuesta energía mantener ese estado de sobresalto que ya no percibimos como tal. Naturalmente, eso sólo ocurre donde tales momentos de sobresalto se dan con más frecuencia, convirtiéndose así en patrones de comportamiento. En consecuencia, nos movemos por la vida tensos, encorvados, con los hombros encogidos y la cabeza agachada, abatidos. Cuando se logra disolver la tensión muscular, el susto surge de nuevo y la energía vuelve a fluir.

HELLINGER Es una descripción maravillosa de un movimiento interrumpido. Donde el movimiento del niño a la madre, o al padre, es interrumpido, el cuerpo retrocede y la cabeza se alza. El movimiento contrario sería que la cabeza bajara y que los brazos se extendieran.

Este problema puede ser abordado a un nivel puramente físico, disolviendo las tensiones musculares para así llevar a término el movimiento hacia la otra persona. La otra posibilidad consiste en hacer que el cliente, interiormente, regrese a aquel punto y que se imagine que, como niño, se acerca a la madre para darle aquella flor. También de esta manera, el movimiento llega a su meta y la tensión se disuelve. Así, pues, se puede ver que diferentes abordajes terapéuticos apuntan y llegan a un mismo resultado.

Un niño que ha adoptado esta postura tensa, no sólo ya no se atreve a acercarse a la madre, sino que, posteriormente, adoptará la misma actitud con otras personas, evitando acercarse a ellas. En este caso le serviría de poco que únicamente se ejerciera en acercarse a otras personas. El niño tiene que retomar el movimiento interrumpido, en el mismo punto en el que se dio aquella interrupción temprana, y llevarlo a término.

TEN HÖVEL Quizás, el terapeuta corporal diría: recordando y disolviendo aquella tensión y aquel dolor, también se cambia la relación con los padres y con otras personas.

HELLINGER En este contexto quisiera advertir un peligro. En aquel momento, el niño se asustó, o quizás incluso se horrorizó o se enojó. Si sólo me centro en estas emociones de primer plano sin relacionarlas con el movimiento interrumpido, únicamente se expresará lo inmediato, por ejemplo la rabia, la desesperación o el dolor. En un principio, sin embargo, el niño quería enseñarle algo a la madre. Por tanto, también puedo, ya desde un principio, moverme con el amor del niño. De esta manera alcanzo antes la meta que apostando por la rabia y la desesperación.

Se trata de una distinción importante: no trabajo eón los sentimientos que el cliente describe, sino que veo el proceso en su totalidad y toco la emoción decisiva del principio — y ésta siempre es el amor. Según mi experiencia, no hay excepciones en este punto.

TEN HÖVEL Es decir, ¿las demás terapias pierden el tiempo en rodeos?

HELLINGER El terapeuta que Ud. acaba de describir, seguramente llevará a término el movimiento interrumpido. Únicamente quise advertir el peligro de que, quizás, se miren más las emociones de primer plano, surgidas a raíz del movimiento interrumpido. Estas emociones no aportan ninguna solución; sólo confirman e intensifican una vez más la experiencia de aquel entonces en vez de retomar el movimiento hacia la madre o el padre. O también pueden servir a la justificación, por ejemplo, para separarse de los padres en vez de volver a acercarse a ellos con amor.

REIVINDICACIONES MORALES

TEN HÖVEL Todo esto se refiere al proceso terapéutico. ¿Acaso no es la finalidad de toda terapia buena que la persona se convierta en un ser adulto? Eso implica que uno sea responsable de sí mismo, que no pase la culpa de la propia suerte a ninguna otra persona y que sea capaz de seguir sus propios impulsos in-teriores.

HELLINGER Éstas son reivindicaciones morales. Y endurecen el alma. Todo esto suena a esfuerzo, desligado de las fuerzas que podrían ayudarme.

Existen terapias que establecen determinadas pautas de cómo debería ser una persona. «Debe ser individuado», dicen algunos —cualquiera que sea el significado de esta palabra. O: «Debe ser adulto», o: «Debe ganar más fuerza del yo». Cuando se pregunta qué significan todas estas frases y si uno podrá realmente satisfacer esas expectativas, uno se siente pequeño y lleno de dudas. En realidad, sin embargo, todo esto se desarrolla con toda naturalidad, en la familia.

En un principio, el niño se encuentra fuertemente vinculado y atado a la red familiar; después, su libertad de movimiento va siendo cada vez mayor. Más tarde, cuando ya ha tomado todo lo que de su familia podía recibir, y si lo valora, se marcha serenamente, sin ningún esfuerzo. No necesita hacer el propósito de convertirse en adulto —es adulto.

Aquello que me tengo que proponer no lo quiero realmente; de lo contrario, no necesitaría proponérmelo. Por tanto, el propósito indica que aún me falta algo que debería ser tomado o arreglado. Donde se formulan estas exigencias, sé que aún hay que recuperar algo. En este caso, le ayudo al cliente a recuperar o a solucionar lo que sea necesario.

«EL TRIUNFO ES LA RENUNCIA AL EXITO»

Discernir los sentimientos

TEN HÖVEL En su trabajo, una y otra vez habla del amor que vuelve a surgir. ¿Qué ocurre con sentimientos como la rabia, el odio, la envidia? Por lo que veo, en su trabajo terapéutico, la rabia no tiene ninguna importancia. ¿Por qué la rabia no tiene cabida?

HELLINGER Yo distingo los sentimientos originales de los deducidos, que sirven para sustituir los primeros. Un sentimiento original sirve al actuar, un sentimiento deducido sustituye el actuar. Por tanto, aporta poco trabajar con un sentimiento deducido, ya que únicamente se refuerza la persistencia en la inactividad.

ENVIDIA

HELLINGER Ilustraré la diferencia con la envidia. Envidia significa querer tener algo sin pagar el precio que cuesta. En vez de trabajar con la envidia, procuro llevar al cliente a la decisión de estar dispuesto a pagar el precio entero por la ganancia y el éxito.

RABIA

HELLINGER La rabia es un caso similar. La rabia original surge donde se me ataca. Esta rabia me da fuerzas para defenderme; por tanto, es buena. Me capacita para actuar.

En la mayoría de los casos, sin embargo, la rabia sólo se basa en una imaginación. Así, uno se enfurece sin actuar. En mí mismo he podido observar que cuando en mi imaginación me enfado con otras personas, diciendo: « ¡Qué tipos!, ¿qué estarán tramando contra mí?», en seguida sé que esta emoción y las suposiciones que la nutren son falsas. Ya que cada vez que posteriormente averiguaba lo que realmente estaba ocurriendo, era diferente de lo que yo había supuesto. La rabia sólo había sido desencadenada por una imagen interior. Este tipo de rabia no cuenta con ninguna información concreta; se basa en proyecciones y sospechas sin fundamento.

TEN HÖVEL Sin embargo, la rabia es más bien una emoción reprimida; raras veces una persona se permite enfurecerse realmente. Frecuentemente, la rabia ni siquiera se expresa, por lo que se anida en rincones totalmente equivocados.

HELLINGER La rabia también puede tener que ver con que no reclamo lo que en el fondo me correspondería. En consecuencia, me enfurezco. También este tipo de rabia sirve para sustituir mi propio actuar.

TEN HÖVEL Ud. dijo que no consideraba conveniente sacar toda la rabia en el proceso terapéutico. Por otra parte, sí que existen en situaciones en el proceso terapéutico en las que una persona aprende a sentirse en esta fuerza; de hecho, la rabia tiene una inmensa fuerza.

HELLINGER Muchas veces no es más que una fuerza fictiva. Las emociones decisivas de trasfondo son el dolor y el amor. En vez de encarar el dolor, quizás me enfurezca.'

Así, por ejemplo, alguien recuerda en una terapia que de niño recibió una paliza, y empieza a sentir rabia contra el perpetrador. Sintiendo rabia, no percibe el dolor. En cambio, diciendo: «Me duele mucho», alcanza otro nivel, más centrado y mucho más vigoroso. De esta manera

se alcanza un nivel mucho más profundo que expresando la rabia, diciendo: » ¡Esta me la pagarás!»

TEN HÖVEL Hay personas que sacan la copa de la vitrina y la tiran para expresar el impulso inmediato de: « ¡Cómo puedes hacerme algo así!» No entiendo qué habría que objetar en este caso. Bien no quita el dolor, pero sí expresa un sentimiento de manera directa.

HELLINGER Puedo ver esta rabia como expresión del dolor; pero con ella la persona se acerca a un límite muy peligroso. Cuando este límite se traspasa sólo un poco, todo está perdido. Sí que expresa su rabia, pero de ahí no sigue nada.

En este punto distingo entre triunfo y éxito. El sentimiento que lleva al triunfo o a la victoria malogra el éxito.

TEN HÖVEL Es decir, este «yo soy la más digna».

TRIUNFO

HELLINGER Yo, la más digna; tú, el canalla. Yo soy la esposa fiel, tú eres el infiel. A través del triunfo pierde su pareja. El precio del éxito, en cambio, es la renuncia al triunfo.

En el mundo asiático nunca debe llegarse al extremo de que una persona pierda la cara. De esta manera, las personas se aseguran el éxito para un futuro. Comportándome de manera que el otro pueda guardar la cara, aunque haya cometido algo grave, me lo gano. Reparará lo cometido lo mejor que pueda. Por lo contrario, rebajándolo o comprometiéndolo delante de otros, lo pierdo. Más aún: se convertirá en mi enemigo. No he ganado nada. También aquéllos que presencian un hecho así sienten la necesidad instintiva de lograr una compensación.

El triunfo es la renuncia al éxito. Quien triunfa ya no tiene seguidores. Éstos más bien se dirigen a aquél que salió perdiendo. Es una necesidad irresistible.

ODIO

Muchas emociones no son más que el dorso del amor y del dolor. Así, por ejemplo, el odio no es más que la otra cara del amor. Se desarrolla donde alguien fue herido en su amor. Ahora bien, expresando el odio, la persona se corta el acceso al amor. En cambio, diciendo: «Te quise mucho y esto me duele mucho», ya no cabe el odio. Tras una frase así puede darse la reconciliación; tras el odio, ya no es posible. Con el odio, la persona pierde justamente aquello que quería tener.

MIEDO

TEN HÖVEL También hay personas que dicen que lo contrario del amor es el miedo.

HELLINGER Lo contrario es la indiferencia. Cuando una pareja acude a mí diciendo que ya no aguantan vivir juntos, únicamente miro cuántas ganas de luchar les quedan todavía. Si les duele mucho, aún hay un auténtico compromiso y buenas posibilidades de llegar a una reconciliación. Si ya no duele, la relación está acabada. Entonces reina la indiferencia.

Pero volvamos al miedo. El miedo es concreto si temo algo; por ejemplo, que la madre se vaya y que no vuelva. Por regla general, los padres hacen todo para que los hijos no tengan que pasar este miedo. Así, el niño se siente seguro.

No obstante, la idea de una educación sin miedos es una utopía; no existe. Cuando alguien dice: «Los niños deben educarse sin miedo.», o: «La iglesia debería ser libre de miedos», me gusta contar la pequeña historia de la abuela que quería suavizar los cuentos para sus nietos, porque le parecían tan crueles. Cuando les contó a sus nietos esos cuentos «purificados», los niños empezaron a sentir miedo de la abuela.

El miedo es un sentimiento que se adhiere a algo. Eliminando todo a lo que el miedo podría adherirse, únicamente se intensifica.

Es bueno mirar cara a cara las situaciones que den miedo. Así, por ejemplo, cuando en una familia muere el abuelo, yo cogería el niño de la mano y le diría: «El abuelo está muerto.» Lo acompañaría para que tocara la mano del abuelo, y le diría: «Mira, ahora su mano está fría. Lo enterraremos, pero siempre puedes recordarlo.» Así, el niño puede mirar al muerto sin miedo.

En terapia, frecuentemente regreso con las personas al lecho de muerte de una persona amada —por ejemplo, a través de un trance—, para que miren al muerto y lo vean ahí tendido, muerto. También les permitiría a los niños que se echaran al lado del muerto. Cuando vuelven a levantarse, ya no tienen miedo; este miedo lo han mirado cara a cara.

TEN HÖVEL ¿El miedo de morir?

HELLINGER El miedo de los muertos. En otras situaciones que le inspiran miedo al niño, se le acerca a esa situación protegiéndolo al mismo tiempo. De esta manera aprende a manejar tales situaciones.

TEN HÖVEL En relaciones existe el miedo a la cercanía, el miedo de asumir la relación con todas sus consecuencias. De aquí nacen muchos problemas sexuales. Éste fue el motivo que me hizo relacionar el amor con el miedo.

HELLINGER Sí, eso existe. En el fondo, el miedo de entregarse a la mujer es el miedo más grande del hombre. Igual que en el cuento de uno que hizo un viaje para aprender lo que era miedo. El miedo lo aprendió en la cama, con la mujer. O Sigfrido, en la ópera de Wagner, que aprende el miedo cuando le abre la coraza a Brunilda y descubre que es mujer. Este miedo tiene que ver con la profundidad de la vida y de la muerte.

TEN NÖVEL Este miedo a la entrega normalmente se atribuye a los hombres. Me temo que entre las mujeres estará casi tan difundido como entre los hombres.

HELLINGER Seguramente la mujer también lo siente a su manera, por ejemplo, Brunilda ante Sigfrido.

Mi imagen es que tanto el hombre como la mujer saben que a través de la realización del amor se crea un vínculo indisoluble. Al darse cuenta de este hecho, surge el miedo. A pesar de que no parezca corresponder con nuestros tiempos, sí parece haber un conocimiento general de este hecho.

TEN NÖVEL Cuando Ud. habla del vínculo, ¿automáticamente es idéntico a una relación? Ya que este miedo precisamente existe también en las relaciones de pareja...

HELLINGER Relación es menos que vínculo. Frecuentemente intentamos escaparnos de un vínculo manteniendo una relación. Por ejemplo, cuando una pareja inicia una relación que, desde un principio, es algo pasajero, sin riesgo, o cuando uno de los compañeros, ya antes, se

hizo esterilizar. En todos estos casos no se desarrolla ningún vínculo, aunque sea una relación. Por otra parte, puede darse un vínculo incluso sin relación, por ejemplo, en el caso de una violación.

TEN HÖVEL ¿Es decir, el vínculo tiene que ver con tener hijos?

HELLINGER No, se trata de la consumación del amor. Siempre que en esta consumación se excluye algo esencial, no se crea ningún vínculo. Sin embargo, hay que proceder con suma cautela para no crearla impresión de que aquí se establecen normas de cómo debería ser. Para saber si se desarrolló un vínculo o no, observo los efectos.

TEN NÖVEL ¿Ud. describe el vínculo desde su resultado, por lo que se hace visible a través de las generaciones y a través de las constelaciones familiares?

HELLINGER Exacto. Así se eliminan los malentendidos; es una descripción que exclusivamente parte del resultado.

DEPRESIÓN

TEN NÖVEL Antes dijo que una persona se auto-castiga cuando en una terapia trabaja según el método de: « ¡Dale, pégale!», o de: « ¡Grita toda la rabia que sientes contra tus padres!» ¿A qué se refiere con este auto-castigo? ¿Cómo se manifiesta?

HELLINGER Una persona así se vuelve depresiva, por ejemplo.

TEN HÖVEL Si no lo estaba ya antes. De hecho, hay muchos que no saben expresar su enfado.

HELLINGER No se enferman por reprimir su enfado, sino porque reprimen el actuar que llevaría a la solución. El mero hecho de expresar su enfado aún no ha librado a nadie; siempre hay que actuar en consecuencia.

Ud. dijo: «... si no lo estaba ya antes.» Por regla general, alguien sólo está depresivo cuando no ha tomado a uno de sus padres. Expresando su rabia contra los padres de la manera arriba descrita, una vez más los aparta. Así, la depresión puede resultar aún más profunda.

Muchos, sin embargo, se auto-castigan mediante el fracaso, por ejemplo, en su profesión o en la vida de pareja, perdiendo su empleo, no encontrando pareja, o perdiendo la pareja o mucho dinero.

TEN HÖVEL Pero eso no quiere decir que toda persona que alguna vez haya participado en una terapia de este tipo tenga que sufrir un fracaso, ¿verdad?

HELLINGER Todo depende del alcance y de la seriedad del asunto. Lo fundamental para un desarrollo logrado es que los padres sean valorados y que se reconozca lo que significa ser padres y transmitirla vida. En este punto no importa cómo sean los padres. Quien se cree con el derecho de despreciar a sus padres, en su propia vida representará aquello que desprecia. Justamente a través del desprecio se asemejará a sus padres.

En cambio, quien aprecia a sus padres, tomándolos en su totalidad, con ello toma todo lo que los padres tengan de bueno; lo bueno lo colma. Lo curioso es lo siguiente: cuando alguien toma a sus padres en su totalidad, aquello que éstos lleven de debilidades o de fatalidad se queda fuera.

TEN HÖVEL Existe un libro de Nancy Friday titulado «Mi madre, yo misma». En este libro describe de manera muy gráfica lo que muchas mujeres conocen como una experiencia cotidiana: de repente, al mirarse al espejo, se ven idénticas a sus madres. O, en asuntos cotidianos, se dan cuenta de que hacen precisamente aquello que siempre querían hacer de otra manera, como una especie de compulsión iterativa.

HELLINGER Sí, una persona, cuanto más desprecie a sus padres, tanto más los imitará. Cuando desprecia a uno de ellos—por ejemplo, porque el padre es alcohólico o porque la madre tiene un hijo ilegítimo—, su mirada se dirige a lo que rechaza. Así, ya no puede ver ni tomar aquello que sus padres le dieron de bue-no. En este rechazo, la persona también incluye otros ámbitos de la vida. Por tanto, no extraña que se sienta vacía y que su sentimiento básico sea negativo.

LEN HÖVEL Es decir, ¿no puede tomar lo que recibió?

HELLINGER Exacto. Una forma especial del rechazo de los padres es la reivindicación. Cuando alguien reclama cómo deberían ser los padres, o todo lo que aún deberían hacer por él, se impide a sí mismo tomar lo esencial.

ACEPTAR Y TOMAR

TEN HÖVEL ¿Podría describir más concretamente este «tomar»?

HELLINGER Para mí, el «tomar» es un proceso fundamental. Yo lo distingo estrictamente del aceptar. Aceptar es condescendiente. Tomar significa: lo tomo tal como es. Este tomar es humilde; asiente a los padres tal como son. Tomándolos también asiento a mí mismo, tal como soy. Es algo profundamente reconciliador, un llegar a la paz; y se halla más allá de toda valoración — ni bien ni mal.

Cuando alguien se jacta de sus padres, tampoco los ha tomado. En la idealización se excluye lo esencial.

TEN HÖVEL Por tanto, este tomar va más allá de toda admiración, idealización o demonización.

HELLINGER Exacto. Es absolutamente elemental. Aquí, estas valoraciones no tienen ninguna importancia. Quien sabe tomar de esta manera, está en paz consigo mismo y con sus padres, pudiendo actuar como persona independiente.

DOLOR

TEN HÖVEL Toda terapia gira alrededor de la relación con los padres, del dolor por lo que no fue posible.

HELLINGER «El dolor por lo que no fue posible.» Tan sólo esta frase ya tiene efectos negativos.

TEN HÖVEL Por eso vuelvo a preguntar: tomar a los padres tal como son, ¿no es éste un proceso que para algunas personas requiere su tiempo, que no funciona con toda naturalidad?

HELLINGER Cuando a una persona le duele tener un alcohólico por padre, no lo puede tomar.

TEN HÖVEL Pero el tomar no es algo que funciona a través de la cabeza. Es decir, a la persona afectada no le sirve de nada que le digan: «Aunque tu padre sea alcohólico, tienes que tomarlo tal cual.»

HELLINGER No, así no funciona. La solución no se da antes de que el hijo ame profundamente al padre y le diga: «Te tomo tal como eres, como mi padre.» Cuando siente dolor por cómo es el padre, este acceso se le cierra. Un cliente tiene que penetrar en lo que hay detrás de este dolor, tiene que superarlo, para poder tomar a su padre. Decir: «Tiene que sentir el dolor», interferiría en este movimiento.

Es diferente cuando hubo situaciones en las que el niño no pudo acudir al padre; por ejemplo, si el padre murió. En este caso se trata de un dolor por la pérdida del padre. Éste tiene otra cualidad: es un dolor con amor. Pero el dolor que implica un rechazo o un menosprecio de los padres tiene efectos fatales y resta fuerzas.

TEN HÖVEL Pero tener un alcohólico por padre implica también una cierta pérdida para el hijo; no existe la posibilidad de convivir en paz con un padre que llega a casa borracho para pegar una paliza a sus hijos o a su mujer.

HELLINGER Existen formas del dolor o de la aflicción que implican que el otro me hizo algo grave; esta actitud tiene consecuencias nefastas.

TEN HÖVEL Cualquier persona que hace una terapia, llega a puntos en los que sufrió heridas. Inevitablemente se llega a vivencias de la infancia con el padre y con la madre. También hay muchos niños que realmente sufrieron por sus padres, cuya infancia les dejó cicatrices. ¿Cómo se maneja eso? Tiene que haber accesos para poder manejar el dolor que uno lleva en su interior. Realmente no funciona a través de la cabeza poder decir simplemente: «Los tomo tal como son». ¿Qué se hace en un caso así?

HELLINGER Yo mismo pasé por este tipo de reflexiones e intentos de solución. Ahora, sin embargo, acaban siendo un terreno extraño para mí; ya no puedo recapacitarlos. En ellos obra la idea de: «puedo arreglarlo sacando la rabia o el dolor», como si estuviera en nuestras manos arreglarlo de esta manera.

TEN HÖVEL No me refiero a arreglarlo, más bien estoy pensando en una sanación.

HELLINGER Sentir un dolor muy profundo, junto con el padre o la madre, eso es lo que sana. Para mí, la expresión sería: « ¡Qué pena!», simplemente la pena. No hay ninguna acusación en ello; simplemente es el dolor compartido.

TEN HÖVEL Ya estuvimos hablando del movimiento interrumpido hacia uno de los padres. En ese contexto, Ud. dijo que se le guiaba al cliente hasta el punto en el que el movimiento se interrumpió.

HELLINGER De esta manera, el movimiento alcanza su meta y algo se arregla. A pesar de ello, en otro nivel queda ese « ¡Qué pena!», porque durante tanto tiempo no fue posible el encuentro. Este « ¡Qué pena!» tiene un gran valor. Así, no se hace ninguna cirugía estética; este « ¡Qué pena!» más bien es como una fuerza viva que a partir de ese momento puede actuar en un buen sentido.

«LOS SABIHONDOS SE NIEGAN A SABER»

Saber y percepción

TEN HÖVEL ¿Cómo llega Ud. a sus conocimientos? ¿Dijo que era necesaria una nueva ilustración?

HELLINGER Únicamente dirijo la mirada a los contextos que ya están visibles. Es lo contrario de una ideología. Tampoco formulo ningún tipo de reivindicaciones. No digo que haya que volver a la comunidad. — Nada más lejos de mí.

En el trabajo con familias veo, por ejemplo, que existen determinados órdenes. Cuando éstos se respetan o no se respetan, se dan determinadas consecuencias, siempre inevitables. Es esto lo que saco a la luz. Se trata de un trabajo esclarecedor. Aclaro lo que está pasando en las profundidades de una familia.

TEN HÖVEL Es algo que otros no ven.

HELLINGER Quien se fija, puede verlo. Cuando alguien no quiere verlo, no me creo con el derecho de intentar convencerlo. Pero me defiendo si uno dice que eso no existe, sin que él mismo se haya fijado.

Un ejemplo: Cuando alguien está casado en segundas nupcias, se puede ver que la pareja anterior es representada por uno de sus hijos. Este hijo o esta hija adopta los sentimientos de la pareja anterior. Cuando la pareja anterior fue una mujer, una hija empieza a rivalizar con la madre sin saber por qué. Hacia el padre, la hija desarrolla una relación que más bien correspondería a una pareja. Este caso siempre se presenta donde la pareja anterior no es reconocida ni valorada.

Ahora, es posible que alguien diga que todo esto no son más que suposiciones mías. Pero en vez de rechazarlo, también podría fijarse él mismo para averiguar si realmente es así. Así, si él viera otra cosa, podríamos intercambiar nuestras opiniones, porque ambos lo hemos mirado.

TEN HÖVEL ¿Pero dónde tendría que mirar?

HELLINGER Tendría que mirar a familias en las que uno o ambos padres tuvieron relaciones anteriores. Si sintoniza con lo que ocurre en tales familias, sin formular ningún juicio previo, puede verlo. Donde puede verse con especial claridad es en el trabajo con constelaciones familiares.

TEN HÖVEL Personas que parten de una posición ilustrada quizás podrían decir: «Todo esto son tonterías. ¿Qué pretende ser esto de las constelaciones familiares?»

HELLINGER Hace poco, tuve un curso al que también se invitó a un catedrático para que pudiera conocer el trabajo con constelaciones familiares. Este hombre le dijo a un amigo mío que no necesitaba verlo porque de antemano ya sabía que tenía que ser falso.

Eso me recuerda a los representantes de la Iglesia que le dijeron a Galileo que no necesitaban mirar por el telescopio porque ya sabían que no podía haber lunas de Júpiter. — Los sabihondos se niegan a saber.

TEN HÖVEL Bien, una cosa es decir: «Veo estos órdenes y las implicaciones que actúan», pero, a pesar de todo, una y otra vez me invade la sensación de: «Este hombre muchas veces es tan apodíctico...» Cuando Ud. dice que pone en orden un determinado asunto, ¿qué significa?

HELLINGER En primer lugar hay que ver que siempre hago estas afirmaciones en un contexto concreto. Cuando alguien ha configurado su familia, de repente ha descubierto algo que antes permanecía oculto para él. En ese momento, naturalmente hago afirmaciones en relación a ese sistema; a veces, incluso muy duras.

Hace poco, en uno de mis cursos participó una mujer. Ella había nacido de la tercera relación de su madre. La primera hija había sido entregada a la abuela. En la constelación, la imagen fue muy extraña. El segundo hijo había muerto inmediatamente después de nacer. De repente vi que este segundo hijo había sido asesinado. Le pregunté: « ¿Este hijo fue asesinado?» Me contestó: «No lo sé, pero siempre se habló de que la madre quería asesinar a la primera hija.»

De repente, el tema del asesinato cobró una presencia abrumadora en este sistema. Cuando surge algo así, resulta aterrador para todos.

Yo no había afirmado que era así. Pero después aún se supo que la cliente tenía miedo de ser violenta con su hijo pequeño; y que también el hijo la trataba violentamente. Era una relación altamente peligrosa. A continuación, enviamos fuera a la representante de la madre e hicimos entrar en juego a los padres. De repente se estableció la paz. La cliente se acercó al representante de su padre, que había muerto temprano, y pudo reconciliarse con él.

Después presentamos a su hijo pequeño, que también estaba presente, a su padre; más adelante, llevamos al niño al lado del representante de su propio padre, que vivía separado de la madre. Allí se sentía seguro.

Aquí se trata de situaciones extremas en las que falla nuestro saber convencional, en las que uno sólo puede fiarse de su percepción. Cuando alguien duda de su percepción o tiene miedo de las consecuencias de aquello que percibe, posiblemente dirá: «Mejor que probemos otra cosa», pero eso no funciona.

AUTORIDAD

En un caso así, actúo con autoridad, pero no de manera autoritaria. Ya que no sólo sigo a mi conocimiento, sino que también compruebo consecuentemente: « ¿Es así?» Si los clientes reaccionan aliviados, mi intervención ha sido justificada.

Para mí, autoridad significa ser capaz de hacer algo que otros necesitan. Tengo autoridad mientras en una situación sea capaz de hacer lo que otra persona necesite. La autoridad se rige por el desnivel entre necesidad y la capacidad de satisfacer esa necesidad. Es decir, cuanto más grande sean la necesidad del otro y mi capacidad de satisfacerla, tanto más grande será mi autoridad. En cambio, donde alguien reivindica la autoridad sin satisfacer una necesidad, se convierte en un autoritario. Se arroga una autoridad que no tiene, porque no tiene la disposición o la capacidad de hacer algo que sea necesario.

TOCAR TIERRA

TEN HÖVEL En relación a la necesidad de acudir a terapia, Ud. dijo que en el ámbito rural, muchos asuntos se arreglaban sin grandes terapias. Así, pues, ¿la terapia es sólo un remedio para la gente de los grandes núcleos urbanos? ¿Acaso no es una idealización de la aldea y de los campesinos?

HELLINGER En psicoterapia vemos los trastornos y no miramos tanto a aquéllos que solucionan sus problemas con toda naturalidad, sin recurrir a ninguna terapia.

TEN HÖVEL Me parece como si estuviera diciendo: «En el campo, todo está más en orden».

HELLINGER No, más bien tiene que ver con lo más inmediato.

130 Por ejemplo, depende de cómo alguien encare las exigencias de su trabajo. Por eso, un aprendiz frecuentemente tiene un peso anímico más alto que un estudiante. Un aprendiz no puede evadirse a teorías ni aplazar su futuro. Ya ahora se le exige que se adapte a una realidad determinada; así toca tierra.

TEN HÖVEL Tocar tierra — ¿qué quiere decir?

HELLINGER El objeto se nos opone, nos frena. Es una realidad que me obliga a adaptarme y a subordinarme a las circunstancias dadas. Así, el campesino se subordina a la tierra, al clima, a las estaciones, a lo que sea. El artesano se subordina al material de construcción, a las herramientas, al plano. Entremedio, también existe un espacio para la actividad creativa, pero el material le pone límites, límites que no puede superar. Todas estas circunstancias llevan a la concordancia con la Tierra. Quien vive des-prendido de todo esto, quien, por ejemplo, no tiene necesidad de ganarse la vida, recibiendo la ayuda de otros, no se encuentra confrontado con la dura realidad.

Toda protección del contacto inmediato con la realidad enajena a la persona, no sólo de la Tierra, sino también de sí mismo.

«LOS PECADOS TAMBIÉN TIENEN CONSECUENCIAS BUENAS»

El lado subversivo del orden

TEN HÖVEL ¿Quién perturba el orden? ¿Todo aquello que tiene que ver con los sucesos de guerra, cuando una persona se convierte en perpetrador? O en el nivel moral: homosexuales, hijos ilegítimos o putativos, que fueron silenciados o dados para la adopción— ¿no son más que casos individuales? Mi pregunta se fundamenta en lo siguiente: si afirmamos que estos órdenes son independientes de los conceptos morales de nuestra sociedad, esta afirmación tiene algo de subversivo. Significa que este «orden del alma» podría también desbaratar determinadas convenciones sociales.

HELLINGER Sí, podría hacerlo. Trabajando de esta manera se muestra que los excluidos deben ser rehabilitados. Por ejemplo, una mujer con cinco hijos ilegítimos de cinco hombres diferentes. Desde el punto de vista moralista, uno quizás podría estar indignado. Sin embargo, lo que no comprenden tan fácilmente los moralistas es que, frecuentemente, los pecados tienen consecuencias muy buenas — por ejemplo, hijos. Configurando el sistema de esta mujer se ve que ella tiene una fuerza especial que no tienen aquéllos que la condenan. Ella se enfrentó a la vida de una manera especial. Aceptó la sexualidad con todas sus consecuencias y sacó adelante a los hijos.

LEALTAD

HELLINGER Por otra parte, mirando más detenidamente el trasfondo del comportamiento rechazado por inmoral, se ve que en gran parte tiene que ver con una lealtad al sistema.

Nadie se embarca en algo tan difícil y duro si no es por alguna implicación en el sistema. Frecuentemente, un hijo que nació ilegítimo, posteriormente también tiene un hijo ilegítimo. Es como una especie de concordancia con la madre; una especie de amor y lealtad hacia ella.

TEN HÖVEL ¿Lealtad siempre significa amor, o también significa vínculo no disuelto?

HELLINGER Lealtad significa amor. Y también significa estar dispuesto a compartir el destino de la familia.
También existe la rebelión contra la familia, por ejemplo, cuando un hijo se niega a cuidar a los padres ancianos. Eso sería una traición de esa lealtad y del vínculo. Pero es imposible ser desleal.

TEN HÖVEL Entonces, la lealtad actúa en el auto-castigo.

HELLINGER Se invierte. No necesariamente para aquél que se comporta de esta manera, sino, quizás, para sus hijos. Una y otra vez se pueden ver casos así. Muchas veces, los verdaderos perpetradores salen impunes. Son los hijos y los nietos quienes pagan las consecuencias.

TEN NÖVEL ¿Qué significa fidelidad en la relación de pareja?

HELLINGER La fidelidad tiene algo que ver con la tarea común, sobre todo si la pareja tiene hijos. Que puedan fiarse el uno del otro, que seguirán juntos y criarán a los hijos juntos. En este sentido, la fidelidad es un gran valor. En las parejas que no tienen o no quieren tener hijos, no tiene el mismo significado.

Al hablar de fidelidad, hay que tener en cuenta que, muchas veces, la exigencia de fidelidad representa el deseo del niño de que la madre se quede.

TEN HÖVEL ¿Aunque sea la pareja quien la formule?

HELLINGER El miedo que se esconde detrás de esta reivindicación es el miedo del niño de que la madre lo deje. Donde esta exigencia se dirige a una pareja, destruye la relación. Entonces, el otro ya no es pareja, sino madre. Esto se refiere tanto al hombre como a la mujer. La exigencia de esta fidelidad no fortalece la relación, sino que la debilita.

Entre personas adultas, fidelidad significaría para mí: «Respétame y muéstrate fiable para nuestra tarea común.» Así se fortalece el amor. En cambio, cuando la persona dice: «Si te vas, me mato; entonces la vida ya no tiene sentido para mí», se trata de una visión errónea de la relación de pareja. Ambos miembros de la pareja son personas adultas. No dependen el uno del otro como un hijo de su madre. Cuando la perspectiva es distorsionada de esta manera, el otro, por regla general, se separa, porque es demasiado lo que se le pide.

TEN HÖVEL Pero infidelidad y marcharse son dos cosas bien diferentes.

HELLINGER Es posible que en una relación de pareja se dé también una relación significativa con otra persona. Incluso una relación sexual. No se puede condenar este hecho de antemano; la vida humana es demasiado polifacética. Si en un principio se conservan la fidelidad y la fiabilidad fundamentales hacia el cónyuge, tomando esa vivencia adicional como un enriquecimiento personal y aportándola a la relación de pareja, también puede tener un efecto positivo.

Por otra parte, la fidelidad se ve impedida por la falta de desprendimiento de la familia de origen. Por ejemplo, cuando una mujer no se ha desprendido de su padre, al lado de su marido aún buscará a otro padre, frecuentemente representado por un amante. Es algo que no se puede condenar tan simplemente. La cuestión es: ¿cómo se encuentra el orden para esta pareja? Aquí, consisti ría en que ella se desprendiera del padre para ponerse al lado de la madre. Así, quizás, ya no necesite al amante y, como mujer, pueda dirigirse plenamente al marido.

Naturalmente, lo mismo se aplica para el marido que sigue atado a su madre. Poniéndose al lado de su padre, quizás ya no necesite ninguna otra mujer.

Por otra parte, cuando una mujer, en su matrimonio, se comporta como si ella fuera la madre, intentando reeducar al marido, es posible que éste se busque otra mujer al lado de la madre. En este caso, la amante se convierte en mujer, y la esposa, en madre. Lo mismo ocurre en el caso de una mujer que tiene un padre como esposo. Por tanto, este campo está lleno de embrollos. Quien pretende reducirlo todo al denominador de «fidelidad e infidelidad», no reconoce la plenitud de la vida.

ABORTO

TEN HÖVEL Desde el punto de vista sistémico, ¿qué significa un aborto?

HELLINGER Viéndolo desde sus consecuencias, siempre representa una profunda incisión para la mujer y para el hombre. En la China, donde casi se trata de una estrategia de supervivencia, seguramente tendrá otro significado que entre nosotros.

TEN HÖVEL También aquí, las mujeres consideran la interrupción del embarazo una estrategia de supervivencia.

HELLINGER La cuestión es si el alma también lo ve así. Hay que distinguir muy exactamente entre lo que uno piensa al hacerlo, y cuáles de estos razonamientos son aceptados por el alma. Si no son aceptados por el alma, los mejores argumentos no sirven de nada, ya que el alma sigue a otras leyes que el argumento.

El primer efecto del aborto es que, por regla general, la relación se acaba. Es obvio; en el hijo, también se aborta al cónyuge. Es como un ritual de separación: ahora estamos separados, ya no tenemos ningún futuro como pareja.

Cuando hay un dolor compartido por lo ocurrido, una pareja también puede continuar su relación. Ambos asumen la culpa y se permiten comenzar de nuevo. Pero la intimidad ya no será la misma que antes, también hay que verlo.

Lo otro es que ambos miembros de la pareja se auto-castigan por lo que hicieron, sobre todo las mujeres. Así, por ejemplo, siguen viviendo solas o ya no establecen ninguna relación duradera.

TEN HÖVEL En los años cincuenta, por ejemplo, el aborto se empleaba como un método anticonceptivo. Hubo unos 200.000 abortos ilegales. Apenas conozco mujeres que no haya abortado en algún momento de su vida; a pesar de todo, tienen parejas.

HELLINGER No estoy tan seguro. Sólo configurando el sistema se ve cómo el aborto actúa sobre una relación.

No quiero emitir un juicio moral. Pero me parece que lo más importante para una solución sería que nos despidiéramos de la idea de poder deshacer lo hecho. En lo que al aborto se refiere, existe una idea muy difundida: el hijo se abortó y aquí se acabó la cosa. Ahora bien, cuando alguien se decide por abortar sabiendo que puede tener consecuencias que durarán toda una vida, tiene otra cualidad — hay seriedad.

«PSICOCAPITALISTAS DE LA PEOR CLASE»

Autorrealización, vinculación, plenitud

TEN HÖVEL En nuestro pensamiento actual, el libre desarrollo del individuo ocupa un lugar muy destacado. En lo que Ud. describe como órdenes en sistemas familiares, esta libertad no existe de forma ilimitada. ¿Qué valor reviste la autorrealización para Ud.?

HELLINGER Frecuentemente, se entiende bajo autorrealización que una persona diga: «Lo hago de manera independiente», y: «lo hago sin tener en cuenta a nadie». De Fritz Perls existe una cita famosa en la que aproximadamente dice así: «Yo hago lo mío, tú haces lo tuyo. Cómo tú te encuentres después, no me atañe. Yo sigo mi camino.» Aquí se niegan los vínculos, y las consecuencias se pasan a otros. Para mí, estos autorrealizadores son psicocapitalistas de la peor clase. No obstante, hay que ver también que con esta autorrealización se sitúan en una posición marginada que, quizás, les venga impuesta por determinadas implicaciones en su sistema.

Cuando padres o madres de familia les dicen a sus parejas y a sus hijos: «Ahora vivo mi vida y lo que pase con vosotros no me interesa», la familia lo vive como un crimen que será expiado por un hijo. Cuando alguien se separa de su familia a la ligera, negándose a preocuparse de ellos, frecuentemente se muere uno de los hijos, o se suicida, o contrae una enfermedad grave. Es absurdo que alguien piense que podría desarrollarse sin tener en cuenta sus vínculos. Basta con mirar a estos «autorrealizados»: tiene poco peso.

TEN HÖVEL ¿En qué lo nota Ud.?

HELLINGER Es sólo una imagen, pero hay algo de verdad. Se nota cuánta fuerza tiene una persona. Así, por ejemplo, hay terapeutas a los que más bien acuden casos leves. Los casos graves no acudirían a ellos porque notan que este terapeuta no tiene el peso anímico suficiente para acompañarlos. Cuando un terapeuta así pasa por una experiencia muy dolorosa, de repente nota que también acuden otros clientes a él. Su empatía es diferente y los clientes notan su mayor peso anímico.

TEN HÖVEL Es decir, en su trabajo práctico, ¿todo terapeuta sólo puede ir hasta donde él mismo haya vivido o pasado un proceso?

HELLINGER Sí. En cierta medida también tiene que ver con la edad. El peso anímico aumenta con la edad. En el fondo, el trabajo duro y profundo sólo puede ser realizado por una persona mayor que ya ha vivido mucho tiempo. Los jóvenes hacen el trabajo más leve, por ejemplo, el desarrollo de determinadas facultades.

TEN HÖVEL Es algo que llega o no llega.

HELLINGER Llega a través de la realización cotidiana. Quien hace las cosas normales de cada día, afrontándolas tal como la vida las presente, gana este peso anímico. Quien busca lo extraordinario, tiene poco peso.

TEN HÖVEL ¿No es un tanto categórico si afirma que personas autorrealizadas tienen poco peso anímico?

HELLINGER Los «supuestos», así hay que decir. La auténtica autorrealización se logra donde una persona sigue su vocación interior, su tarea especial que le toma a su servicio. Cumpliendo esa tarea, se autorrealiza. Esa persona descansa en sí misma, y en su campo de competencia tiene peso. Por ejemplo, un artesano, un empresario, un campesino, una madre, un padre o un músico. No importa de qué ámbito se trate. Esas personas han realizado aquello a lo que su vida tiende. Han alcanzado su plenitud. En terapia, mi primera meta consiste en ayudarles a los clientes en esta autorrealización.

FUERZA Y DEBILIDAD

TEN HÖVEL Actualmente, en su trabajo con constelaciones familiares, Ud. se encuentra sobre todo con enfermos de gravedad. ¿En tales casos basta con una sesión?

HELLINGER Donde se trata de asuntos graves, de vida y muerte, no se pueden hacer largos programas de entrenamiento; por ejemplo, con enfermos de cáncer. ¿De qué sirve hacer una psicoterapia larga con alguien que tiene la muerte ante ojos?

Por tanto, en primer lugar procuro que la persona entre en contacto con la gravedad de su enfermedad; le hago mirar cara a cara a la muerte y ver que para él el final está cerca. Después busco las fuerzas sanadoras que pueda haber en su familia, y miro cuáles son los asuntos que aún tiene pendientes. Todo eso lo puedo hacer en una sesión.

TEN HÖVEL ¿Esa única sesión es suficiente? En la mayoría de los casos, Ud. trabaja con personas que acuden acompañadas de sus terapeutas, es decir, que se encuentran bajo tratamiento terapéutico.

HELLINGER En grandes grupos, sí; para que los terapeutas, posteriormente, puedan seguir trabajando con ellos donde sea necesario. Pero también veo el otro lado. Después de configurar una constelación con un enfermo de gravedad, no debo decirle: «La semana que viene nos veremos.» De lo contrario, quizás se fiaría de mí, cuando mi intención inicial era la de ponerlo en contacto con sus propias fuerzas y las de su familia. Por tanto, sería antiterapéutico si hiciera más que eso.

TEN HÖVEL Es decir, el terapeuta también puede debilitar las fuerzas del cliente.

HELLINGER Exacto. Al trabajar con alguien, mi criterio principal es éste: ¿le fortalece ole debilita?

TEN HÖVEL ¿Cómo percibe Ud. la fuerza o la debilidad?

HELLINGER Hay una percepción inmediata. A veces la compruebo en un grupo. Por ejemplo, cuando alguien empieza a contar algo y yo le digo: « ¡Stop!», también les pregunto a los miembros del grupo: « ¿Qué os parece? Si ahora dice algo, ¿le fortalece o le debilita?» Casi todos lo perciben inmediatamente, incluso aquél que quería hablar.

TEN HÖVEL Sin embargo, esta percepción no es justificable. HELLINGER No, es una impresión inmediata.

TEN HÖVEL ¿Cómo lo aprendió Ud.?

HELLINGER De repente me di cuenta de que éste era un criterio importante. Pude observar en mí mismo lo que me fortalecía y lo que me debilitaba. Y he visto que todo aquello que debilita, también impide la solución. Asimismo, cuanto menos tiempo dura una intervención, tanta más fuerza queda para la actuación.

TEN HÖVEL Lo bueno, si breve, dos veces bueno. ¿También tiene que ver con que la rapidez no permite ver los contornos individuales? Naturalmente, el filtrar determinados aspectos también es un elemento de fuerza, y los patrones simples se adaptan mejor. Donde muchos detalles son relegados a un segundo plano, uno no cae en la confusión.

EXPERIENCIAS ELEMENTALES

HELLINGER Aquí se trata de experiencias elementales: fuerza o debilidad, atención o distracción, actuar o querer saber más. Éstos son los movimientos en los que me oriento. El criterio principal es: ¿fortalece o debilita?

TEN HÖVEL ¿Tiene algo que ver con energía?

HELLINGER Sí, en cuanto veo que la persona está llena de energía, paro. De lo contrario, la energía vuelve a bajar.

TEN HÖVEL ¿Cómo comprueba la efectividad? Ud. dice que, por regla general, sólo trabaja una vez con un enfermo — ¿y esa única intervención es efectiva?

HELLINGER ¿Para qué habría de comprobarlo? Si lo comprobara, actuaría como si lo decisivo se hallara en mi intervención. Lo decisivo no necesariamente es que el cliente se sane. De hecho, no sé cuál será su /destino. Le ayudo a encarar su destino, por ejemplo, a mirar cara a cara a la muerte. Y le ayudo a que surjan fuerzas sanadoras. Pero corregir su destino, o tan sólo imaginarme esa posibilidad, lo considero un absurdo.

TEN HÖVEL ¿Tampoco le preocupa la parte científica? Desde hace poco, se plantea nuevamente la pregunta de hasta qué punto psicoterapia será un método científicamente fundamentado.

HELLINGER El efecto más fuerte se ve al momento de actuar, es decir, durante la terapia misma; cuando la persona se muestra radiante o aliviada. Este efecto me basta. ¿Pero cómo habría que demostrar científicamente la efectividad de una constelación familiar para enfermos con dolencias físicas? Esos pacientes también se encuentran bajo tratamiento médico y expuestos a un sinfín de influencias exteriores. Si al cabo de un año se encuentran mejor, no se puede atribuir exclusivamente al trabajo con su constelación familiar.

TEN HÖVEL Volvamos otra vez al destino. Con su procedimiento, Ud. desquicia la convicción progresista en psicoterapia, es decir, que uno pueda dar un giro al destino, que cada uno pueda encontrar su felicidad.

HELLINGER Sí, lo hago. Esa idea de progreso ignora la magnitud de los poderes que obran en el mundo. Realmente hay personas que dicen que el mundo está mal hecho y que estamos llamados a poner en orden aquello que está mal.

TEN HÖVEL ¿Es éste el motivo por el que opina que la psicoterapia se encuentra en retirada?

HELLINGER Yo concibo psicoterapia más bien como una cura de almas.* * Bert Hellinger, intencionalmente, emplea la palabra alemana Seelsorge fuera del habitual contexto pastoral-eclesiástico. Por tanto, en la traducción también la palabra «cura» se emplea en su acepción de «cuidar de cierta cosa». [Nota de la traductora.]

Hago algo por el alma del otro, para que entre en contacto con sus fuerzas. Eso tiene algo de religioso, de espiritual. Así, cuando lo despido, está más en paz consigo mismo y lleva a término su destino con una actitud de concordancia, sea cual fuera su suerte. Si yo pretendiera manejar los destinos, en cierta medida también sería un psicocapitalista.

Sin embargo, también hay otras situaciones en psicoterapia, por ejemplo, cuando una persona tiene una fobia y recibe un tratamiento conductista. En este caso, las medidas se ciñen a un problema muy conciso y el éxito puede ser comprobado científicamente. Aquí, el terapeuta es un «manipulador» y el querer manipular es legítimo. En los grandes problemas, en cambio, donde se trata de vida y muerte, de enfermedades graves o de culpa, no es así.

TEN HÖVEL Una de sus frases importantes dice: «La realidad ayuda».

HELLINGER Sí, la realidad que sale a la luz. Yo no hago nada, únicamente saco algo a la luz; por ejemplo, que una persona está gravemente enferma o que su muerte está inminente. O que una culpa sigue actuando. No necesito discutir con él ni convencerlo. Los hechos son efectivos simplemente por haber salido a la luz. Quien asiente a la realidad reconocida es grande.

«EL LUGAR DE LOS HIJOS ESTÁ AL LADO DE SUS PADRES»

Adopción e incesto

TEN HÖVEL Recuerdo un caso de su seminario. Hubo una mujer que había adoptado a dos niños. Posteriormente, aún tuvo dos hijos propios. Después de un cierto tiempo, Ud. interrumpió la constelación diciendo: «Quien sigue un camino erróneo durante suficiente tiempo, ya no puede volver».

HELLINGER El espanto viene de la visión de la realidad.

TEN HÖVEL Ud. dijo que las adopciones contradecían el orden. Sin embargo, en nuestra sociedad son consideradas un acto especialmente social; los padres adoptivos gozan de un gran reconocimiento.

HELLINGER Cuando alguien adopta niños para suplir la falta de hijos propios, se trata de una grave intromisión en determinados órdenes. El lugar de los hijos es al lado de sus padres. Asimismo, lo considero grave si a una madre joven se le dice: «Antes de abortar, entrega al niño a la adopción. Ya nos ocuparemos de todo lo que haga falta.»

Habría que decirle: «Asume la responsabilidad de tu hijo.» Si ella misma y el padre aún no pueden hacerse cargo del niño, se les puede ayudar para que el niño sea acogido por los padres de la madre o del padre, o por otros familiares. De esta manera se soluciona la necesidad del momento y el niño sigue en la familia. Pero simplemente dar un niño o cogerlo sin necesidad, lo considero una gran culpa.

La adopción es justificada cuando, por ejemplo, ambos padres murieron o el niño fue abandonado. En un caso así, cuando alguien acoge al niño y lo cría, es algo justificado y grande. Cuando un niño es adoptado a la ligera, quitándolo a sus padres y abuelos, es una gran injusticia. Primero, para el niño mismo, que es apartado de sus padres y de su familia. Segundo, para los padres, que se encuentran en una situación de necesidad y a quienes se les quita el niño de esta manera. Y en tercer lugar constituye una falta de respeto ante el propio destino de la persona.

Por ejemplo, cuando un niño se cría en un país de desarrollo, en medio de una gran pobreza, y personas ajenas le dicen: «Te salvamos y te ofrecemos una vida mejoro, quizás no le ayuden realmente al niño. Ya no se respeta que su destino en su propia familia es lo que le corresponde y forma parte de su grandeza.

Que el alma de los padres adoptivos percibe esta forma de adopción como una culpa se muestra cuando pagan la adopción con una pérdida personal. A veces, por ejemplo, muere un hijo propio; incluso ocurre que una madre adoptiva que queda embarazada aborta su propio hijo. Es decir, se sacrifica al hijo. Frecuentemente, los matrimonios de padres adoptivos se separan; en este caso el cónyuge es sacrificado por el hijo adoptivo.

TEN HÖVEL Sin embargo, también existen cientos o miles de casos en los que la adopción se logra. Hay muchas familias adoptivas e hijos adoptivos felices.

HELLINGER Lo que digo se aplica a las adopciones realizadas a la ligera, cuando una persona quiere tener un hijo para sí mismo, en vez de socorrerlo en una situación de emergencia. Me opongo al abuso de la adopción. Cuando un hijo adoptivo ve que sus padres carnales no le ofrecen ningún apoyo, puede reconocerlos como sus padres, sabiendo, sin embargo, que únicamente puede desarrollarse al lado de los padres adoptivos. Así honra tanto a sus padres como a los padres adoptivos.

Por otra parte, también hay que decir: cuando unos padres han adoptado un hijo y éste se desarrolla mal —quizás, también porque lo hicieron a la ligera o porque despreciaron a sus padres carnales—, no pueden simplemente retirarse; tienen que llevarlo, como las consecuencias de una culpa.

TEN HÖVEL Es decir, fundamentalmente, Ud. considera que la adopción debería ser tratada con suma precaución.

HELLINGER Exacto. Pero más bien abogo por el acogimiento en vez de la adopción. El acogimiento tiene algo provisional.

TEN HÖVEL Pero en el acogimiento, el miedo de los padres adoptivos precisamente radica en el hecho de que se les puede retirar el hijo en cualquier momento, que no lo tienen seguro.

HELLINGER Si lo cuidan bien, lo tienen seguro.

TEN HÖVEL En el tema de la adopción, su visión terapéutica se opone a la visión social que dice: lo importante es el padre social, no el carnal. De la misma manera, en el caso del incesto, su visión terapéutica va en contra de la moral social. Este hecho desencadena auténticas tempestades de indignación.

HELLINGER De este tema preferiría no hablar, ya que, se diga lo que se diga, uno siempre se mete en un avispero.

Naturalmente, el incesto es un asunto grave para mí. Eso es lo primero. Sin embargo, lo veo también en un contexto: ¿Cuando se da el incesto y en qué contexto? ¿Quiénes están implicados? De hecho, existe una red relaciona) en la que el incesto ocurre.

Un ejemplo: En un grupo, una mujer comentó que había cometido un intento de suicidio. Antes del intento de suicidio hubo una violación o una coacción sexual. Ella estableció la diferencia; por tanto, más bien sería una coacción sexual. Hizo ver que el intento de suicidio había sido consecuencia de esa coacción. Después, aún dijo que a partir de sus once años hubo una relación incestuosa con el padre. Le pedí: «Configura la constelación de ese hombre, que es acusado de coacción, en relación contigo.» Ella los colocó mirando en direcciones opuestas, sus hombros izquierdos tocándose ligeramente.

La mujer que en la constelación representaba a la cliente empezó a temblar fuertemente. A continuación, introduje también al padre, a una cierta distancia, pidiéndole que mirara la imagen. Le pregunté cómo se encontraba al ver que el otro hombre estaba al lado de su hija. Respondió: «Me encuentro mejor».

Como siguiente paso, puse a la hija al lado del padre. Empezó a respirar violentamente y seguía temblando. Después, también añadí a la madre, a la derecha y delante del padre, a alguna distancia. El padre, espontáneamente puso el brazo en el hombro de la hija, y ella se abrazó a él, llena de cariño. Era un amor de una intensidad increíble que fluía entre padre e hija. Después, le dije a la hija que se centrara en su fuerza, que se enderezara, mirara a la madre y que le dijera: «Lo hago por ti y lo llevo por ti». Así lo dijo, y fue lo cierto. Después, le pedí que le dijera al padre: «Te dejo con Mamá. Allí es tu lugar. Yo no soy más que la hija». El representante del padre rompió a llorar lleno de aflicción, diciendo que sentía un profundo amor por la hija. No obstante, le hice decir: «Lo siento. Lo asumo, todo, y ahora dejo que te vayas, con amor». Cuando la representante de la hija dijo que notaba lo mucho que quería a su padre, le hice decir al padre: «Te quise mucho y lo hice por ti con gusto. Pero ahora me retiro». Así lo hizo. Después, le dijo al hombre que ella acusaba de coacción: «Te utilicé. Lo siento. Ahora dejo que te vayas, y yo me retiro de ti». A continuación, le pedí que también le dijera a la madre: «Me retiro de ti». Al final, cada uno se encontraba en una posición independiente y la hija estaba libre.

En todo este proceso no acusé a nadie, pero la culpa estaba clarísima.

TEN HÖVEL ¿La culpa de quién? ¿De la madre?

HELLINGER Y del padre. De los dos. No tengo ninguna explicación de lo que estaba ocurriendo en este caso, ni quiero saberlo. Mi interés se centraba en encontrar una solución para todos. Naturalmente podría aparecer alguien diciendo: « ¡Cómo se puede hacer algo así!» Pero ¿a quién está mirando entonces? ¿Está mirando a la víctima? ¿Quiere ayudarle a la hija? ¿O

quiere tomar venganza, y de quién? Con esta indignación se pierde de vista el contexto de fondo.

En aquella constelación, cuando miré al padre y a la hija, me di cuenta de que aún había algo más actuando en un segundo plano. También lo explicaré con un ejemplo.

En un curso para consejeros matrimoniales hubo un hombre cuya constelación familiar mostró claramente que quería abandonar a su familia. En ese punto interrumpí el trabajo; el hombre quedó muy afectado.

Al cabo de un tiempo, me llamó por teléfono diciéndome que ya sabía por qué quería abandonar a la familia: tenía una hermana gemela que murió al nacer, y él quería seguirle. Ahora le había dado a esta hermana un lugar a su lado, lo cual le permitía quedarse con su familia fácil y felizmente.

Unos meses más tarde me llamó otra vez para decirme que aún se había dado cuenta de algo muy importante: había estado tentado de cometer incesto con su hija. Más tarde se dio cuenta de que su hija representaba a su hermana gemela para él. A partir de ese momento ya no volvió a sentir aquella tentación.

Quien aborda el problema del incesto en un primer plano, con juicios morales, fácilmente pasa por alto los contextos mayores. Sobre todo, no puede ayudar a nadie. A lo máximo, puede castigar. En consecuencia, hay malos y buenos; y hay triunfantes. Pero posiblemente deja un campo de ruinas en las almas.

TEN HÖVEL Hasta donde yo conozco su trabajo con constelaciones, las madres siempre tenían una parte importante. Sus afirmaciones de que las mujeres son las eminencias grises detrás del incesto provocan una gran indignación. Hace unos momentos, también habló de culpa. ¿Quiere decir que realmente son las mujeres las culpables en el incesto?

HELLINGER De la misma manera que no culpo al hombre en este sentido, tampoco lo hago con la mujer. Únicamente destapo una dinámica oculta y me pregunto cómo puedo ayudarles a todos los involucrados a encontrar una salida de sus implicaciones. La dinámica más frecuente en el incesto es la necesidad de compensación. En estos casos, muchas veces la mujer se sustrae al hombre. No porque sea mala, sino porque, por ejemplo, nota su propia tendencia de abandonar a la familia. Quizás, de esta manera quiera seguirle a algún hermano muerto. Al mismo tiempo se siente culpable, por lo que busca a alguien de rescate, para así decirlo, para que pueda marcharse. Así, la hija ocupa su lugar, pero no porque la madre la ponga en esta posición. Es una dinámica oculta, un acuerdo secreto. Es un proceso inconsciente, tanto en la madre como en la hija. Por este motivo es tan difícil de captar.

La culpa, en primer lugar es del hombre. Él sabe lo que hace, aunque no conozca el trasfondo sistémico. La mujer, por regla general, no sabe lo que hace, porque su papel permanece inconsciente.

TEN HÖVEL Es decir, la madre es víctima de determinadas implicaciones sistémicas, y el marido lleva la culpa.

HELLINGER Todos están implicados. Aún así, para mí vale el principio de: haga lo que haga una persona, y por muy profundas que sean sus implicaciones en el sistema, cada uno tiene

que llevar las consecuencias. Por tanto, no descargaría al marido señalando las implicaciones, ni tampoco diría: «Tú no tienes ninguna culpa».

TEN HÖVEL Así, tampoco diría: «Tu mujer tiene la culpa, ella te llevó a esta situación».

HELLINGER No. El hombre no puede pasarla culpa a la mujer, está clarísimo. Pero si se muestra que la mujer también está involucrada, ésta tiene que asumir su parte de la culpa y decirle a la hija: «Lo siento, te entregué al padre. Pero no lo sabía. En lo que de mí depende, a partir de ahora estás libre y también te daré la protección que necesitas, ocupando otra vez mi lugar como mujer». Pero no en el sentido de que ataque al marido. Es imposible si ella también es culpable.

TEN HÖVEL Es sumamente importante establecer estas diferencias sutiles y abordar el incesto también en otro nivel que no sea el sociopolítico de la lucha de los sexos.

HELLINGER Exacto. Les ayudo a personas concretas a librarse de sus implicaciones; nada más. Me limito a mi campo.

TEN HÖVEL En este caso, la crítica se mueve en dos niveles. Las mujeres dicen: « ¡Ajá, encima las mujeres tenemos la culpa del incesto! ¡Otra vez las mujeres, y los hombres se defienden!» Creo que aquí se trata de un malentendido; se transfiere algo al nivel sociopolítico que pertenece al ámbito terapéutico y allí aún debe ser diferenciado cuidadosamente.

Por otra parte, se critica como orden patriarcal el orden que Ud. supone detrás del incesto: «El sistema de órdenes de Hellinger es patriarcal, y en el marco de este sistema patriarcal funciona, pero siempre a costa de la mujer».

HELLINGER También éste es un malentendido, pero ahora no lo trataré más detenidamente.

Aún quisiera advertir otro punto importante para la solución en el incesto. A través de la vivencia sexual se crea un vínculo entre perpetrador y víctima. Más tarde, este vínculo le impide a la hija entregarse plenamente a otra pareja. Este primer vínculo llega muy hondo. De ahí la importancia de la frase de: «Ahora me retiro de ti». Y, por parte del padre: «Dejo que te vayas y asumo la culpa». Estas frases disuelven el vínculo.

TEN HÖVEL Este vínculo también implica que la hija diga: «Lo hice por ti, con gusto». ¿Por qué?

HELLINGER No siempre es así. Pero donde la frase permite el desprendimiento, éste se debe a que la hija entra en contacto con su amor al padre, amor que realmente existió. Cuando este amor es valorado, la hija puede retirarse con dignidad y, en consecuencia, dirigirse como mujer a otro hombre, con amor. "También en este sentido, toda condena es fatal porque aún fortalece el vínculo en vez de disolverlo.

TEN HÖVEL ¿Cuál es el papel del terapeuta para Ud. si dice que en el ámbito terapéutico no se trata de condenar al hombre?

HELLINGER Ni al hombre, ni a nadie más. Quien como terapeuta toma medidas en el ámbito social, ya no puede ayudar en el ámbito personal.

Por ejemplo: un matrimonio acogió a dos niños de los cuales uno había sido abusado por el padre carnal. El padre entró en prisión. La madre adoptiva de esos niños anteriormente había

sido la terapeuta de aquella familia. Durante la constelación la pregunté si ella había intervenido directamente para que el padre entrara en prisión. En un primer momento lo negó, pero después dijo: «No sería del todo sincero si dijera que no tuve ninguna culpa».

A continuación, en la constelación puse a los padres carnales apartados y mirando hacia fuera, y a la hija, detrás del padre, como si quisiera seguirle. Éste era el único lugar en el que se encontraba a gusto. El mensaje era inequívoco: dado que el padre había sido condenado, la hija le seguía. Todos podían ver lo mucho que lo amaba.

La terapeuta, que ahora era la madre adoptiva de los niños, ya no podía ayudarle a la niña ni apoyarla; había intervenido donde no tenía el derecho de hacerlo.

TEN HÖVEL ¿Qué le dijo?

HELLINGER Le dije que tenía que devolver a la niña. TEN HÖVEL ¿Devolverla a los padres?

HELLINGER No, pero a otra parte. Ella no podía quedarse con la niña, necesitaba otro entorno. También puse a la madre adoptiva en frente del padre y le pedí que le dijera: «Te doy un lugar en mi corazón... — No pudo hacerlo. En ese punto interrumpí la constelación. Pero la mujer era muy comprensiva; me di cuenta de que se lo tomaba muy en serio, y tenía la sensación de que lo manejaría bien. De todos modos, este caso muestra una vez más el peligro que supone mezclar el ámbito terapéutico con el público. Un terapeuta no puede intervenir de esta manera. Aquí es el poder del orden público que tiene que intervenir; éste está autorizado y obligado a hacerlo.

«LA SEXUALIDAD ES MÁS GRANDE QUE EL AMOR»

Amor, violencia y vinculación

TEN NÖVEL A lo largo de los últimos 30 años, la sexualidad ha perdido su tabú en muchos aspectos. Hoy día, más bien parecemos vivir una época en la que se está perdiendo el placer. ¿Qué papel desempeña la sexualidad?

HELLINGER Vivimos con una sexualidad domesticada. La domesticamos, convirtiendo un torrente en una balsa de aguas estancadas. Puesto que queremos tenerla bajo control absoluto, también la despojamos de su grandeza y de sus consecuencias.

LA MUERTE

La consumación del acto sexual es la base de toda la vida. Es el más grande de todos los actos humanos. Se realiza encarando la muerte, ya que la sexualidad es necesaria porque existe la muerte. Este acto revela el carácter efímero de la propia vida. Una pareja que engendra hijos sabe que los hijos sobreviven a los padres; engendrando un hijo también hacen sitio para él.

Y la sexualidad es peligrosa. Los padres saben que tanto el embarazo como el parto son experiencias peligrosas que pueden costarle la vida a una mujer; antes, mucho más, pero también hoy en día es así. También en este sentido, la sexualidad se realiza encarando la muerte.

Sexualidad y muerte se encuentran estrechamente ligadas. La consumación sexual, en este sentido más profundo, en el fondo sólo es posible teniendo presente la muerte. La mirada siempre está puesta en el final, también en el final de esta relación. Precisamente sabiendo

que también ella acaba con la muerte, la relación gana en intensidad. Sin embargo, al entregarse la pareja a esta consumación, con esta conciencia y con amor, algo de ellos sobrevive. De ahí nace la grandeza de la sexualidad.

TEN HÖVEL Lo que Ud. describe, parte de dos premisas: primero, que la sexualidad se realice con amor. Sin embargo, esto ya no se sobreentiende hoy en día. Y segundo, que se realice con la intención de engendrar un hijo.

HELLINGER Puede ser que sea así; no obstante, éste es el fundamento de la sexualidad. La sexualidad tiene el mismo efecto, incluso sin amor. El engendramiento también puede darse sin amor y, a pesar de todo, sigue siendo igualmente grande que realizado con amor. El resultado no varía por el amor o por la falta de éste. La sexualidad precede al amor, es más grande que el amor. Algunos quisieran verlo al revés, pero el vínculo que se crea a un nivel muy profundo se halla más allá del amor. Es real como un destino personal.

VIOLENCIA

Por ejemplo: aunque hubiera una violación, la sexualidad sigue siendo algo grande. No por ello, la sexualidad se convierte en algo nefasto. La sexualidad no se ve afectada, únicamente las circunstancias son fatales. A pesar de ello, la sexualidad tiene efectos muy profundos. Los afectados no pueden anular estas consecuencias. A veces, una mujer queda embarazada por una violación. Aunque aborte el niño, las consecuencias no pueden ser anuladas. Ni la violación, ni el vínculo que se crea, ni la maternidad, ni la paternidad pueden ser anulados. Las consecuencias siguen existiendo, independientemente de cómo las valoremos desde el punto de vista moral.

Ahora bien, la cuestión es: ¿cómo se puede ayudar a los afectados para poner en orden la fatalidad?

Un hijo que nació de una violación tendría que decirle al violador: «Tú eres mi padre, y te tomo como mi padre». ¿Qué puede hacer si no? Es imposible que le diga: «Tú no eres mi padre», o: «No te tomo como mi padre». Sería absolutamente absurdo. Por tanto: «Tú eres mi padre, y para mí eres el único verdadero. No hay otro para mí». Lo mismo tendría que decirle a la madre.

Si la madre quiere arreglar las consecuencias negativas de la violación para el hijo, tendría que decirle al hombre: «Tú eres el padre de nuestro hijo. Te tomo y te honro como padre de nuestro hijo.»

TEN HÖVEL ¿Por qué debería honrarlo si fue un suceso violento?

HELLINGER Debe honrarlo como padre de su hijo común. El resultado está y es visible. Por tanto, en este hijo, la madre siempre ve también al padre. Si no lo quiere ver en el hijo, rechaza al hijo. Así no mira el resultado, sino las circunstancias.

Sólo viendo lo ocurrido en un contexto global, en el sentido de que de la fatalidad resultó algo bueno, la mujer puede asentir y decir: «Ahora estoy reconciliada con la fatalidad porque miro lo bueno que de ahí nació». Si logra dar este primer paso, puede mirar al hijo con amor. Así, también el hijo puede tomar a su padre.

Si la madre rechaza al padre en el hijo, éste sólo podrá reconocer y tomar a su padre con dificultades. Para que el hijo se encuentre bien, la madre tiene que conseguir mirar y respetar al padre del hijo.

TEN HÖVEL ¿No es suficiente que ame al hijo y de esta manera se reconcilie también con las circunstancias?

HELLINGER No, no es suficiente. Para amar al hijo tiene que mirado. Mirándolo ve al padre en él. Si desprecia al padre, con él también desprecia al hijo. Este es el otro lado. El hijo no tolera que aquello que del padre lleva en sí mismo no sea amado. De lo contrario, por lealtad a su padre acabaría siendo como él.

TEN HÖVEL ¿Y la mujer no puede amar al padre en él sino ama al violador?

HELLINGER Aquí, amar significa: respeto que haya pasado algo muy grande, fuesen cuales fuesen las circunstancias. No por eso se anula la culpa, en absoluto. Pero se ve en un contexto mayor. La mujer reconoce: sucedió algo grande que cambió su vida, y ahora hay una nueva vida. A este hecho asiente, tal como es, y también a las circunstancias por las que esta vida nació. Es una especie de profundo respeto ante el destino.

TEN HÖVEL Lo que Ud. dice no concuerda con nuestro concepto habitual del amor.

HELLINGER Tiene algo de: «fuerte como la muerte es el amor>. En una violación, la mujer experimenta la proximidad que esta vivencia guarda con la muerte. Obró algo violento, que ella no pudo controlar y a lo que ella estaba expuesta. A pesar de todo, algo bueno tomó su inicio ahí.

Si la mujer, que es la que lleva el sufrimiento, fuera capaz de reconocer el vínculo y las consecuencias, tendría una fuerza y una dignidad especiales. Imagínese que una mujer fuera capaz de realizar este acto interiormente, que le dijera a su hijo: «En ti respeto a tu padre, independientemente de lo que pasó. Me alegro de que existas, y posteriormente asiento al acto tal como fue.» ¡Qué grandeza encierran estas palabras! ¿Y cómo se encontraría el hijo?

TEN HÖVEL No es el caso normal de una violación que de ahí nazcan hijos. En la mayoría de los casos, la mujer no conoce al violador. ¿En este caso, el problema se presenta de otra manera?

VÍNCULO

HELLINGER También en una violación de este tipo se crea un vínculo.

En un grupo, una mujer configuró una constelación de una familia en la que hubo un incesto. Ella era la terapeuta de esa familia. Mientras estaba configurando la constelación, empezó a llorar llena de dolor.

Al día siguiente comentó que durante la constelación se había acordado de su propia violación, cuando era joven. Después, por la noche, de repente se dio cuenta de lo muy profundamente que amaba a ese hombre y de cómo, ahora, a través de ese amor, podía desprenderse de él.

Es difícil permanecer libre de conceptos morales en este contexto y reconocer que tales experiencias tienen efectos profundos, queramos admitirlo o no.

TEN HÖVEL Cuando Ud. habla de vinculación, no tiene nada que ver con moral. No tiene nada que ver con matrimonio, con amor, ¿con qué, si no?

HELLINGER Son procesos vitales. No tienen nada que ver con el bien o el mal; los describo como un fenómeno natural.

TEN HÖVEL Como el poder natural de las olas o del agua.

HELLINGER Exacto. A la ola tampoco se le prescribe cómo tiene que fluir. Pero veo cómo fluye.

TEN NÖVEL ¿Qué le diría a un violador?

HELLINGER Hasta ahora, ningún violador ha buscado mi ayuda. Pero si alguien acudiera a mí con una intención seria, tengo muy claro lo que le diría.

Lo primero es que mire a la mujer a los ojos, que se incline ante ella y le diga: «He cometido una injusticia contigo. Lo siento. Te doy mi respeto y te doy un lugar en mi corazón.»

Lo segundo es que reconozca que su culpa no puede ser anulada. El respeto ante la mujer o ante el hijo únicamente es posible reconociendo su culpa, incluyendo también las consecuencias graves para él, por ejemplo, que se le condene por ello.

En la mayoría de los casos, el violador es una persona que tiene miedo de la mujer. Así, el miedo es disimulado por la violencia. También el «macho» lo disimula. Pero en lo más hondo, este miedo tiene que ver con la intuición de la proximidad de la muerte. No en el sentido de que uno tenga que morir, sino la intuición de que se toca algo profundo.

Wagner lo expresa maravillosamente en su ópera «Sigfrido». Al despertar a Brunilda, Sigfrido aún no conoce el miedo. De repente, le asalta el temor. En el fondo, siente un miedo mortal; no el miedo ante la muerte, sino un miedo que tiene que ver con la grandeza de la muerte. En este momento le pide ayuda a su madre, que murió al nacer él. Así se da cuenta de que todo lo que tiene que ver con la mujer, también tiene que ver con la muerte, de la misma manera que su propia vida costó el precio de la muerte de su madre. Todas estas intuiciones del peligro, de la grandeza y del riesgo que conlleva, y también de aquello que significa ser mujer y madre, se perciben muy profundamente en este contexto.

TEN HÖVEL Perola violación simplemente es un suceso traumático.

HELLINGER Sea lo que sea. De la manera que yo lo describo, es más fácil que el suceso traumático se sane, o al menos se mitigue. Cualquier otro intento de manejarlo, por ejemplo con reproches o humillándose uno mismo, tiene justo el efecto contrario: la mujer se ata al suceso.

EL IMPULSO

HELLINGER También en la naturaleza, frecuentemente la sexualidad tiene algo violento. Aquí actúa un impulso que forma parte de la vida, obligándola a avanzar, incluso a la fuerza.

TEN HÖVEL ¿Pero uno de los logros de la humanidad es precisamente la capacidad de domesticar este potencial violento?

HELLINGER Éste es un gran logro. Sin embargo, el hecho de que tengamos que domesticar la sexualidad también muestra lo grandes que son estas fuerzas.

TEN HÖVEL Éste puede ser un nivel. Por otra parte, quien tiene necesidad de apoderarse de una mujer como violador, me parece enfermo.

HELLINGER Es cierto. Pero sobre todo contradice de nuestras normas y de nuestros logros. Es algo que no queremos y que procuramos evitar, en primer lugar, para proteger a las mujeres. Todo eso está bien. Pero relegar la sexualidad violenta únicamente al ámbito de lo enfermizo, significa no percatarse de su envergadura real.

TEN HÖVEL Una y otra vez, la violación es vivida por las mujeres como una experiencia aniquiladora.

HELLINGER Puede ser aniquiladora. También la sexualidad realizada por amor puede ser aniquiladora, por ejemplo, si la mujer muere en el parto. En este sentido, no hay ninguna diferencia. Siempre se trata de algo que se apodera de nosotros en lo más hondo de nuestro ser, y también nos pone en peligro. Viendo la sexualidad con esta grandeza, con su vehemencia y con su violencia, podemos tratarla con más respeto. Quien piensa que podría atarla a través de prescripciones y prohibiciones, ignora y desecha la medida en la que nos encontramos expuestos a su poder.

TEN HÖVEL ¿Pero la violación no forma parte de esta grandeza?

HELLINGER ¡Por Dios! Este ejemplo únicamente nos muestra que tenemos que ver la sexualidad como algo mucho más grande. En un sentido profundo, la sexualidad nos viola y nos arrastra. Que también pueda tomar estas formas extremas se debe a la naturaleza de la sexualidad, y no a la naturaleza de un perpetrador individual.

TEN HÖVEL Entonces, ¿dónde se encuentra la alegría en todo esto?

HELLINGER En el hecho de verse llevado por una gran corriente, y de dejarse llevar por ella.

TEN HÖVEL En un principio, Ud. dijo: «Hemos domesticado la sexualidad». ¿Qué quiere decir con esta frase?

HELLINGER Por ejemplo, a través de los medios anticonceptivos se ha convertido en algo fácilmente disponible, sin las consecuencias originales. Cuando el engendramiento también es aceptado como posibilidad y como riesgo, la sexualidad gana otra profundidad y otra fuerza. Eso no quiere decir que únicamente debería ser así. Pero habría que ver que existe una diferencia si puede nacer un hijo o si únicamente se trata del amor de pareja, o del placer.

PECADO

HELLINGER También de otra manera la sexualidad está domada: se ha convertido en pecado. También ésta es una forma de domesticación. Volviendo otra vez al incesto: algunos lo describen como si con él se matara el alma del niño o de la niña. En el fondo, es una idea extraña, sabiendo lo que significa la sexuali-dad para la vida. Cuando un niño tan tempranamente entra en contacto con la sexualidad, también entra en contacto muy tempranamente —aunque sea de una manera amenazante— con la vehemencia de la vida.

TEN HÖVEL Esta vehemencia de la vida también puede matar el alma de un niño, tan delicada.

HELLINGER Sí, puede hacerlo, de la misma manera que la sexualidad puede matar también en otro contexto. Sin embargo, quien supera esta experiencia, alcanza una profundidad y una fuerza que otro niño no tiene.

TEN HÖVEL ¿Lo que nos hace daño precisamente nos da fuerzas?

HELLINGER No, no de esta manera tan barata. Quisiera explicarlo mediante otro ejemplo: muchas prostitutas son niñas abusadas. Inconscientemente, le dicen al padre: .Si alguien tiene que asumir una culpa, prefiero que sea yo». Cuando, como terapeuta, saco a la luz este lado, la chica se da cuenta de la grandeza de su amor y de lo que hizo por él. Una vez esto sale a la luz, un resplandor ilumina las caras y se percibe su fuerza. Un niño inocente no puede tenerlo. Naturalmente sería fatal justificar el abuso por eso; de eso no se trata. La frase de: «El incesto mata el alma del niño», más bien sirve de arma contra los perpetradores, pero no corresponde a la realidad del niño. Mi reflexión quiere ayudar a que se vea el alma de la niña abusada y que recupere su dignidad.

TEN HÖVEL ¿Así lo ha visto en mujeres abusadas?

HELLINGER En muchas mujeres abusadas lo he visto así. Cuando el trauma del incesto está superado, tienen una dignidad y una fuerza especiales. Por la condenación, sin embargo, la superación es mucho más difícil. En consecuencia, muchas veces se perpetúa la herida sin llegar a la sanación.

TEN HÖVEL Ud. dice que los medios anticonceptivos cambian la sexualidad y, de alguna manera, le roban algo de su profundidad. Sin embargo, la separación entre sexualidad y procreación es un gran logro para las mujeres, ya que la unión entre sexualidad y muerte es, sobre todo, una experiencia femenina y no masculina.

HELLINGER Por una parte es un logro, por otra parte, también implica una pérdida.

TEN HÖVEL ¿Realmente es así? ¿No diría Ud. que con el descubrimiento del placer femenino y del goce de la sexualidad sin consecuencias, las mujeres han salido ganando?

HELLINGER El placer femenino no es un descubrimiento de los últimos treinta años; a lo máximo, se redescubrió. En un determinado contexto cultural estaba mal vista. Además, ¿está Ud. tan segura de que la sexualidad sin compromiso realmente queda sin consecuencias? En el trabajo con constelaciones familia-res se puede ver que no es así. Pero de eso no se trata. Se trata de que la sexualidad ya no tiene la importancia que antes tenía; suscita menos interés que antes, a pesar de la liberación. Probablemente tendrá que ver con que ya no la tomamos tan en serio y que, como expresión de amor, de unión, de afirmación y de estabilidad, ha perdido gran parte de su función anterior. La sexualidad desprendida de cualquier relación pierde su significado de plenitud.

TEN HÖVEL ¡Yo no lo creo así! Muchas parejas sufren por la falta de placer y anhelan llegar a una relación colmada. Realmente rechazaría esta afirmación de que la sexualidad ha perdido su significado de plenitud. Más bien creo que lo hemos perdido de vista por culpa de nuestra manera de vivir. Nuestra vida está orientada a todo menos a la sensualidad. Además, en nuestras latitudes no hay ninguna cultura del amor físico, ni tampoco una auténtica cultura del amor.

HELLINGER La sexualidad colmada se logra cuando es expresión de una relación. Por tanto, la mayor cultivación de la sexualidad sería que el hombre y la mujer se miraran a los ojos al consumar su amor. Entonces ya no haría falta ningún ejercicio más, en el sentido de: « ¿Qué haremos ahora para aumentar el placer?» Eso sería ridículo.

TEN HÖVEL Exacto. Ésta sería la clásica idea de educación sexual de los años 60: «Ahora te enseñaré cómo funciona la mujer y cómo funciona el hombre». Ésta educación sexual poco tiene que ver con el alma. Arte del amor significa otra cosa; tiene que ver con entrega.

HELLINGER La sexualidad colmada también es un proceso del alma. Cuando el alma está en sintonía, la sensualidad fluye sola. Por otra parte, cuando la sexualidad se marchita, a veces también se marchita el alma.

TEN HÖVEL Las almas marchitas no tienen que seguir marchitas. Hay caminos para las personas para nutrir sus almas y, en consecuencia, volver a encontrar su placer.

HELLINGER Eso se da donde la sexualidad se une al amor. Pero muchas veces la sexualidad también implica renuncia. Eso tiene que ver con el respeto, con recogimiento, ya que toda relación humana es también un proceso de muerte. Algo en nosotros se va muriendo; por ejemplo, una idea ilusoria. Así, la pareja se vuelve más tranquila y serena. A veces, también implica que la sexualidad disminuya. Este hecho, sin embargo, a veces hace que en las profundidades se enardezca algo diferente, algo especial.

«LA INDIGNACIÓN APORTA POCO PARA LA SOLUCIÓN»

Política y compromiso social

TEN HÖVEL Ud. volvió a Alemania en 1969. Es decir, aún vivió el movimiento estudiantil. ¿Simpatizaba con sus ideas? Desde el punto de vista de la historia contemporánea, lo concibo como una incisión importante en la historia de la República Federal.

HELLINGER Así fue para su generación. Para mi generación, sin embargo, que ya había pasado una época totalmente distinta, el movimiento estudiantil fue algo pasajero.

TEN HÖVEL Hay personas, también de su generación, quizás un poco más jóvenes, que afirman que les supuso un gran alivio porque, por fin, toda aquella historia nazi se abordó abiertamente.

HELLINGER Para mí no fue así. Por una parte, no estuve involucrado en aquella historia; me hallaba en el otro lado. Ya a mis 17 años, la Gestapo me calificó de «elemento social pernicioso». Por otra parte, toda esta discusión me parece absurda, ya que argumenta sobre la misma base que los mismos nazis. Un grupo se considera mejor y dice: « ¡Así no puede seguir!» Aquéllos que se creen llamados a salvar el mundo tienen una energía destructiva muy similar. Únicamente difieren los signos, pero el afán, la voluntad de destrucción, digamos el ímpetu, las luchas callejeras, se distinguen poco de lo que vi con los nazis.

TEN HÖVEL Pero el impulso fue totalmente distinto.

HELLINGER En 1933, el movimiento comenzó de manera muy similar a lo que Ud. describiría para los del 68, con un resurgimiento y con frases como: « ¡Ahora vamos nosotros! ¡Qué nos diréis vosotros, los viejos!»

TEN HÖVEL La generación del 68 reunía figuras muy variopintas, desde *flower poseer*, pasando por grupos infantiles y escuelas libres, hasta los primeros inicios del movimiento feminista, música, consumo de drogas y amor libre.

HELLINGER También con los nazis hubo un movimiento juvenil: volver a la Naturaleza, al campo... Por fin librarse de la dependencia de las reparaciones y de la ocupación de Rheinland. ¡Fuera el dictado de la Paz de Versalles! Todo esto, emocionalmente iba unido a una idea de libertad.

TEN HÖVEL Este concepto realmente me irrita. En mi imagen histórica, este movimiento del 68 aportó mucho para hacer más democrática y tolerante nuestra sociedad.

HELLINGER Yo miro estos movimientos desde un punto de vista comparativo; de la misma manera que comparo a las religiones. En su expresión emocional son similares, independientemente de sus contenidos.

TEN HÖVEL Pero el lado emocional es distinto del lado político. Esta diferenciación me parece importante. De la misma manera que existen el ámbito terapéutico y el público, así también creo que existen niveles diferentes para valorar estos movimientos desde el punto de vista de la historia contemporánea. En un lado está el ambiente emocional; lo otro es la esencia política o el efecto político en el marco contemporáneo. Creo que aquí hay que diferenciar muy claramente.

INDIGNACIÓN

HELLINGER A este respecto me muevo con mucha precaución. Todos los que se consideran mejores me parecen sospechosos. Lo mismo se aplica a cualquier movimiento.

Pongamos por ejemplo los esfuerzos por superar el pasado de la antigua Alemania del Este. Algunos, que antes eran las víctimas, ahora persiguen a los perpetradores con un afán comparable al de los que antes los perseguían a ellos. Para mí, sin embargo, el progreso implica que después de tales experiencias podamos decirnos: «Por mucho que haya pasado, nos permitimos empezar de nuevo».

TEN HÖVEL ¿Qué ocurre con las víctimas? El gran número de disidentes pequeños y grandes, o simplemente inconformistas, que fueron espiados, reducidos y aniquilados por la Stasi*? (* Stasi = Staatssicherheitspolizei; la policía secreta de la antigua Alemania del Este; nota de la traductora)

HELLINGER Aquéllos que hoy en día aparecen como perseguidores llenos de indignación, también investigan y están llenos de malas intenciones para otros. La indignación es un impulso que tiende a aniquilar a otros.

TEN HÖVEL Pero esta indignación se alimenta de un sufrimiento vivido personalmente. ¿Eso no hace ninguna diferencia para Ud.?

HELLINGER En cuanto una persona utiliza su sufrimiento para arrogarse el derecho de causarles daño a otros, su sufrimiento fue en vano para su alma.

Para mí, el pasado se supera poniéndose al lado de las víctimas y llorándolas, sin atacar a los perpetradores. Es algo totalmente distinto que decir: « ¡Qué han hecho!» Para mí, estos reproches son una arrogancia no justificada. Sobre todo, no aportan nada.

TEN HÖVEL ¿Cómo se puede organizar la aflicción a un nivel social?

HELLINGER Algo en este sentido fue para mí la genuflexión de Brandt en Polonia. Fue un gesto sin ninguna reivindicación, sólo una reverencia ante las víctimas. De ahí emana una fuerza sonadora hasta hoy. En cambio, las advertencias de: « ¡Ojo de no caer en los viejos patrones!», tienen justo el efecto contrario: llenan las almas de rencor.

TEN HÖVEL Es decir, no hay ninguna posibilidad de tratar el pasado de una manera discursiva.

HELLINGER No formulando reproches ni alimentando la indignación. He visto que muchos que exigen estos discursos sobre el pasado, se consideran los mejores. Estos sentimientos me hacen desconfiar. Cuando busco soluciones para que lo espantoso realmente espante, para mí el primer lugar se debe al recuerdo de las víctimas, a la solidarización con ellos a través del dolor. De ahí nace una fuerza que actúa para bien. Pero de manera humilde, sin grandes pretensiones.

TEN HÖVEL Es decir, ¿en el fondo, para Ud. no hay ninguna forma adecuada de tratar colectivamente el pasado?

HELLINGER Sí que lo hay, naturalmente: si todos fueran más humildes, limitándose al dolor de la aflicción. Lo que siempre me causa una profunda impresión es cuando, con motivo del Día del Duelo Popular, únicamente se dice: «Sentimos el dolor, sentimos el dolor, sentimos el dolor.» Eso es lo que corresponde. Por tanto, también subvenciono el cuidado de los cementerios de guerra. Aquí se realiza algo muy modesto: se honran los muertos, sean quienes sean.

TEN HÖVEL ¿Qué ocurre con los perpetradores? ¿De dónde viene esta necesidad humana de tomar venganza? ¿Esta indignación que simplemente existe?

HELLINGER He visto que la indignación, por regla general, no viene de las víctimas, sino de aquéllos que se arrogan los derechos de las víctimas. De manera absolutamente ilícita reclaman el derecho de estar enojados con los perpetradores, sin haber sufrido ellos mismos y, dado que se sienten respaldados por la mayoría, también sin el riesgo de tener que rendir cuentas por lo que pretenden cometer con los perpetradores. Es decir, en este punto existe una curiosa concordancia entre los indignados y los perpetradores sobre los que se elevan. Ya que éstos hicieron lo mismo: se consideraban mejores y, desde esa convicción, reclamaban el derecho de atacar y aniquilar a otros.

LA HUMILDAD

TEN HÖVEL ¿De dónde viene esta necesidad de venganza? De hecho, ¿también es una manera de superarla indignación contra la injusticia?

HELLINGER ¿De dónde viene? También me lo pregunto. En realidad, esta necesidad va en contra de toda razón.

TEN HÖVEL Sin embargo, es un sentimiento muy intenso. Pongamos un niño que es atropellado por un borracho, o la infamia de los soplones de la Stasi, o del guardia de un campo de concentración que se carga a los prisioneros como conejos — todo eso desencadena pena e indignación justificada. Este impulso espontáneo de: «Éste tiene que recibir su

castigo», o que uno mismo quisiera pegar golpes, pensando: « ¡Qué cerdo! ¿Cómo se puede ser tan malo o tan irresponsable?» Todo eso son sentimientos humanos, ¿no le parece a Ud.?

HELLINGER En el nivel de: «Hay que hacer algo; hay que vengarlo; nunca más debe pasar una cosa igual», domina la idea de que los perpetradores actuaron de manera autodeterminada. Es decir: este borracho lo hizo, o Eichmann organizó el exterminio de los judíos. Yo paso a otro nivel. Yo los veo a todos en un nivel de destino, que a cada uno le hace actuar a su manera, sufrir a su manera y morir a su manera. Cada uno está expuesto y cada uno sirve. No obstante, eso implica que cada uno tiene que llevar también las consecuencias de sus actos.

Todo este mejorar el mundo, este revolucionar o reformarlo parte de la idea de: «Yo lo puedo hacer; está a mis manos». Pierde el contacto con aquello que actúa en lo profundo y, por regla general, el resultado es fatal.

En cambio, conteniéndome y confiando en las fuerzas profundas, irradio algo que tiene un efecto pacífico, moderador y reconciliador para otros.

TEN HÖVEL Yo soy hija de la idea de: esforzándote puedes lograr lo que quieres; actuando con cuidado todos nosotros, nuestro medio ambiente será limpio; comprometiéndonos contra la injusticia social, la convivencia mejorará y las condiciones serán más justas. Al fin y al cabo está en nuestras manos. Quien no se defiende, vive equivocado. ¿Este pensamiento ilustrado no le dice nada?

HELLINGER Ésta es una idea. La cuestión es: ¿qué aporta para la práctica? En vez de ello se podría aprender a mirar más detenidamente para ver qué tiene efectos buenos y bajo qué circunstancias. Así no considero bueno una cosa simplemente porque a mí me parece buena. Miro los efectos al cabo de un tiempo, y entonces se muestra el valor que tuvo y cuánto queda todavía de los sentimientos de aquel entonces. Este es un método cauteloso, empírico; actúa de forma aclaradora y moderadora contra la arrogación de deseos e ideas. De esta manera no sobrepaso los límites de la realidad tal como se experimenta.

TEN HÖVEL Sin embargo, sabemos que las personas, por regla general, sólo experimentan lo que quieren experimentar. La mirada está determinada por el propio pensamiento.

HELLINGER Exacto. Por eso mantengo tanta precaución con aquéllos que se consideran mejores. Los movimientos entusiastas tienen una finalidad utópica cuya viabilidad aún no está comprobada por la experiencia. De esta manera, la mirada se limita y el resultado es desalentador y triste. Cuando determina-das personas se sienten llamadas a algo especial y lo imponen, en la mayoría de los casos ocurre algo fatal en otro lado. Por tanto, es imposible apreciar de antemano lo que resultará del propio compromiso, a no ser que se actúe de manera muy contenida y atenta.

TEN HÖVEL ¿Qué quiere decir con eso?

HELLINGER Pongamos por ejemplo la ayuda contra el hambre en África. Por muy noble que fuera el ideal de ayudar, el resultado muchas veces es deprimente.

TEN NÖVEL Todo compromiso implica enfocar un determinado punto de vista en la vida. En consecuencia, necesariamente se borran otros aspectos. También implica el abandonar su propio centro, al menos para un tiempo — parecido a la persona que se enamora. ¿No es también una capacidad especial del ser humano de volcarse así en un compromiso?

HELLINGER En la mayoría de los casos son movimientos juveniles. Más o menos se desarrollan de manera idéntica de generación en generación. Naturalmente, a mis 70 años lo miro con otros ojos que una persona plenamente involucrada; nadie puede esperar que siga la corriente lleno de entusiasmo. La miro y veo: ya hubo movimientos similares y, probablemente, éste caerá en el olvido de manera similar que los demás, para después añadirse al pasado común.

EL SERVICIO

HELLINGER Estos movimientos piensan que uno podría imponer una idea de manera duradera y que cada uno es dueño de sus propios actos. Yo, en cambio, los veo como movimientos históricos en los que todos están al servicio del destino, tanto para bien como para mal. La idea de libertad que el individuo cree tener en sus actos me parece absolutamente ilusoria. Nadie puede oponerse al movimiento general de la historia.

TEN HÖVEL ¿Somos vividos?

HELLINGER Yo digo que estamos al servicio. Es algo diferente. En nuestro desarrollo, los movimientos fatales son al menos tan importantes como los buenos. Así como los buenos tienen también efectos fatales, también los movimientos fatales tienen efectos buenos que no podemos controlar. Todo esto se halla más allá de lo que el individuo puede planificar o imponer.

Mi actitud fundamental es ésta: asiento al mundo tal como es. No distingo entre movimientos malos o buenos. Veo a ambos como partes integrantes de un proceso superior al que me someto. Unas veces formo parte de un movimiento bueno, otras, de un movimiento fatal. Muchas veces ni lo sé. Y aunque lo supiera, no hace ninguna diferencia.

TEN HÖVEL ¿Ud. también asiente a esas atrocidades causadas por los nazis? ¿Qué tipo de asentimiento es éste?

HELLINGER Si digo que asiento, en seguida alguien deduce que lo considero bueno. Eso sería fatal. Aquí, «asentimiento» únicamente significa para mí: asiento a los movimientos tal como surgen históricamente, sin arrogarme el derecho de juzgarlos.

En estos movimientos busco mi lugar— a veces los sigo, a veces me retiro. Arrostrar el mundo de esta manera, eso es lo que yo entiendo bajo humildad. De esta manera estoy mucho más centrado y tengo más fuerza para hacer lo posible en mi ámbito. De ahí no paso.

TEN HÖVEL Estamos hablando a un nivel sociopolítico. Esta manera de pensar impide toda forma de política.

HELLINGER Quien sabe. Siempre depende de los efectos. Le contaré un ejemplo.

En una gran residencia para personas mentalmente discapacitadas, administrada por una fundación, le pregunté al director cómo se creó aquella fundación.

Me contó lo siguiente:

Hace 100 años, un campesino arruinó su finca, por lo que se le nombró un tutor. Éste era pietista e intentó sacarlo de su miseria. Pero finalmente la finca se subastó. En la subasta, el tutor subió el precio de la granja a un máximo para después comprarla él mismo.

El domingo siguiente, un predicador atravesó el lago para visitar el pueblo, y el tutor le dijo: «Acabo de comprar una finca en una subasta; quizás, ahí podamos hacer algo para niños subnormales» —así les decían en aquel entonces. El predicador contestó: «No, no tan rápido. Aún esperaremos una señal...

Quince días después volvió y dijo: «Ya tengo la señal: me acaban de entregar un niño subnormal para que lo cuide. Ahora haremos algo de esta granja». Así, esta casa existe desde hace 100 años. Se ha convertido en una residencia de renombre para personas mentalmente discapacitadas y está plenamente integrada en esa región y en su población. Sin intenciones y sin planificación, para así decirlo. También eso es política, pero con absoluta sencillez.

«RENUNCIO A LA ESPERANZA DE UNA PAZ ETERNA»

La ilusión del poder

TEN HÖVEL Ud. dice: las personas se hallan al servicio de algo más grande sin muchas veces saberlo. Si la historia avanza como avanza, ¿en su opinión sería una arrogancia humana pensar que podría haber un desarrollo hacia algo mejor?

HELLINGER Naturalmente existe el desarrollo, pero no sabemos dónde desembocará finalmente. Los niños empiezan con esperanzas, los adolescentes se comprometen, consiguen algo y pronto se ven frenados y limitados por la realidad. Una vez reconocidos los límites, quizás se retiren a una cierta modestia. Los jóvenes suelen llamarlo una mentalidad estrecha. Yo lo veo como un asentimiento al mundo tal como es, como una reconciliación con la realidad.

También cuando una persona se casa y tiene hijos se ve limitado y nota que sus energías no son infinitas. Así, está en paz con el mundo tal como es, y esa actitud tiene un efecto benéfico para él o para ella. Pero sus hijos vuelven a empezar de nuevo.

TEN HÖVEL Ahora está hablando más bien a un nivel personal o familiar. En el nivel social, ¿no existe para Ud. también algo así como un desarrollo, un aprender de la experiencia?

HELLINGER Naturalmente existe. No puedo imaginarme la democracia alemana en su forma actual sin la experiencia del Tercer Reich. Por terrible que fuera, para aquéllos que lo sobrevivieron tiene un efecto benéfico.

TEN HÖVEL ¿Es decir, primeramente tuvo que pasar todo aquello?

HELLINGER Mc parecería arrogante si pretendiera dar una respuesta a esta pregunta. Únicamente lo veo como un hecho. Heráclides dijo: «La guerra es la madre de todas las cosas.» En este sentido se le pueden hacer reproches, pero la pregunta es: ¿tiene razón? Cuando veo que no podemos evitar estas experiencias y estos enfrentamientos dolorosos, asiento a ellos. Renuncio a la esperanza de una paz eterna.

Yo veo los antónimos en un nivel superior. Lo llamado bueno y lo llamado malo, a un nivel superior se entrelazan. La guerra y la paz se entrelazan. Una vertiente política y la otra se entrelazan y se condicionan mutuamente. Visto así, cada movimiento, por abominable que nos parezca, aporta una parte al todo.

Eso también significa para mí que los grandes movimientos históricos son inevitables. El movimiento nazi y el comunismo, pero también el movimiento que llevó a la unificación de Alemania — los considero inevitables. No estaba en las manos de nadie frenarlos. Se trata de erupciones de un poder que supera el yo. Muchos de los que participaron en estos movimientos, tenían la idea de que ellos tenían el poder de impulsarlos y de controlarlos. Y aquéllos que se opusieron, también tenían esa idea.

Un ejemplo de nuestros días: muchos tienen la idea de que una sola persona tendría el poder de destruir el mundo mediante bombas atómicas. Otros, que protestan contra las fuerzas nucleares, también parten de la idea de que ellos tendrían el poder de frenarlo. Tanto unos como otros ignoran cuáles son las fuerzas que actúan en el mundo. En ambos casos, la fuente del actuar o de la fuerza se desplaza al propio yo. Eso no es suficiente.

A pesar de todo, la protesta y la resistencia contra estas tendencias me parecen importantes. Tiene que haberlas. Sólo la idea de que el resultado estaría a nuestro alcance, para mí sobrepasa los límites. Así, veo a ambas partes en una misma barca, tanto protagonistas como antagonistas. Ambos creen tenerlo en sus manos y, posiblemente, ambos estén dispuestos a la misma violencia. No se distinguen por su actitud; únicamente por los contenidos.

TEN HÖVEL No siempre ambas partes tienen que estar dispuestas a la misma violencia.

HELLINGER No siempre tiene que ser así, pero veo que muchas veces es así. Los nacionalsocialistas estaban dispuestos a ir hasta el límite. Y los hombres de la resistencia se habían dado cuenta de que también ellos únicamente podían conseguir un cambio mediante la violencia. En el actuar concreto, los unos no tenían una mentalidad más pacífica que los otros. Aunque, a la vista de los crímenes cometidos por los nacionalsocialistas, era comprensible. Sin embargo, no se trata de la diferencia entre pacífico y no pacífico. Son dos guerreros que se combaten, y cada uno tiene que aniquilar al otro para imponerse con sus intenciones.

TEN HÖVEL ¿No considera legítimo que, en situaciones tan extremas, hasta las personas más pacíficas estén dispuestas a coger las armas?

HELLINGER Para mí no es ninguna pregunta de legitimidad. Hay situaciones en las que la violencia es inevitable. La idea de que la decisión sobre qué es y qué no es legítimo en este caso se podría tomar desde el escritorio, me parece ingenua.

LA CULPA

TEN HÖVEL ¿Pero eso significa que, haga lo que haga el individuo, todos se hallan al servicio de algo más grande?

HELLINGER Sí. Y además, lo que considero sumamente importante: sin la disposición a la culpa no hay capacidad de actuar. Aquéllos que pretenden permanecer inocentes, también permanecen débiles. A través de su intención de querer ser inocentes, aún causan más dolor a otros.

Aún hay otro elemento importante. Cuando trabajo con una familia o con grupos grandes — esto también es una experiencia de mi trabajo en Sudáfrica, donde viví durante mucho tiempo la situación de segregación entre negros y blancos—, puedo ver lo siguiente: cuando una persona pertenece a un grupo y el grupo se encuentra en un peligro extremo, los miembros de un grupo se cierran ante los miembros del otro grupo. Cada grupo desarrolla una conciencia

interna según la cual es bueno todo aquello que sirva al propio grupo y perjudique al otro. Así, las mayores atrocidades hacia el otro grupo se cometen con la conciencia absolutamente tranquila. Este tipo de conciencia tiene algo inquietante para mí.

La pregunta es: ¿qué puede hacer una persona cuando se halla cogida en una situación así? ¿Puede desprenderse? Algunos dicen que en un caso así tendría que desprenderse. ¿Pero dónde puede ir si abandona su grupo? El otro grupo no lo admitirá.

«LA FELICIDAD ES UN LOGRO DEL ALMA»

TEN HÖVEL Hablemos de la felicidad — ¿realmente existe?

HELLINGER La felicidad existe comprendida en un movimiento determinado de la vida, por ejemplo, en el primer amor, cuando la pareja celebra su matrimonio, o en el nacimiento de un hijo.

Cada fase de la vida tiene sus propias leyes y su propia plenitud. Es algo que frecuentemente no es apreciado debidamente. Pongamos por ejemplo el niño en el seno de la madre: es feliz. Pero a pesar de ser feliz, al cabo de nueve meses, el niño ya no lo aguanta. Si tiene suerte, vuelve a encontrarse en brazos de la madre. Se le da de mamar, se le cuida, se le acaricia. Pero al cabo de un tiempo, tampoco aguanta con sólo eso: el niño quiere correr, moverse libremente.

Más tarde, el niño se convierte en adolescente, en pleno auge con una sensación de libertad. También eso le aburre al cabo de un tiempo. Después llega una fase nueva: la profesión, la obligación, el matrimonio, los hijos, etc.

En muchas culturas, este avanzar se encuentra marcado por ritos, de manera que cada uno da el paso de niño a adolescente, y de adolescente a adulto de una manera predeterminada.

Entre nosotros, estos ritos en su mayoría ya no existen. Antes, el servicio militar marcaba el paso del adolescente a la edad adulta. Después, solían casarse.

TEN NÖVEL ¿Quiere decir que hoy día nos faltan los ritos de transición?

HELLINGER Sí. Aún aportaré otro ejemplo. Antes, cuando un chico empezaba un aprendizaje, éste era un paso de transición. Más tarde se convertía en maestro — otra transición. Eran marcas en el camino. Hoy en día aún existen hitos similares, pero ya no se perciben como tales.

TEN HÖVEL ¿Dónde está la equivocación en nuestra imagen de la felicidad?

HELLINGER En la mayoría de los casos, nuestra imagen de la felicidad es una imagen de la felicidad de la juventud. Muchos consideran la juventud un tiempo privilegiado que quisieran alargar al máximo. Sin embargo, no se dan cuenta de lo que se pierde.

¿Qué hace una persona que, con 50 años digamos, aún se comporta como un adolescente? ¿Que no tiene familia ni idea de lo que significa? De repente le invade la soledad y se da cuenta de que ha perdido algo grande: el dar el paso siguiente a tiempo. Yo veo la felicidad como algo polifacético. No es ningún estado eufórico, sino más bien aparece con la sensación

de: estoy en el lugar que me corresponde dentro de la fase de desarrollo que estoy pasando. Soy verdaderamente niño, verdaderamente niña, verdaderamente adolescente, verdaderamente hombre, verdaderamente mujer, verdaderamente padre, verdaderamente madre. Tengo éxito en mi profesión, etc.

Y también implica que me retire en su momento. También éste es un paso importante: que haga sitio para aquéllos que vengan detrás de mí, y que encare la muerte.

TEN HÖVEL ¿Y los que tienen una suerte difícil?

HELLINGER Cuando alguien se encuentra con una obligación muy dura, por ejemplo, una madre con un niño disminuido, algunos lo consideran una desgracia para la madre y el hijo. Sin embargo, si la madre lo afronta, y si el hijo lo afronta, de ahí les brota una grandeza y una fuerza especiales. Es más que la felici-dad normal y corriente. Imaginémonos que sólo hubiera personas felices, ¿qué sociedad sería esa? ¿Cuánta fuerza le quedaría? ¿Y cuánta grandeza?

TEN HÖVEL ¿Hay un sentido más profundo para el esfuerzo de una madre con un hijo disminuido?

HELLINGER No quisiera dar interpretaciones. Basta con mirar a nuestro alrededor. Hay una madre con un hijo disminuido, y lo asume y lo cría. Se percibe sensiblemente: esta madre y su hijo tienen un efecto sanador para todo su entorno. Es algo que quita las ilusiones. Actúa como un campo de fuerza que irradia.

TEN HÖVEL ¿Esta es su experiencia?

HELLINGER En terapia, continuamente me encuentro con tales suertes. Veo cómo estos padres y madres lo manejan, y me inclino con profundo respeto ante su ejemplo. Esta es una grandeza que no está a mi alcance. Lo veo y tiene un efecto sanador para mí.

TEN HÖVEL Algunas personas dicen: «No estamos aquí para ser felices». ¿Qué hay de peligroso en la felicidad?

HELLINGER Sólo veo que los llamados felices no son los que viven con más plenitud. La vida en plenitud tiene más fuerza.

TEN HÖVEL Una persona que realmente ha encontrado su plenitud, también irradia algo. Éste sería mi concepto de felicidad. Pienso que nunca puede haber bastantes de estas personas felices, porque, gracias a ellas, también cambia el ambiente general de la convivencia humana. Yo no puedo encontrar nada peligroso en este hecho. Pero naturalmente es otro concepto que no el sentimiento de encanto y felicidad barata que los medios de comunicación derrochan a diario sobre nosotros.

HELLINGER Hay una felicidad de los niños que juegan absortos. O los enamorados son felices. Todo eso es muy bonito, pero la plenitud no es una felicidad en este sentido. Es esa sintonía con algo grande, también con el dolor o con la muerte. Esta concordancia nos lleva a un estado de profundo recogimiento, nos da peso y serenidad. Es algo que ocurre sin grandes ostentaciones. Ésta es la felicidad como logro. Pero no es ese estado absorto; tiene que ver con fuerza.

TEN HÖVEL ¿Un logro? ¿Qué quiere decir con eso?

HELLINGER Cuando alguien ha construido una casa y ha quedado bonita, o cuando alguien toca bien el violín, o cuando consigue otra cosa. También vivimos en nuestras obras. También los hijos son un logro de los padres. Pero la alegría por este logro es diferente que cuando uno se lo pasa bien en el bar con los amigos.

TEN HÖVEL Tiene que ver con una expresión personal. HELLINGER Sí, exacto. La felicidad es un logro del alma.

«EL ALMA SE ORIENTA EN OTRAS LEYES QUE EL ZEITGEIST»

Hombre y mujer

TEN HÖVEL Algunos dicen: «El orden de Hellinger corresponde al zeitgeist: volver a los valores (le antaño. Su pensamiento forma parte del movimiento reaccionario que pretende anular los progresos del movimiento feminista y la emancipación de las mujeres.» ¿Hasta qué punto es patriarcal el sistema de órdenes de Bert Hellinger?

LA PRIORIDAD DE LA MUJER

HELLINGER Cuando hablo de órdenes, describo lo que es visible y comprobable. Por tanto, rechazo que alguien me atribuya estos órdenes como si fueran míos. Pero volvamos a su pregunta. Mirando a las familias, se puede ver que el peso principal se halla en el lado de la mujer, no con el hombre. En el seno de la familia, las mujeres, por regla general, ocupan el primer lugar porque, en la mayoría de los casos, se consideran mejores que los hombres. Sin embargo, sólo pueden actuar así siendo conscientes de su importancia.

En relación a los hijos, la mujer casi siempre se considera más competente que el hombre. Es un hecho apreciable en el divorcio: los hijos casi automáticamente son adjudicados a la mujer, y el hombre sale perdiendo. Su dignidad no es tomada en consideración. En el caso de los hijos ilegítimos, el hombre hasta ahora ha sido apartado casi por completo. No tenía derechos, únicamente obligaciones. Es decir, en la familia nuclear reina el matriarcado. La mujer es el centro y decide lo esencial.

TEN HÖVEL ¿Y dónde comienza el patriarcado para Ud.?

HELLINGER El predominio de los hombres y la represión de las mujeres existen sobre todo en la vida pública. Sin lugar a dudas, el hecho de que haya un movimiento contrario que le devuelva su dignidad a la mujer, también en la vida pública, es un gran paso adelante. El predominio del hombre en la vida pública en cierto modo está relacionado con el predominio de la mujer en la familia. Dado que la mujer domina la familia, el hombre siente el impulso de dirigirse al exterior e imponerse con más fuerza en este ámbito. Por tanto, también aquí actúa una necesidad de equilibrio.

No obstante, para mí es importante el reconocimiento mutuo entre ambos sexos. Para mí, el centro de la familia es la mujer. El hombre está al servicio de lo femenino. Lo femenino protege la vida y la traspasa. Por regla general, la actividad del hombre en la vida pública se realiza al servicio de la familia. Él representa a la familia hacia fuera y asegura las necesidades básicas de la familia, por ejemplo, la seguridad y el sustento. Por este motivo tiene una cierta prioridad en el ámbito exterior.

TEN HÖVEL Pero hoy en día ya no es así en todas partes.

HELLINGER No en la misma medida que antes. Las familias son más pequeñas, la mujer ya no se pasa el mismo tiempo en el hogar que antes. Hoy día, la educación de los hijos más bien se convierte en una tarea compartida, y la mujer tiene más posibilidades de estar presente en la vida pública. Es un desarrollo social. Para mí no es ni un ideal ni tampoco algo que lamente. Se ha desarrollado así y lo reconozco tal como es.

TEN HÖVEL Sería totalmente legítimo decir: «Veo un orden que ha crecido a través de los siglos, y procuro restablecer este orden siguiendo el cauce de la energía. Como terapeuta, bien veo que por su desarrollo es un orden patriarcal, pero tomo la realidad tal como es, sin pretender cambiarla».

HELLINGER En este ámbito también me considero comprometido en un nivel sociopolítico. Pero mis comprensiones son sobre todo fruto del ámbito terapéutico.

En las constelaciones familiares, por regla general es el hombre quien tiene prioridad. Pero no por su superioridad, sino por su función, ya que aquello que en un grupo forma parte de los fundamentos, tiene prioridad ante las finalidades.

Así, pues, en una clínica, la administración forma parte de las bases, y los médicos y enfermeros sirven a las finalidades. La administración tiene prioridad porque ella cuida las bases. No es superior a los médicos, pero en la práctica, la administración debe tener prioridad. Los médicos no pueden inmiscuirse. No obstante, la administración está al servicio de los médicos, aunque tenga prioridad.

Lo mismo ocurre en la familia: el hombre tiene prioridad porque procura las bases, pero por las finalidades de la familia, es la mujer quien ocupa la posición central.

TEN HÖVEL Lo que Ud. describe, quizás sea cierto para la situación de una familia donde el hombre aporta los ingresos y la mujer únicamente se ocupa de la educación de los hijos. Mayormente, ésta ya no es la realidad de las familias actuales. Aún se podría alegar: bueno, pero en el alma sigue actuando aunque de hecho ya no sea así. Muchas mujeres cumplen un trabajo profesional y, además, se ocupan del trabajo en la familia.

HELLINGER De momento, quisiera quedarme con el modelo tradicional. Aquí, por regla general, primero viene el hombre; después, la mujer; después, los hijos. Cuando es al revés, cuando la mujer ocupa el primer lugar relegando al hombre a la segunda posición —así ocurre por ejemplo si lo menosprecia—, el hombre tiende a salir de la familia, dejando sola a la mujer. En consecuencia, la mujer se siente abandonada por el hombre.

Cuando en la constelación familiar vuelvo a poner al hombre ala derecha de la mujer, en el primer lugar, el se siente responsable y la mujer se siente aliviada y apoyada.

Ahora bien, si dijera que el hombre tiene que ocupar el primer lugar por ser hombre, sería un punto de vista patriarcal. Eso lo rechazo. Mi interés se centra en lo que puede procurar un máximo de armonía y bienestar para todos en una familia.

TEN HÖVEL ¿Es diferente cuando ambos aportan ingresos y no viven en el modelo tradicional?

HELLINGER Cuando ambos padres ganan dinero, a pesar de todo, la mujer suele tener prioridad en la familia. Ella asume las tareas más importantes para la vida interna de la

familia. Quizás el hombre le ayude en ello, pero no de una manera que permita invertir los papeles o que establezca una igualdad. La desigualdad bien se mitiga, pero no se anula.

Cuando el hombre no puede hacerse cargo del sustento de su familia, por ejemplo, por estar enfermo o necesitado de cuidados él mismo, la mujer ocupa el primer lugar también hacia fuera.

EL RESPETO

HELLINGER También existe otro movimiento de determinadas mujeres que únicamente utilizan al hombre para tener hijos — todo lo demás lo hacen solas. Es decir, las madres que deliberadamente educan a sus hijos solas, que no quieren compartir esta tarea con ningún hombre.

Ésta es una negación de la realidad y un atentado contra el orden por el que muchas veces los hijos, posteriormente, se vengan de su madre. Los hijos sufren una injusticia cuando se les niega la presencia del padre. Cuando la madre dice: «Ya sé hacerlo yo sola», con ello se desprecia y se desplaza lo masculino. De tales familias salen chicos que hacen valer lo masculino en su forma distorsionada, porque lo otro no fue valorado por su madre. Frecuentemente, los miembros de grupos de extrema derecha no hacen más que vengarse de la arrogancia de las madres que creen que pueden despreciar o desterrar al hombre.

TEN HÖVEL Pienso que el «movimiento» de madres que dicen: «Quiero un hijo, pero no un hombre», es ínfimo. La mayoría de las madres solteras educan a sus hijos solas porque en algún momento ya no pudieron vivir con el padre, o el padre ya no pudo vivir con ellas.

HELLINGER Pero la misma manera de pensar también se percibe en muchas otras familias.

TEN HÖVEL También en este punto acabamos otra vez con las mujeres, esta vez con el desprecio de las mujeres hacia los hombres. El movimiento feminista precisamente se formó en contra del desprecio de lo femenino y en contra del desprecio de las mujeres por los hombres. Por tanto, parece que haya desprecio en ambos lados de los sexos. ¿Cómo se explica Ud. el desprecio de las mujeres hacia los hombres que Ud. mismo ha podido observar?

LA DOBLE TRANSFERENCIA

HELLINGER De la misma manera que también me explico el desprecio de las mujeres por los hombres: en ambos casos, muchas veces no es más que una compensación de una injusticia cometida anteriormente. A veces se puede observar en las familias que miembros que nacen posteriormente, por ejemplo algunas nietas, sienten el impulso de compensar la injusticia que los hombres cometieron con sus abuelas o madres. Serían los casos de mujeres que fueron abandonadas o aprovechadas por sus maridos, mujeres maltratadas y menospreciadas. En este sentido existen ejemplos horribles.

Así, pues, las nietas dicen: «Algo así no pasará nunca más». Pretenden restablecer el orden cerrando filas contra los hombres, o tratando a sus propios maridos como si éstos hubieran cometido lo mismo con ellas. Ignoran que de esta manera se elevan por encima de sus abuelas como si éstas dependieran de la ayuda de sus nietas. De esta forma, sin embargo, las desprecian.

TEN HÖVEL ¿Porque pretenden asumir algo que no les corresponde?

HELLINGER Exacto. La rabia o las agresiones de estas mujeres no se nutren de su propia experiencia, sino de la injusticia que otras sufrieron. No ponen en orden lo que sería propiamente suyo.

Por ejemplo, cuando una mujer es tratada injustamente por su marido, y ella misma insiste, quizás incluso agresivamente, en que él lo arregle, ella misma asume su dignidad. En este caso, la mujer saca su fuerza de la injusticia y del dolor que ella misma sufrió. Cuando la agresividad ya no se nutre de la injusticia sufrida personalmente, ya no tiene la fuerza de arreglar nada.

Cuando la injusticia sufrida por una mujer es vengada por otras mujeres en otros hombres, se da una transferencia, no sólo en el sujeto —por ejemplo, de la abuela a la nieta—, sino también en el objeto —por ejemplo, del abuelo a su propio marido. Así, las agresiones no se dirigen contra el perpetrador, sino contra un hombre cualquiera o contra los hombres en general. De esta manera no se soluciona nada, sino se desencadena un movimiento contrario que, de un modo absolutamente estéril, lleva a una lucha entre los sexos en la que todos salen perdiendo. El camino para una solución sería que estas mujeres primeramente les devolvieran su dignidad a sus abuelas o a otras mujeres heridas, por ejemplo, diciendo: «Me inclino ante tu destino, tal como tú lo supiste llevar. Y de ahí saco la fuerza de hacer algo grande y bueno yo misma». Así, ya no necesitan tomar venganza por las abuelas, sino que de las abuelas reciben su fuerza, pudiendo actuar con dignidad como mujeres, sin descalificar a otros. La grandeza no resulta de rebajar a otros, sino de descansar en uno mismo sabiendo reconocer también a otros.

TEN HÖVEL En alguna ocasión, Ud. dijo: «Vivimos en una época femenina; los hombres se encuentran en retirada».

HELLINGER Dicho de esta manera, resulta algo provocativo. Las mujeres están avanzando sanamente, sin que los hombres tengan por qué retirarse. Pero si las mujeres combaten a los hombres, muchos de ellos prefieren retirarse. Este tipo de retirada no es ninguna ganancia para las mujeres. Simplemente no se gana a ningún hombre combatiéndolo.

TEN HÖVEL Así, pues, cuando Ud. dice que las mujeres desprecian a los hombres, no las culpa, sino de hecho lo ve como el resultado de determinadas implicaciones en la historia familiar.

HELLINGER Como una consecuencia de suertes anteriores que son retomadas en la actualidad. Simplemente porque las mujeres ahora también tienen más posibilidades. Este desarrollo, de que las mujeres se hayan abierto el camino a sus derechos, me parece un gran progreso.

TEN HÖVEL En este contexto, ¿cuál es el marco terapéutico y cuál el sociopolítico? Ud. sigue manteniendo que los hombres tienen prioridad en las familias. ¿Qué afirmación es esta?

HELLINGER Este tipo de afirmación general no me parece admisible. Yo no establezco normas sociales, sino me mantengo en el ámbito terapéutico de efectos comprobables. Al trabajar con familias, mi pregunta es la siguiente: ¿Dónde y cómo se encuentran mejor todos los miembros de una familia? ¿Cuando el hombre ocupa el primer lugar, o la mujer? En las constelaciones lo compruebo. En un setenta por ciento de los casos, la familia se encuentra mejor si el hombre ocupa el primer lugar, en un treinta por ciento de los casos, cuando la mujer se encuentra en la primera posición.

TEN HÖVEL ¿Es un reflejo de la vida patriarcal tal como ha crecido históricamente? ¿La socialización también tiene importancia en el inconsciente?

EL ALMA

HELLINGER Es más que esto. Aquí también actúa el alma. El alma no se atiene a exigencias sociopolíticas. Por ejemplo, cuando se exige que las mujeres ocupen el primer lugar, que el matriarcado se restablezca también en la vida pública, puede sonar razonable. Pero en las almas de los afectados no es reconocido así. A pesar de todo, se comportan como si algo no estuviera en orden y sufren por ello. No se puede convencer el alma mediante ideologías. Tampoco se puede decir que los profundos procesos anímicos dependen de la socialización. Únicamente vemos que las almas en nuestra cultura más o menos reaccionan de manera idéntica.

TEN HÖVEL Pero esta reacción está condicionada por la cultura.

HELLINGER La conclusión sería, pues, que únicamente habría que cambiarla cultura para cambiar el alma. Pero así no cambia. Aunque de repente la opinión pública difiera totalmente, las almas siguen reaccionando de la misma manera que antes.

TEN HÖVEL ¿Está Ud. tan seguro en este punto?

HELLINGER Por lo que he visto hasta ahora, el alma sigue a otras leyes que el *zeitgeist*.

TEN HÖVEL ¿No es posible conocer estas leyes?

HELLINGER Para mí se hallan ocultas. Únicamente vemos los efectos. Yo más bien me centraría en lo que realmente mueve el alma, para después buscar soluciones sobre esta base. Así, se encuentran soluciones sin luchas, ya que el alma no quiere que la madre, o la mujer, o el hombre sean despreciados. Quiere que varios elementos se pongan en orden para poder entrelazar su actuar de una manera benéfica.

TEN HÖVEL Al leer sus libros, llama la atención que las mujeres desempeñan un papel mucho más importante en la disolución de implicaciones que los hombres. Ahora también dice que las mujeres, por regla general, se consideran mejores que los hombres. ¿Cómo es eso?

HELLINGER También me lo pregunto. Pero es cierto: la clave para la solución se encuentra más veces con la mujer que con el hombre. Eso también implica un reconocimiento.

El hombre y la mujer no tienen el mismo peso. Por regla general, las mujeres tienen más peso. Están más centradas. Además, es más el hombre quien está al servicio de la mujer, que no al revés. Así se vive en la mayoría de las familias.

TEN HÖVEL También dice que las mujeres, por regla general, sienten que son mejores que el hombre. Este sentirse mejor, sin embargo, es la base de muchos desarrollos perjudiciales.

HELLINGER Por una parte está claro que la mujer, por su experiencia específica con el embarazo y el parto, percibe su importancia especial. No en el sentido de sentirse mejor, sino de darse cuenta de su importancia. El hombre no tiene esas experiencias profundas. Por tanto, las busca de otra manera. El hombre, una y otra vez tiene que asegurarse de su masculinidad, cosa que no necesita la mujer. El hombre, en la mayoría de los casos, se asegura de su masculinidad en compañía de otros hombres.

El hombre es diferente a la mujer. No porque lo quiera, sino porque así está predeterminado. Para la mujer, frecuentemente es difícil comprender que el hombre sea tan diferente. Por otra parte, también es difícil para el hombre, pero no en la misma medida que para la mujer.

TEN HÖVEL Eso no me soluciona el problema de este sentirse mejor. Es algo muy grave si Ud. dice que, por regla general, las mujeres toman la batuta en la familia, ya simplemente por el hecho de sentirse mejores que el hombre.

HELLINGER El sentirse mejor es una deformación del conocimiento de su propia importancia. Cuando las mujeres se centran en esta importancia, ya no necesitan darle esta forma de sentirse mejores.

TEN HÖVEL Pero Ud. dice que, por regla general, las mujeres se sienten mejores.

HELLINGER Bueno, a veces también soy un poco bromista.

TEN HÖVEL A pesar de todo, quisiera tomarlo en serio. El movimiento feminista precisamente se dirige contra el desprecio de lo femenino. ¿Qué les queda a las víctimas de un poder ejercido sin ninguna justificación, que sentirse mejores?

HELLINGER La represión y la limitación de la mujer a través de muchos siglos es un hecho fatal. Yo me lo explico por el miedo del hombre ante el peso de la mujer. Intenta protegerse dominando o domesticando a la mujer. Pero también he visto que lo masculino sirve a lo femenino. El hombre tendría que encarar lo femenino en este sentido profundo, con respeto. Entonces la mujer recibirá los mismos derechos y posibilidades que el hombre reclama para sí mismo.

TEN HÖVEL Este poquito de dignidad en la vida pública es el resultado de una dura lucha por parte de las mujeres.

HELLINGER Sí, es cierto. Por otra parte, los hombres también lo comprendieron y lo dieron con gusto — sobre todo en la familia.

TEN HÖVEL ¿Realmente? Sólo por el hecho de que las mujeres quieran trabajar y ganar su propio dinero ya hubo, y aún hay, una fuerte resistencia por parte de muchos hombres.

HELLINGER Cuando la mujer gana dinero, y además tanto que pueda mantenerse sola, su peso vuelve a aumentar. En consecuencia, el hombre fácilmente lo experimenta como un exceso de peso, lo que realmente es. Por tanto, se necesita una nueva cultura en el trato mutuo.

TEN HÖVEL Ud. dice que las mujeres se vengan por una injusticia que no fue cometida con ellas mismas, sino con sus madres y abuelas. Esta visión me parece demasiado unilateral. Hoy en día, muchas mujeres experimentan muchos hechos como una injusticia contra ellas como mujeres: por ejemplo, el desnivel salarial (un 78 por ciento de las mujeres alemanas no pueden vivir exclusivamente de sus ingresos), que muchas veces se encuentran abandonadas con sus hijos y sin dinero, etc. No sin razón se dice: «La pobreza es femenina». — y aún habría que citar muchos datos más. Ésta no es ninguna injusticia ajena.

HELLINGER Es cierto. Pero a un nivel sutil también quisiera preguntar: ¿Cómo valora la mujer, que lucha contra esta injusticia, al hombre? ¿Realmente lo valoró en algún momento? Admitió, por ejemplo, ¿sus derechos como padre? Muchas veces, la mujer no lo hace. No es únicamente

el comportamiento del hombre. El hombre también se comporta así como consecuencia del menosprecio o de la exclusión por parte de la mujer. Es como un círculo vicioso.

TEN HÖVEL En todo movimiento radical hay muchos puntos que no son tenidos en cuenta. Pienso que este hecho forma parte de su esencia. Si le entiendo bien, Ud. dice: a pesar de toda injusticia, se trata de que las mujeres honren lo masculino. ¿Es esto lo que Ud. comprende bajo una nueva cultura en el trato mutuo? ¿Qué tanto hombres como mujeres sepan honrar al otro sexo? ¿Y que las mujeres no asocien con lo masculino todos los males del mundo?

HELLINGER Lo acaba de formular de una manera muy bella.

«VELANDO POR LA GENERACIÓN SIGUIENTE»

Compromiso y compensación

TEN HÖVEL Ud. es terapeuta familiar. De aquí parece lógico que una y otra vez hable de madre, padre e hijo. Sin embargo, suena como si se excluyera una parte de la sociedad, a saber, aquéllos que no tienen hijos o pareja, o los que viven en otro tipo de comunidad de vida que no sea el matrimonio o la familia tradicionales. Esta gran variedad de estilos de vida corresponde mucho más a la realidad actual. Escuchándole a Ud., a veces parece que una mujer sin hijos sea algo desnaturalizado.

LO PERDIDO

HELLINGER Durante siglos era inevitable que la mujer tuviera que dar a luz a muchos hijos. En la Edad Antigua, cada mujer tenía que dar a luz a cinco hijos para asegurar la supervivencia de una ciudad. Era algo que formaba parte de la vida normal. Ya no podemos ni imaginarnos la vida de aquellos hombres y mujeres, aquella proximidad a la muerte temprana. No obstante, eran alegres y sanamente sensuales.

Tanta vida únicamente puede desplegarse con una muerte correspondiente. Cuando ya no hay tanta muerte, tampoco puede haber tanta vida nueva. Expresado con cinismo: dado que los grandes logros médicos nos salvan de la muerte temprana, también perdemos aquella otra plenitud.

Hoy en día es impensable tener cuatro o cinco hijos como norma. Por tanto, por nuestra situación nos vemos obligados a emprender otro camino: muchas parejas no tienen hijos y también hay muchas personas solteras; en nuestra situación es lo adecuado.

Lo curioso es que muchos que siguen un camino sin hijos piensen que han elegido un camino mejor para ellos mismos. Quizás no se den ni cuenta de que se trata de un camino necesario, predeterminado por un desarrollo global. Y aún otro hecho pasa desapercibido para ellos: aunque se sientan bien, se hallan excluidos de algo importante.

TEN HÖVEL ¿Aquí se refiere a las mujeres y parejas sin hijos?

HELLINGER Antes, las mujeres —y también los hombres— encontraban su plenitud teniendo muchos hijos. No tenían otra posibilidad. Hoy en día, cuando la mujer no tiene más que un hijo, no se siente realizada en la familia. Si no tiene ningún hijo, aún menos. Así, busca otros campos de trabajo que le permitan desarrollar su potencial. Es lo que corresponde. Ahora

bien, esa plenitud profunda, como la tienen mujeres con muchos hijos, no se alcanza de esta manera.

Rilke lo describe a su manera. Vamos perdiendo la Naturaleza. Se está perdiendo el vasto espacio. Se está perdiendo la variedad. La tierra se va empobreciendo. Mucho de lo que hubo ha desaparecido y sólo nos queda su recuerdo. Pero a nuestro alrededor ya no está. El dolor por esta pérdida devuelve algo de la riqueza perdida y de su profundidad a aquello que aún nos queda.

Cuando una mujer se da cuenta de que la maternidad en toda su plenitud ya no está a su alcance, y si lo vive como una pérdida, asintiendo a ella a pesar de todo, este dolor y la renuncia le permiten recuperar algo de las posibilidades perdidas. Enriquecen sus otras actividades. Cuando con esta conciencia de la pérdida ejerce una profesión, se siente realizada en el trabajo, pero de manera distinta que diciendo con desprecio: « ¡Para qué hijos, iglesia y cocina!», o considerando un progreso lo que en realidad significa también una pérdida.

No es que pudiéramos o tuviéramos que cambiarlo; eso no es posible. Pero esta mirada a lo perdido, el darle un lugar en nuestros corazones, el recordarlo y, junto a este recuerdo, afrontar aquello que se nos ofrece como posibilidades — eso tiene profundidad.

TEN NÖVEL Así, lo que Ud. hace en el marco terapéutico con constelaciones familiares, es decir, volver a integrar a los muertos no reconocidos y honrados, también tiene una cierta correspondencia en el nivel social?

HELLINGER Aún no lo he mirado desde este ángulo, pero le doy la razón. Existe una plenitud teniendo en cuenta lo perdido, sin que éste siga viviendo o pueda ser recuperado.

TEN HÖVEL ¿No es tampoco ninguna nostalgia en el sentido de: antes, todo era mejor? ¿Ni tampoco la negación de lo pasado, siguiendo el lema de: hoy en día, todo es mejor que antes?

HELLINGER Es sin superioridad, sin nostalgia, pero también sin la pretensión de restauración, como si lo antiguo pudiera ser restablecido. Es posible frenar determinados desarrollos, es posible conservar un máximo, pero pensar que se podría salvar todo, me parece ilusorio.

TEN HÖVEL Antes empleó una palabra que de su boca me suena desacostumbrada: el compromiso. Y también habló de actuar para bien. Por tanto, ¿también para Ud. hay algo así como un compromiso? Sus comentarios sobre el gran número de «comprometidos» hasta ahora han sido más bien negativos, porque éstos muchas veces se sienten superiores. ¿Cuál es su concepto de compromiso?

HELLINGER Es la preocupación por las generaciones que nos siguen. Ésta es una preocupación que corresponde a una persona adulta. Por ejemplo, que a los niños les vaya bien, que tengan las posibilidades que para su desarrollo necesitan.

TEN HÖVEL ¿Eso no sólo afecta a los padres?

HELLINGER No. Toda plenitud nace de esta preocupación. También en política, lo decisivo es la preocupación por la generación siguiente. Es una preocupación sin nerviosismo, con toda tranquilidad. Es una compensación. Es decir: tomo lo que de mis padres recibí, y los honro dejando que de mí rebose y pase a otros.

Así, por ejemplo, después de un trabajo terapéutico, muchas veces me imagino: ¿Cómo se encontrarán los niños después de que sus padres hayan trabajado conmigo? Muchos niños se encuentran mejor. Eso me conmueve. Pero no es ningún compromiso en el sentido de que yo tome la iniciativa. Es como un sintonizar, recibir y volver a dar, con toda tranquilidad.

Es algo que se ve en los abuelos cuando están con sus nietos. Es una actitud relajada; pasan lo que tienen sin ningún tipo de exigencia. Para mí, ésta es una imagen hermosa, una imagen de madurez.

Quien se encuentra en el pleno apogeo de su vida, aún no tiene por qué actuar así. No tendría ningún sentido. Pero es hermoso reconocer que uno mismo se encuentra en medio de la corriente de la vida, de la que uno nace, forma parte y pasa algo a otros.

TEN HÖVEL Sería algo así como una ética.

HELLINGER Si no fuera algo tan normal y corriente. Algo así no necesita decirse a nadie. Con la ética se exige también su cumplimiento. A un abuelo no le tengo que decir cómo tiene que tratar a sus nietos, ya lo sabe. Si aquí formulara una ética, quizás incluso me opondría a la corriente de la vida.

DAR UN GIRO AL DESTINO

TEN HÖVEL Ud. habla mucho de la entrega al destino. ¿Qué relación guarda esta entrega con el compromiso?

HELLINGER El destino es algo que está predeterminado para la persona, sin que pueda definirse exactamente. En el compromiso, la persona se siente llamada a algo.

TEN HÖVEL ¿Hay una vocación específica para cada persona?

HELLINGER Vocación es una palabra muy grande. Yo prefiero decir que estamos al servicio de algo más grande. Tiene que ver con la meta a la que una persona tiende. Por otra parte, el individuo se encuentra limitado por las circunstancias, por la enfermedad, por su constitución física, por el país, por el pueblo. Cada uno se desarrolla en el marco de lo que le viene dado. Cuando asiente a estos límites, de ahí gana fuerzas para una vida en plenitud.

Como terapeuta, con cada persona me pregunto: ¿A dónde le lleva su camino, en qué dirección? ¿Y dónde se encuentran sus límites? Así, lo guío para que asienta a estos límites. No doy lugar para la ilusión, como si sus sueños pudieran hacerse realidad. El destino también exige el asentimiento a las consecuencias del actuar y de la culpa personales. Que uno tenga esta pareja determinada, esta profesión, estos hijos. Que se vea limitado por una reducida expectativa de vida, que tienda al fracaso y que esto, quizás, también forme parte de su destino. También eso existe. Aquí no intervengo. Hago lo mismo que el otro también tiene que hacer: asiento a ese destino concreto. Justamente porque asiento, dentro de los límites establecidos también puedo encontrar caminos que ayuden a la persona.

TEN HÖVEL ¿No hay ninguna intervención que pueda dar un giro al destino?

HELLINGER Naturalmente. Lo que da un giro al destino no va en contra de este destino. A veces, con este destino se da también la posibilidad de un giro. Pero si veo que aún no es el tiempo de hacerlo, no hago nada.

TEN HÖVEL Eso sería más bien premoderno o postmoderno. El hombre moderno parte de la idea de que su vida está en sus manos, que él mismo determina su suerte. También se dice: tú mismo te creas tu vida. En el marco de este destino, ¿no existe también algo como una creación personal de felicidad y desdicha?

HELLINGER Naturalmente existe. Pero también existe el otro camino de seguir y entregarse a la corriente. Cuando alguien nota que está llamado a un servicio y se entrega a ese movimiento, llega a caminos que no podía haberse imaginado. La meta no está clara y los pasos siguientes aún no se vislumbran. La persona sintoniza con el movimiento, pero sin saber exactamente adónde le lleva. Así, por regla general, se ve llevado hacia algo más grande, mucho más realizador, que no aquél que únicamente se fía de sí mismo. Ya que el querer hacer crea resistencias.

TEN HÖVEL Cuando habla de órdenes, me llama la atención que una y otra vez vuelve sobre este «sentirse mejor que otros». Esta actitud parece ser el motivo principal por el que el orden se trastorna. ¿Aún hay otros actos de una gravedad comparable?

HELLINGER Sí, pero en un sentido positivo. Cuando reconozco: todos tienen el mismo derecho a la pertenencia. No como un postulado, sino como un orden que actúa. Y: en el conjunto, cada uno tiene su lugar específico; nadie es mejor o peor por ser diferente.

«ORDEN DEL ALMA» Y MORAL

TEN HÖVEL. Éste es un orden del alma bastante amoral.

HELLINGER También se puede decir que es la moral más alta.

TEN HÖVEL Cuando digo amoral me refiero a que antes, una madre soltera estaba marginada, o una mujer que vivía en «concubinato», o un hombre homosexual. Los hijos ilegítimos eran silenciados — eran maneras de actuar que correspondían a la moral habitual de aquel entonces.

HELLINGER Esta moral es un medio para situarse por encima de otros. Todos los enfrentamientos violentos nacen de esta actitud fundamental: yo tengo más derechos que tú, yo puedo excluirte — son diferentes grados de aniquilación.

TEN HÖVEL Con amoral quiero decir: se trata de un sentimiento de orden y de igualdad absolutamente independiente de la moral vigente en la sociedad respectiva.

HELLINGER Exacto.

TEN HÖVEL Sin embargo, también significa que este «orden del alma» puede desbaratar la moral vigente. Por ejemplo, cuando pienso en el control rígido en un pueblo, o en la moral estrecha de los años 50 — hay situaciones sociales e históricas más predestinadas para este tipo de exclusión de otros.

HELLINGER Exacto. Por tanto, en cuanto aparece un trastorno, en cuanto un grupo ya no funciona como antes, el primer paso consiste en mirar ¿dónde hubo una persona excluida? Una vez encontrada, esta persona se integra nuevamente en el sistema.

TEN HÖVEL También Ud. tiene una idea determinada de aquello que es bueno, aunque diga: «Tomo el mundo tal como es». ¿Cómo se evita el sentirse mejor? ¿Qué es «bueno» para Ud.?

HELLINGER El criterio para lo bueno es éste: ¿Es un alivio o una alegría para otros? ¿Mitiga alguna necesidad? Pero también veo que muchas veces los demás se encuentran mejor si me contengo, si no intervengo en asuntos ajenos. Por tanto, no sólo se trata del actuar fructífero, sino también del dejar fructífero.

TEN HÖVEL Hay una amplia discusión pública a raíz de su trabajo. ¿Cómo reacciona Ud. ante los ataques a sus afirmaciones?

HELLINGER De una manera muy simple: si alguien causa algo bueno con su crítica, asiento a ello.