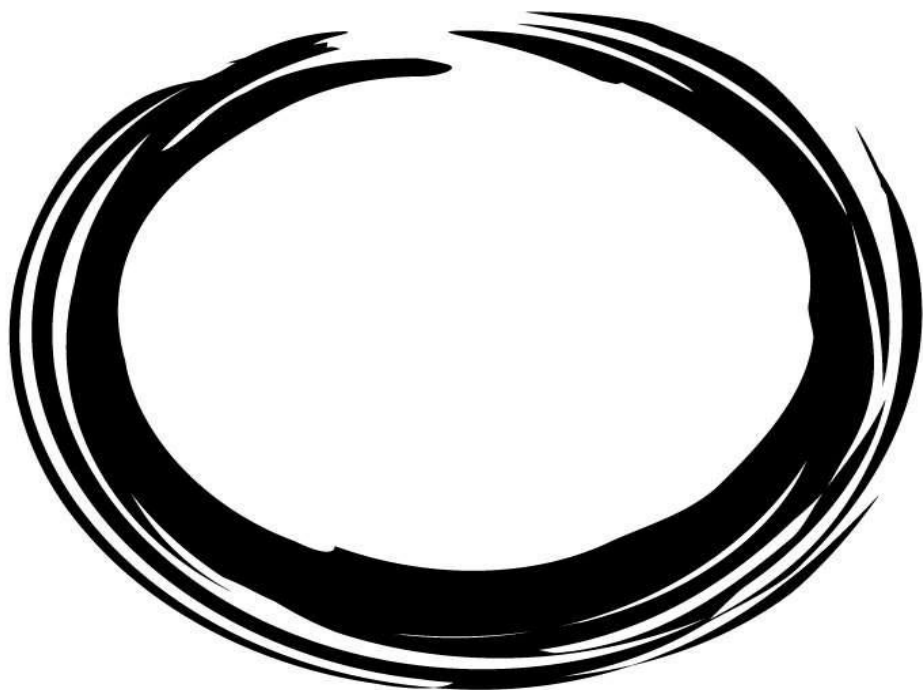


Bert Hellinger

los órdenes
de la ayuda



Un libro didáctico

Alma Lepik
EDITORIAL

Índice

Sabiduría

Acerca de este libro

INTRODUCCIÓN: ¿Qué significa ayudar?

La ayuda como compensación

El primer orden de la ayuda

El segundo orden de la ayuda

La imagen primaria de la ayuda

El tercer orden de la ayuda

El cuarto orden de la ayuda

El quinto orden de la ayuda

La percepción especial

Observación, percepción, comprensión,
intuición,

Concordancia

TALLER DIDÁCTICO EN COLONIA, 2002

La rueda

Hijo psicótico

La psicosis como dolencia de un sistema

Luz y penumbra

Anexo

La prioridad del nuevo sistema

La ayuda más allá de transferencia y contratransferencia

Transferencia y contratransferencia

Valentía para percibir

El ángel de la guarda

Empatía sistémica

“Ahora dejamos que vuestro padre se vaya”

La actitud sistémica

Necesidad compulsiva de limpiarse

La otra ayuda

Preguntas

Transferencia y contratransferencia en niños

Manejar la violencia

El niño

Crecimiento interior

La comprensión

Acerca de las terapias breves

El temor

El lugar del ayudador

La dignidad

Menos es más

La cautela

Adicción

La muerte

La solución como logro: depresión

La retirada

Meditación: El alma da

TALLER DIDÁCTICO EN PALMA DE MALLORCA,

diciembre de 2002

Lo importante

Drogadicción

Ayudar en el ámbito judicial

Alucinaciones

Rueda breve

Los padres

El fantasma

Psicosis bipolar

Niño psicótico

El alma en toda su amplitud

¿Qué conduce a la psicosis?

Meditación: la reconciliación

La indignación

Juego mortal

La preocupación

El control

“Ve con los hombres”

Ejercicio: Ambos padres

La excusa

Gracias

Niño hiperactivo

Anexo: Bendición y maldición

CONSTELACIONES ESPECIALES DE UN TALLER

EN ROMA, mayo 2002

Acúfenos en ambos oídos

DE UN TALLER EN ATENAS, 2002

Amor secreto

DE UN TALLER EN ESTOCOLMO, 2002

Autismo

Anexo

DE UN TALLER DIDÁCTICO EN FORT

LAUDERDALE, 2003

Trastorno de personalidad múltiple

TALLER DIDÁCTICO EN SALZBURGO, 2003

La formación

La salvación

La muerte

El hijo pródigo

La ayuda sistémica

El destino

La solución

“Tú eres mi destino”

La impotencia

Visita al cementerio con un niño

La plenitud de la felicidad

La ayuda más allá de los ayudadores

Paz para los muertos

Meditación: “El amor al destino”

“Yo no delato nada” (hipo)

La bendición

Croacia y Serbia

Reflexiones de cierre

JORNADAS DIDÁCTICAS EN MADRID, 2003

PRIMER DÍA

La ayuda lograda

La madre que falta

Ayudar en concordancia con los padres

La seriedad

Meditación: La mirada clara

La relación terapéutica

Ayudar en casos de depresión

La ayuda que libera a todos

La fuerza mayor

La prueba

Reflexiones: El amor de la persona que ayuda

Rabia asesina

Ir con la fuerza

La intervención paradójica

Comportamiento paralelo

España y Perú

Homeopatía y alopátia

El peligro

SEGUNDO DÍA

Permanecer en el amor

**Los movimientos sanadores del alma para la
esquizofrenia**

Madre heroinómana

Padre e hijo

La buena ayuda

JORNADAS DIDÁCTICAS EN ZURICH, 2003

El arte de la ayuda

La tristeza

La relación de triángulo

La ayuda sistémica

La acusación

La relación terapéutica

El ruso

La ayuda al servicio de la reconciliación

Comentario

Sinti y romanís

El duelo que libera

Lo adecuado

Las reglas básicas en la ayuda

Anexo

Despedirse de la transferencia

La dignidad

El aborto y sus consecuencias

La unión en el destino

El alma perdida

La salvación

El paso sanador

Miedos

“Nosotros los miramos”

La salida

La confesión

La cara diabólica

Morir en lugar de otro

El ayudador como guerrero

El orden

Cartas de “amor”

La retirada

El asentimiento

Meditación: “Estoy aquí”.

Perspectivas

El camino

Sabiduría

El sabio asiente al mundo tal cual es
sin temor ni intenciones.

Se ha reconciliado con lo efímero

y no busca llegar más allá de aquello que perece con la muerte.

Su mirada abarca el todo porque está en sintonía,

y únicamente interviene donde la corriente de la vida lo exige.

Sabe distinguir: ¿Esto va o esto no va?

Porque no tiene un propósito.

La sabiduría es fruto de una larga disciplina y del ejercicio,
pero quien la tiene, la tiene sin esfuerzo.

La sabiduría está siempre en camino,

y no llega a su meta por ir buscando.

Ella crece.

Acercas de este libro

¿Cómo nació este libro? En diferentes cursos didácticos de Constelaciones Familiares, los participantes refirieron en qué puntos sus intentos de ayudar a otros se toparon con límites. Juntos examinamos esos intentos para averiguar:

1. si la ayuda en sí era posible y admisible en aquellas situaciones concretas.

2. cuáles eran los pasos adecuados o necesarios.

En cuanto encontramos esos pasos fundamentales, terminamos nuestro trabajo de supervisión. De esta manera, juntos nos ejercitamos en ayudar tan sólo hasta donde el otro lo necesita, cuando lo esencial ha sido reconocido, de inmediato confiamos a la persona a su propia independencia. Así, en poco tiempo, los participantes se familiarizaron con una gran variedad de procedimientos. Al mismo

tiempo agudizaron su percepción a través de muchos ejemplos que les permitieron comprobar en ellos mismos los efectos de dichos procedimientos. Pudieron distinguir inmediatamente qué tipo de intervención ofrecía perspectivas de éxito. Al mismo tiempo, todos los participantes presentes se incluían en este proceso de percepción. En primer lugar, el presente libro se dirige a aquellas personas que profesionalmente ayudan a otros: médicos, psicoterapeutas, colaboradores de diferentes servicios sociales, maestros, párrocos, asesores de organizaciones. No obstante, en general la ayuda es algo humano. Por tanto, también se trata de un libro didáctico para muchos otros, por ejemplo, para padres.

En muchos ejemplos se muestran diferentes tipos de intervenciones de terapia breve.

El lector encontrará en este libro una gran variedad de destinos humanos, destinos que nos tocan. Si contactamos con ellos, nos hacemos más humanos y más humildes. Aquí experimentamos la vida en su diversidad y su grandeza. Dado que muchas soluciones resultan sorprendentes por su sencillez, también se trata de un libro alegre y liberador.

Bert Hellinger, Junio 2003

INTRODUCCIÓN: ¿Qué significa ayudar?

La ayuda es un arte. Como todo arte, requiere una destreza que se puede aprender y ejercitar. También requiere empatía con la persona que viene en busca de ayuda. Es decir, requiere comprender aquello que le corresponde y, al mismo tiempo, la trasciende y la orienta hacia un contexto más global.

La ayuda como compensación

Los humanos dependemos, en todos los sentidos, de la ayuda de otros. Únicamente así podemos desarrollarnos. Al mismo tiempo, también dependemos de ayudar a otros. Quien no es necesario, quien no puede ayudar a otros, acaba solo y atrofiado. La ayuda, por tanto, no sólo sirve a los demás, también nos sirve a nosotros

mismos.

Por regla general, la ayuda es mutua, por ejemplo en la pareja, y se regula por la necesidad de compensación. Quien recibió de otros aquello que deseaba y necesitaba, también quiere dar algo, para así compensar la ayuda.

Muchas veces, compensar mediante la devolución sólo es factible hasta un cierto límite, por ejemplo en relación a nuestros padres.

Lo que ellos nos dieron es demasiado grande como para poder compensarlo dando. Así, en relación a ellos, sólo nos queda reconocer el regalo y agradecerlo de todo corazón. En este caso, cuando pasamos lo recibido a otros -por ejemplo, a nuestros propios hijos-, logramos compensar a través del dar y también logramos la consiguiente descarga.

El dar y el tomar, por tanto, se mueven en dos niveles: por una parte, entre iguales, donde se mantienen en un mismo nivel y requieren reciprocidad. Por otra parte, entre padres e hijos o entre aventajados y necesitados, donde se presenta un desequilibrio. Aquí, el dar y el tomar se asemejan a un río que transporta más allá aquello que recoge. Este dar y este tomar son más grandes: su mirada abarca también lo posterior. En este tipo de ayuda, lo donado se expande. El ayudador se ve transportado e integrado en algo más grande, más rico y duradero.

Esta ayuda supone que antes hayamos recibido y tomado nosotros mismos. Sólo así sentimos la necesidad y la fuerza de ayudar también a otros, sobre todo cuando esta ayuda nos exige mucho. Al mismo tiempo supone que aquellos a quienes pretendemos ayudar necesitan y desean aquello que somos capaces de, y nos disponemos a, darles. De lo contrario, la ayuda resulta vana; separa en lugar de unir.

El primer orden de la ayuda

El primer orden de la ayuda significa, por tanto, que uno sólo da lo que tiene, y sólo espera y toma lo que realmente necesita.

El primer desorden en la ayuda comienza cuando uno pretende dar lo que no tiene y otro quiere tomar lo que no necesita. O cuando uno espera y exige de otro lo que éste no le puede dar porque no lo

tiene. O también, cuando uno no debe dar, ya que asumiría en lugar de otro algo que sólo éste puede o debe llevar o hacer. Así, pues, el dar y el tomar tienen límites. Percibir esos límites, y respetarlos, forma parte del arte de la ayuda.

Esta ayuda es humilde; muchas veces, ante determinadas expectativas, o también ante el dolor, renuncia a ayudar. Lo que este paso exige, tanto de la persona que ayuda como de quien busca ayuda en ella, se nos muestra claramente en el trabajo con Constelaciones Familiares. Esta humildad y esta renuncia contradicen muchos conceptos convencionales de la ayuda adecuada y frecuentemente exponen al ayudador a graves reproches y ataques.

El segundo orden de la ayuda

Por una parte, la ayuda está al servicio de la supervivencia, y por la otra sirve al desarrollo y al crecimiento. Supervivencia, desarrollo y crecimiento dependen de circunstancias especiales, tanto externas como internas. Muchas circunstancias externas nos vienen dadas y no son modificables, por ejemplo una enfermedad hereditaria o también las consecuencias de determinados sucesos, o de una culpa propia o ajena.

Si la ayuda pasa por alto, o no quiere admitir, las circunstancias externas, queda destinada al fracaso. Esto se aplica aún más a las circunstancias de carácter interno. Entre ellas cuentan la misión personal concreta y especial, las implicaciones en destinos de otros miembros de la familia, y el amor ciego que, bajo la influencia de la conciencia, sigue sujeto al pensamiento mágico. En cada caso concreto esto significa algo ya descrito en detalle en mi libro “Órdenes del amor”, capítulo “Del cielo que enferma y la tierra que sana”

A muchos ayudadores puede parecerles duro el destino de otro y desearían modificarlo. Pero muchas veces no porque el otro lo necesite o desee, sino porque a ellos mismos les resulta difícil soportar este destino. Cuando el otro, a pesar de todo, se deja ayudar por ellos no es tanto por su propia necesidad, sino por su deseo de ayudar a los ayudadores. Así, esta ayuda se convierte en un tomar, y el aceptar la ayuda, en un dar.

El segundo orden de la ayuda significa, por tanto, que uno se somete a las circunstancias, y sólo interviene hasta donde ellas lo permitan. Esta ayuda se contiene y tiene fuerza.

El desorden en la ayuda sería aquí negar o tapar las circunstancias en lugar de afrontarlas junto con la persona que busca ayuda. La pretensión de ayudar en contra de estas circunstancias debilita tanto al ayudador como a la persona que espera la ayuda. Lo mismo le ocurre a la persona a quien se le ofrece ayuda, e incluso a quien se ve obligado a aceptarla.

La imagen primaria de la ayuda

La imagen primaria de la ayuda es la relación entre padres e hijos, sobre todo, entre la madre y el hijo. Los padres dan y los hijos toman. Los padres son grandes, superiores y ricos; los hijos son pequeños, necesitados y pobres. Pero dado que padres e hijos se aman profundamente, el dar y el tomar entre ellos puede ser casi ilimitado. Los hijos pueden esperar de sus padres casi todo. Los padres están dispuestos a darles casi todo a sus hijos. En la relación entre padres e hijos, las expectativas de los hijos y la disposición de los padres de satisfacerlas son necesarias y, por tanto, buenas. Pero sólo son buenas mientras los hijos sean pequeños. A mayor edad de los hijos, los padres les ponen límites en los que pueden experimentar fricciones y también madurar. En este caso ¿son los padres menos amorosos con sus hijos? ¿Serían mejores padres si no les pusieran límites? ¿O es que justamente así se muestran como buenos padres, exigiendo de sus hijos algo que los prepara para la vida como adultos? Muchos hijos se enfadan con sus padres, porque preferirían conservar la dependencia original. Pero justamente en esta contención que frustra las expectativas de sus hijos, los padres les ayudan a liberarse de la dependencia para, paso a paso, actuar bajo su propia responsabilidad. Sólo así los hijos asumen su lugar en el mundo de los adultos y, de personas que toman, pasan a ser personas que dan.

El tercer orden de la ayuda

Muchos ayudadores, por ejemplo en psicoterapia o en servicios sociales, ante personas que buscan ayuda, creen que deberían ayudarles como algunos padres lo hacen con sus hijos. Por otra parte, muchas personas que buscan ayuda esperan que los ayudadores se dirijan a ellos como padres a sus hijos, para así recibir de ellos lo que de sus padres siguen esperando o exigiendo.

¿Qué ocurre cuando los ayudadores responden a estas expectativas?

Se embarcan en una larga relación. ¿Y dónde lleva esta relación?

Los ayudadores acaban en la misma situación que los padres en cuyo lugar se colocaron con su deseo de ayudar de esta forma. Paso a paso tienen que poner límites o frustrar a aquellos que buscan ayuda. Así, los clientes muchas veces desarrollan hacia los ayudadores los mismos sentimientos que antes albergaban hacia los padres. De esta manera, los ayudadores que se situaron en el lugar de los padres o incluso pretendían ser los mejores padres, en los ojos de los clientes acaban siendo iguales que sus padres.

Muchos ayudadores permanecen atrapados en la transferencia y contratransferencia del hijo a los padres, dificultando a los clientes la despedida de sus padres y también de ellos mismos.

Al mismo tiempo, una relación según el ejemplo de la transferencia hijo-padres también obstaculiza el desarrollo y la maduración personal del ayudador. Lo explicaré en un ejemplo:

Cuando un hombre joven se casa con una mujer mayor, muchos reciben la imagen de que está buscando sustituir a su madre. ¿Y qué busca ella? A un sustituto de su padre. Lo mismo se da también a la inversa. Cuando un hombre mayor se casa con una chica joven, muchos dicen que ella se ha buscado un sustituto de su padre. ¿Y él? Él ha buscado sustituir a su madre. Es decir, por muy extraño que suene, quien se mantiene largamente en una posición superior e incluso la busca e intenta conservarla, se niega a ocupar su lugar de igual a igual entre adultos.

No obstante, existen situaciones en las que durante un breve tiempo resulta beneficioso que un ayudador represente a los padres, por ejemplo cuando es necesario que el movimiento amoroso,

interrumpido a una edad temprana, sea retomado y completado. (1) Sin embargo, a diferencia de la transferencia hijo-padres, los ayudadores representan aquí a los padres verdaderos, sin pretender sustituirlos como si fueran una mejor madre o un padre mejor. Por eso, los clientes tampoco necesitan desligarse de ellos. Los ayudadores mismos los conducen a sus padres verdaderos. Así, ambas partes permanecen libres.

Lo mismo se aplica a la ayuda para niños. Cuando los ayudadores sólo representan a los padres, los clientes pueden sentirse cobijados con los ayudadores, ya que no pretenden ocupar el lugar de los padres.

(1) Cuando un niño pequeño no pudo estar con la madre o el padre, aunque los hubiera necesitado urgentemente y anhelara volver con ellos -por ejemplo en caso de una estancia prolongada en el hospital- el anhelo del niño se convierte en dolor, desesperación y rabia.

A partir de esta experiencia, el niño se retira de los padres y, más tarde, también de otras personas, aunque anhele estar con ellas. Estas secuelas de una interrupción temprana del movimiento amoroso se superan retomando el movimiento original y completándolo. En este caso, el ayudador representa a la madre o al padre de aquel entonces, y el cliente, como el niño de entonces, puede llevar a cabo el movimiento interrumpido en aquel momento.

El tercer orden de la ayuda significa, por tanto, que ante un adulto que acude en busca de ayuda, el ayudador se presente también como adulto. De esta forma rebate los intentos de colocarlo en el papel de madre o de padre. Es comprensible que muchos reciban esto como dureza y lo critiquen. Paradójicamente, esta “dureza” se clasifica como arrogancia aunque, bien mirado, en una transferencia hijo-padre, el ayudador es mucho más arrogante.

El desorden en la ayuda consiste aquí en permitir que un adulto demande al ayudador tal como un niño lo hace con sus padres, y permitirle al ayudador tratar al cliente como si fuera un niño, asumiendo en su lugar asuntos cuyas responsabilidades y consecuencias únicamente puede y debe asumir él.

El reconocimiento de este tercer orden de la ayuda marca la diferencia más profunda entre el trabajo con Constelaciones Familiares y la Psicoterapia convencional.

El cuarto orden de la ayuda

Bajo la influencia de la Psicoterapia clásica, muchos ayudadores tratan al cliente como si fuera un individuo aislado. También caen con facilidad en el peligro de la transferencia hijo-padres. Sin embargo, el individuo es parte de una familia. Sólo cuando el ayudador lo percibe como parte de su familia, también percibe a quién necesita el cliente y a quién, quizá, le debe algo. Si el ayudador ve a la persona junto con sus padres y antepasados, quizá también con su pareja y sus hijos, lo percibe tal como es en realidad. Así también percibe y comprende quién es, en esta familia, la persona que necesita primero su respeto y su ayuda; a quién se ha de dirigir el cliente para darse cuenta cuáles son los pasos decisivos, y darlos.

Es decir, la empatía del ayudador ha de ser menos personal y, sobre todo, más sistémica. No se establece ninguna relación personal con el cliente. Éste sería el cuarto orden de la ayuda.

Aquí, el desorden en la ayuda sería no mirar ni reconocer a otras personas decisivas que, por así decirlo, tienen en sus manos la clave para la solución. Entre ellos cuentan, sobre todo, aquéllos que fueron excluidos de la familia porque, por ejemplo, son considerados una vergüenza para ella.

También aquí existe el peligro de que el cliente reciba esta empatía sistémica como dureza, sobre todo aquél que aborda a sus ayudadores con demandas infantiles. En cambio, quien busca ayuda de una forma adulta, recibe este procedimiento sistémico como liberación y como fuente de fuerza.

El quinto orden de la ayuda

El trabajo de Constelaciones Familiares une aquello que antes estaba separado. En este sentido se halla al servicio de la reconcilia-

ción, sobre todo, con los padres. A ella se opone la distinción entre miembros buenos y malos de la familia, tal y como la establecen muchos ayudadores bajo la influencia de su conciencia y de la opinión pública, igualmente condicionada por los límites de dicha conciencia. Así, por ejemplo, cuando un cliente se queja de sus padres o de las circunstancias de su vida o de su destino, y cuando el ayudador adopta como propia esta visión del cliente, más bien se encuentra al servicio del conflicto y de la separación que de la reconciliación. Por tanto, la ayuda al servicio de la reconciliación sólo es posible para quien inmediatamente da un lugar, en su corazón, a la persona de la cual el cliente se queja. De esta manera, el ayudador anticipa aquello que el cliente aún tiene que lograr.

El quinto orden de la ayuda sería, pues, el amor a toda persona tal como es, por mucho que se diferencie de mí. De esta manera, el ayudador abre su corazón para el otro. Se convierte en una parte suya. Y lo que se ha reconciliado en su corazón, también puede reconciliarse en el sistema del cliente.

El desorden en la ayuda sería aquí juzgar al otro; en la mayoría de los casos esto equivale a una sentencia, y la consecuente indignación desde la moral. Quien realmente ayuda, no juzga.

La percepción especial

Para poder actuar según los órdenes de la ayuda, se requiere una percepción especial. Lo que aquí acabo de decir de los órdenes de la ayuda no se debe aplicar de forma estricta ni metódica. Quien pretende actuar de esta manera, piensa en lugar de percibir, reflexiona y se basa en experiencias anteriores en lugar de exponerse a la situación en su totalidad para así captar lo esencial. Por tanto, esta percepción abarca ambos elementos: está enfocada y, a la vez, libre de intenciones.

En esta percepción me focalizo en una persona, pero sin ninguna intención concreta más allá del deseo de captar a esa persona de una forma abarcativa y en relación al actuar que se le presenta como siguiente paso necesario.

Esta percepción nace del centramiento interior. En él abandono

el nivel de las reflexiones, de las intenciones, de las distinciones y de los temores. Me abro para algo que me mueve inmediatamente, desde dentro. Quien alguna vez, como representante en una Constelación, se abandonó a los movimientos del alma, viéndose dirigido e impulsado por ellos de una manera absolutamente sorprendente, sabe de qué estoy hablando. Percibe algo que, más allá de los conceptos habituales, le capacita para realizar movimientos precisos, para escuchar en su interior, para percibir imágenes internas y sentimientos insólitos. Estos movimientos le dirigen desde fuera y desde dentro al mismo tiempo. Aquí, la percepción y el actuar coinciden. Esta percepción, por tanto, es menos receptiva y representativa, es productiva. Conduce a la acción y se amplía y profundiza en el hacer.

Por regla general, el tiempo que dura la ayuda desde esta percepción es corto. Se centra en lo esencial, muestra el siguiente paso y se retira rápidamente para inmediatamente dejar al otro con su propia libertad. Es una ayuda que se presta de paso. Se da el encuentro, surge una indicación, y cada uno sigue su camino. Esta percepción reconoce cuándo está indicada la ayuda y cuándo más bien resulta perjudicial, cuándo incapacita en lugar de impulsar, cuándo sirve más para satisfacer la propia necesidad, no la del otro. Es una ayuda humilde.

Observación, percepción, comprensión, intuición, concordancia

Quizá sea útil describir brevemente las diferentes formas del conocimiento, para que, a la hora de ayudar, podamos en lo posible recurrir a ellas y elegir las más adecuadas. Comenzaré por la observación.

La observación es nítida, exacta y enfocada en el detalle. Por ser tan exacta, también es limitada. En ella se pierde el contexto, tanto el próximo como el más extenso. Por ser tan exacta, resulta cercana, aprehensiva, invasiva y, de alguna manera, también implacable y agresiva. Ella es la premisa de las ciencias exactas y de la tecnología moderna resultante.

La percepción es distanciada. Necesita la distancia, capta varios elementos a la vez, tiene una visión extensa y global, ve los detalles en su contexto y en su lugar. Sin embargo, en lo que a los detalles se refiere, es imprecisa.

Éste sería un lado de la percepción. El otro sería su comprensión de lo observado y percibido. Comprende el significado de una cosa, de un asunto o de un proceso observado y percibido. La percepción, por así decirlo, mira detrás de lo observado y percibido, comprende su sentido. A la observación y percepción externas se suma, pues, una comprensión.

La comprensión supone una observación y una percepción previas. Sin observación ni percepción, tampoco nace comprensión alguna. O a la inversa: sin comprensión, lo observado y percibido queda sin contexto. Observación, percepción y comprensión forman un todo. Sólo donde las tres confluyen, nuestra percepción nos permite actuar con sentido, sobre todo, ayudar con sentido.

A la realización y al actuar muchas veces se suma un cuarto elemento: la intuición. Ella guarda relación con la comprensión, se parece a ella, pero no es lo mismo. La intuición es la comprensión repentina del actuar que se impone como siguiente paso necesario.

La comprensión muchas veces es generalizada, comprende todo el contexto y el proceso completo. La intuición, en cambio, reconoce el siguiente paso y es exacta. La relación entre intuición y comprensión es similar a la relación entre observación y percepción.

La concordancia es la percepción desde el interior, en un sentido amplio. También la concordancia se orienta hacia el actuar. Es similar a la intuición, sobre todo, hacia el actuar en la ayuda. La concordancia me pide sintonizar con el otro, vibrar en una misma sintonía, para así comprenderlo. Para comprenderlo, tengo que sintonizar también con su origen, sobre todo con sus padres, pero también con su destino, sus posibilidades, sus límites –también con las consecuencias de sus actos, con su culpa y, finalmente, con su muerte.

Así, pues, en la concordancia me despidió de mis propias intenciones, de mi propio juicio, de mi super ego y de aquello que éste me exige como deber. Es decir, entro en concordancia conmigo y también con el otro. De esta forma, también el otro puede entrar en

concordancia conmigo sin perderse, sin tener que temerme. En esta concordancia con el otro, a la vez puedo quedarme conmigo. No me entrego ni me rindo ante él; en la concordancia con él mantengo la distancia, y justamente así puedo percibir qué puedo y debo hacer a la hora de ayudarlo. Por tanto, la concordancia también es pasajera. Sólo dura mientras dura el actuar en la ayuda. Después, cada uno vibra nuevamente a su manera especial. Así, en la concordancia tampoco se da la transferencia ni la contratransferencia. No se da la llamada relación terapéutica, tampoco se asumen responsabilidades en lugar del otro. Cada uno permanece libre del otro.

TALLER DIDÁCTICO EN COLONIA NOVIEMBRE DE 2002

La rueda

HELLINGER al grupo Éste es un seminario didáctico. No hago terapia, sino formación. Más o menos, naturalmente.

Para empezar, quisiera explicar algo acerca del procedimiento básico. Normalmente trabajamos en una rueda. Rueda significa que vamos pasando de participante en participante. Cada uno tiene la misma oportunidad de decir cuál es el asunto que trae y cuál es su demanda. La rueda es un instrumento importante para trabajar con individuos en un grupo, de manera que todos conserven su dignidad. Nadie puede intervenir para alabar o para criticar a otro, ni lo uno ni lo otro. Así, el individuo permanece independiente de los demás y puede posicionarse claramente con lo que desea decir, sin necesidad de justificarse.

Sólo yo intervengo para abordar la demanda de un cliente. Siempre intervengo cuando lo esencial se pierde de vista, por ejemplo, cuando una persona empieza a hablar de sus sentimientos. Quiero tener en cuenta que nuestra meta aquí es el aprendizaje. Por tanto, no permito que nadie atraiga la atención sobre él mismo. Coordino este seminario de forma que todos puedan conocer y aprender al máximo.

Hijo psicótico

HELLINGER a la primera participante ¿De qué se trata?

Al ver que la participante comienza a leer su respuesta de una hoja. Nunca escucho cuando alguien lee algo preparado. Ésta ya sería la primera experiencia de aprendizaje aquí. Lo que uno lee como texto preparado se puede olvidar, porque la persona no lo dice desde el contacto con su alma.

A la participante Bien ¿de qué se trata?

PARTICIPANTE Se trata de mi paciente. Es de Yugoslavia y acudió a mí por una crisis matrimonial. Tiene dos hijos. Hace un año, el hijo menor desarrolló una psicosis. Hace un año, empezó también la crisis en la relación de pareja.

HELLINGER De acuerdo.

PARTICIPANTE ¿Quieres que diga algo más al respecto?

HELLINGER No, no necesito saber nada más.

Al grupo La palabra clave ya se mencionó: se trata de la psicosis de un hijo.

A la participante ¿Qué edad tiene el chico?

PARTICIPANTE 19 años.

HELLINGER Hace poco, Franz Ruppert publicó un libro muy bello –*Verwirrte Seelen* (Almas confusas, nota de la traductora)– donde muestra de manera convincente que los trastornos psicóticos no son enfermedades, sino tienen que ver con el alma, más concretamente, con el alma familiar. Por eso podemos abordar estos casos sistémicamente, a través de Constelaciones Familiares y los movimientos del alma, para así encontrar, quizá, una buena solución.

La psicosis como dolencia de un sistema

En primer lugar, la psicosis no es ninguna dolencia de un individuo, es la dolencia de un sistema. Desde el taller con pacientes con psicosis, documentado en mi libro *Liebe am Abgrund* (Amor al borde del abismo, nota de la traductora) y en los vídeos con el mismo título, pude ver cada vez más claramente que detrás de una psicosis –y por regla general, nos referimos en estos términos a una esquizofrenia– se encuentra un asesinato en la familia, muchas veces, un

asesinato silenciado. (2)

1. El afectado, o la familia en conjunto, están confusos porque simultáneamente tienen que integrar en su alma a la víctima y al perpetrador. Esto lleva a la confusión, al trastorno. La solución sería que ambos, la víctima y el perpetrador, recuperasen su lugar en la familia. En primer lugar esto se da cuando colocamos al perpetrador y a la víctima el uno enfrente del otro, cuando se reconocen mutuamente y cada uno lleva al otro a su alma. Éste es un movimiento del alma que va mucho más allá de una mera Constelación Familiar.

(2) Bert Hellinger dio un taller para pacientes con psicosis y otros trastornos graves en Palma de Mallorca, en diciembre de 2002.

Este taller está documentado en vídeo: "Reconciliar la dualidad".

Nos conduce hacia otra dimensión, donde todos tienen el mismo lugar porque en relación al conjunto son igualmente importantes.

Luz y penumbra

Para nosotros, que pensamos que debemos seguir a nuestra conciencia, este paso resulta especialmente difícil. Sin embargo, contemplando la vida humana ¿qué personas suponen el mayor reto? ¿Qué personas impulsan el todo de manera decisiva? ¿Los buenos? ¿Los malos? ¿Los mansos o los violentos? ¿Lo luminoso o lo tenebroso? –Lo tenebroso está más cerca del fundamento de la vida.

Ésta es la experiencia de aprendizaje a la que nos acercamos a la hora de tratar con psicosis.

HELLINGER A la participante Trabajaré con este caso ahora. Siéntate a mi lado.

Al grupo En el fondo tengo toda la información. Un chico de 19 años desarrolló una psicosis y la familia es de Yugoslavia. Por supuesto nos hace pensar inmediatamente en todos los sucesos terribles que ocurrieron allí, desde la Primera Guerra Mundial hasta hoy.

La pregunta ahora sería: ¿Con quién empiezo? Sintonizo con el conjunto y pienso: ¿Con qué empiezo? Lo primero sería averiguar

dónde radica lo esencial ¿en la familia del padre o en la familia de la madre, o en ambas familias? Un método muy simple es elegir a representantes para el padre y para la madre y posicionarlos; a partir de ahí vemos qué ocurre. Por los movimientos de los representantes se mostrará dónde se encuentra lo esencial.

PARTICIPANTE ¿Puedo añadir algo? De hecho sé de dos asesinatos.

HELLINGER No lo quiero saber. Quiero mostrar cómo se averigua a través de la Constelación. Más tarde podrás confirmarlo y completarlo.

Elige a un hombre como representante para el padre, y a una mujer, como representante para la madre, posicionándolos el uno al lado del otro, a una distancia de tres metros. Ambos miran en la misma dirección.

HELLINGER al grupo No los posiciono en la Constelación como pareja, sino como individuos.

La madre mantiene los ojos cerrados, el padre mira al suelo.

Al grupo ¿En qué familia se encuentra lo decisivo? –En la del hombre.

Él mira al suelo, a una víctima. Por tanto, aquí hay perpetradores y víctimas en la familia.

Hellinger elige a una representante para una víctima y le indica que se estire de espaldas en el suelo, delante del padre.

La víctima se muestra inquieta, respirando con dificultad y moviendo los brazos sin cesar. Finalmente aparta los brazos del cuerpo y cierra los puños.

Al grupo La mujer cierra los puños. Ella es tanto víctima como perpetradora y, probablemente, será esquizofrénica.

La víctima empieza a dar golpes rápidos en el suelo con el puño derecho.

HELLINGER No debemos mirar ahora al padre como si él fuera el criminal. Solamente estuvimos buscando para ver en qué línea se hallaba lo decisivo. Como siguiente paso miraremos en qué generación se encuentra.

Ahora elige a varios hombres y los coloca en una fila de ancestros detrás del padre. Cada uno de ellos representa a toda una generación. A la representante de la madre le pide que se vuelva a sentar. La víctima se queda estirada en su lugar.

Al grupo Sólo debemos entregar a los representantes a sus propios movimientos, así veremos en qué generación ocurrió el suceso decisivo.

El abuelo, apretado contra la espalda del padre, apoya la cabeza en el hombro de éste. Luego, con los brazos caídos, deja caer todo su peso sobre el padre de tal manera que ambos están a punto de caerse hacia adelante. Hellinger lleva al padre unos pasos hacia delante. El abuelo cae al suelo y se tiende hacia la derecha.

HELLINGER Es en la generación del abuelo.

El representante del bisabuelo se apoya contra el ancestro a sus espaldas. Éste le sostiene para que no se caiga.

HELLINGER También en la generación del bisabuelo.

Elige a un hombre como representante de una segunda víctima y le pide que se estire delante del bisabuelo.

HELLINGER Ahora veremos qué ocurre entre perpetradores y víctimas.

La primera víctima mira hacia el bisabuelo y le tiende la mano. Éste, sin embargo, mantiene los ojos cerrados y se apoya con fuerza en el ancestro a sus espaldas.

Al grupo Lo que el bisabuelo muestra es un movimiento de huida.

No quiere mirarlo. Por eso, el ayudador interviene, no lo permite.

Hellinger empuja al bisabuelo hacia delante hasta que vuelve a mantenerse firmemente sobre sus propios pies. El bisabuelo, gimiendo y respirando con dificultad, mira al hombre que yace a sus pies.

Al grupo Los representantes no deben decir nada, es sumamente importante.

A continuación, Hellinger elige a un representante para el hijo esquizofrénico y lo introduce en la Constelación.

La primera víctima sigue inquieta y mantiene la mano izquierda tendida hacia el bisabuelo.

El bisabuelo respira con mucha dificultad y está a punto de vomitar. Su mirada se fija en el hijo.

Al grupo Cuando introduje al hijo, el bisabuelo empezó a mirar a él en lugar de la víctima. Eso significa que el hijo asume algo en lugar de él.

El bisabuelo baja lentamente al suelo y se estira al lado del represen-

tante de la segunda víctima, mirándolo.

Hellinger coloca al hijo más cerca del padre.

Al grupo Sacaré al hijo de la esfera de los perpetradores y de las víctimas. Así, ellos permanecen solos y la solución puede darse entre ellos. Entre ellos tiene que darse la solución.

Cuando Hellinger intenta colocar al hijo al lado de su padre, se da cuenta de que éste está temblando y quiere ir con el abuelo.

HELLINGER al padre Estás temblando. Acércate a tu padre.

El padre se acerca a su propio padre, se arrodilla a su lado y se inclina hacia él. La primera víctima todavía está muy inquieta.

Al grupo El padre se inclina hacia su padre. Pero puede ser que no se refiera a su padre, sino a alguien de la generación del padre.

—Ahora se inicia el proceso también en el cuarto ancestro: está cerrando el puño izquierdo. En él hay energía perpetradora, en el bisabuelo es posible que sólo sea energía de víctima.

El abuelo se ha girado, apartándose del padre y acercándose a la segunda víctima. Lo mira y lo acaricia.

Hellinger indica a los otros tres ancestros que vuelvan a sus asientos.

HELLINGER al grupo Ahora estamos con la escena esencial.

Al cabo de unos instantes, el padre se levanta, se acerca a su hijo y se pone a su izquierda. Ambos miran la escena que se desarrolla entre los ancestros.

Al grupo Ahora el padre puede retirarse, porque está claro quiénes son los verdaderos actores.

El cuarto ancestro mira al bisabuelo que yace en el suelo. Los dos se miran a los ojos. El bisabuelo se estira de espaldas y abre los brazos, tranquilizándose por completo.

Hellinger lleva al hijo delante del bisabuelo y del cuarto ancestro. El bisabuelo se incorpora respirando con dificultad, como asfixiado. El cuarto ancestro le sujeta y entre ambos empieza un forcejeo.

Al grupo Por los movimientos está claro que el bisabuelo fue ahogado o fue perpetrador y víctima a la vez. Por los movimientos, también podría ser eso.

El cuarto ancestro empuja al bisabuelo hacia el suelo. Éste vuelve a incorporarse con todas sus fuerza, clavando ambos brazos en el suelo.

HELLINGER al hijo Arrodíllate.

El hijo se arrodilla y se arrastra hacia el bisabuelo y el cuarto ancestro. Mientras pone la mano derecha en la espalda del bisabuelo, apoya la cabeza en el pecho del cuarto ancestro. Éste le rodea con el brazo. También el hijo abraza al cuarto ancestro. La primera víctima se va tranquilizando. HELLINGER al grupo Ésta es la sanación de la esquizofrenia. El hijo está con la víctima y con el perpetrador. Ahora, ambos confluyen en su interior para formar una unidad. Los otros dos, la segunda víctima y el abuelo, están en paz.

Al hijo Respira profundamente.

Al grupo La víctima está acariciando al hijo. Al cabo de unos instantes Ahora cesa la confusión.

Hellinger le pide al hijo que se levante y lo lleva unos pasos hacia atrás. La víctima lo sigue mirando.

HELLINGER al hijo Inclínate ante el perpetrador y la víctima.

El hijo se arrodilla y se inclina profundamente. En ese momento, el cuarto ancestro se estira en el suelo. El bisabuelo sigue incorporado.

Al grupo Ahora, el perpetrador se ha estirado en el suelo. Éste es el principio de la reconciliación para él.

Al hijo A ti te saco de su campo de visión y te llevo con tu padre, lo toma de la mano y lo lleva delante de su padre. Ambos se miran, radiantes.

Al grupo Con esto ya está.

El bisabuelo está apoyando la rodilla derecha en el suelo y mira hacia arriba.

Hellinger coloca a un hombre delante de él. El bisabuelo se levanta, se acerca a este hombre, lo abraza y apoya la cabeza en su pecho. Ambos permanecen largamente en este abrazo entrañable, meciéndose suavemente.

HELLINGER al cabo de unos instantes, al grupo Aquí podemos dejarlo.

A los representantes Quedaos todavía un poco como estáis.

Al grupo Si ahora preguntara a la terapeuta: “¿Qué pasó realmente?”. Y si ella lo supiera y lo contara ¿cuál sería el efecto? ¿Ayudaría o destruiría? Aquí hay secretos especiales que no concuerdan con mis teorías, o las nuestras. Por ejemplo, esto.

Hellinger indica al hombre que introdujo último en la Constelación y

que sigue abrazando al bisabuelo.

HELLINGER ¿Verdad que el alma agradece ver esto? En un trabajo como éste, una y otra vez nos vemos ante situaciones que nos obligan a contenernos y a ser humildes, asintiendo simplemente a lo que es.

—De acuerdo, ya está.

A los representantes Gracias a todos vosotros.

Al grupo Lo que acabamos de ver es el desarrollo ulterior de las Constelaciones Familiares.

A la participante ¿Para ti está claro?

TERAPEUTA Sí.

Anexo

Dos semanas después del seminario, Heinrich Breuer, el organizador del curso, escribió el siguiente comentario en una carta:

“Querido Bert, una información acerca de las Constelaciones. La compañera que trabajó el primer caso de supervisión (hijo psicótico con asesinatos en Yugoslavia) me llamó para contarme que la paciente vino a la siguiente sesión diciendo que quería hablar de los asesinatos en la familia del padre. Lo que salió en la Constelación se pudo verificar. Hasta entonces hubo sólo una historia de la familia de la madre que había suscitado sospechas de asesinato.

Como puedes ver, te anticipaste un poco a la terapia.”

La prioridad del nuevo sistema

HELLINGER Seguimos con la rueda.

UN PARTICIPANTE Se trata del tema de una pareja. No están casados. Y esto tiene también su razón, porque son medios hermanos. La pregunta que se plantea es cómo tratar este tema, porque al mismo tiempo son también pareja y aquí surgen los temas habituales entre un hombre y una mujer.

HELLINGER No necesito saber nada más.

Al grupo Tenemos toda la información importante.

Al participante ¿Tienen el mismo padre o la misma madre?

PARTICIPANTE El mismo padre.

HELLINGER De acuerdo. Necesitamos a un representante para el padre, a una representante para su primera mujer y a otra, para su segunda mujer. Así veremos qué ocurre.

Hellinger elige a los representantes y les indica que se posicionen como quieran.

La primera mujer inmediatamente se coloca al lado del hombre. La segunda mujer se posiciona en un lugar algo apartado, luego se aleja aún más, pero siempre manteniendo la mirada en los otros dos. La primera mujer toma al hombre del brazo y le sujeta. Ambos se miran.

HELLINGER al ver que la primera mujer quiere decir algo No digas nada, es importantísimo.

La primera mujer mira al suelo. Hellinger elige a representantes para los medios hermanos que conviven como pareja y los pone delante de los demás. La pareja se mira cariñosamente.

HELLINGER ¿Cuál es la solución para la pareja? Lleva al padre delante de su segunda mujer.

A la representante de la segunda mujer que mantiene los brazos cruzados.

Deja caer los brazos. Siempre que alguien cruza los brazos, evita contactar realmente con los sentimientos.

El hombre mira amablemente a la segunda mujer. Entremedio mira también a la primera mujer, después, a sus hijos, y luego de nuevo a la primera mujer. Ésta se va apartando a pasitos.

HELLINGER al representante del hijo que quiere ir rápidamente hacia el padre Poco a poco. Vuelve a tu lugar. Los movimientos del alma son muy lentos.

Al grupo Pero ya hemos visto de qué se trata. Los hijos hacen lo que el padre y su segunda mujer deberían hacer.

Al participante ¿Está claro para ti?

El participante asiente con la cabeza.

HELLINGER De acuerdo, ya está.

Al grupo No necesitamos llevarlo hasta el final, porque éste es un grupo de aprendizaje.

Naturalmente, la pregunta que se plantea es cómo se maneja este caso. ¿Qué le daría a él la fuerza para manejarlo? –Si le diera un lugar en su corazón a la segunda mujer.

Al participante Te será facilísimo.

El participante se ríe.

HELLINGER al grupo De hecho, el procedimiento sistémico significa darles un lugar a aquellos que están excluidos del sistema. Así ganan fuerza.

Por otra parte, aquí se acaba de mostrar otra ley sistémica importante: la segunda relación, si de ella nace un hijo, disuelve la primera relación. En un caso así, el hombre tiene que dejar a la primera mujer e ir con la segunda. Aquí, la primera mujer quería retener al marido. —Se muestra que los “órdenes del amor” siguen siendo válidos.

La ayuda más allá de la transferencia y contratransferencia

UN PARTICIPANTE Se trata de una mujer de unos 40 años. Tengo dificultades con ella porque por una parte...

HELLINGER No, ninguna interpretación. Tienes dificultades. Eso ya basta.

Al grupo Las interpretaciones siempre restan algo.

PARTICIPANTE Quería decir lo que hace, pero está bien.

HELLINGER No necesitamos esa información.

PARTICIPANTE En un principio viene a terapia porque...

HELLINGER No, lo que dijiste ya es suficiente.

Risas en el grupo.

HELLINGER al grupo Quisiera demostrarlo.

Elige a una representante para la cliente y la posiciona enfrente del participante.

El participante mira amablemente a la cliente. Al cabo de unos instantes, Hellinger coloca detrás de ella a otra mujer sin decir a quién representa. La cliente se gira brevemente para mirarla. Más tarde queda claro que la mujer representa a la madre de la cliente.

Al grupo ¿Habéis visto cómo cambió su cara cuando apareció ella?

Ahora va en serio. ¿Qué tiene que hacer para poder tratar bien a la cliente? Tiene que darle un lugar en su corazón a la madre de ella.

Al participante Hazlo ahora, para que veamos el efecto. Al cabo de

unos instantes, al grupo Ahora se terminó la transferencia.

A continuación, Hellinger coloca al participante al lado de la madre de la cliente. La cliente empieza a inquietarse.

HELLINGER Ahora va en serio para la cliente. Creo que ya es suficiente.

Al participante ¿Para ti está claro?

PARTICIPANTE Se ha mostrado exactamente la situación que tenemos en estos momentos.

HELLINGER Exacto. Ahora ponte detrás de la madre, eso es aún mejor. La madre respira profundamente.

HELLINGER La madre ha ganado fuerza.

Al cabo de unos instantes Bien, ya está.

A los representantes Quedaos así un momento, aún quisiera dar algunas explicaciones.

Transferencia y contratransferencia

Al grupo El trabajo sistémico se inicia en el alma de uno mismo.

Eso significa que no sólo miro al cliente o a la cliente, sino siempre también a su familia. Si esa familia recibe un lugar honroso en mi alma, me encuentro en plena concordancia y tengo la fuerza para hacer lo que haga falta. Y no se da ninguna transferencia. Esto es lo revolucionario en este procedimiento.

Hellinger les pide a las representantes y al participante que vuelvan a sus asientos.

Al participante ¿Está claro para ti?

PARTICIPANTE Casi me alegro de que la cliente esté tan enfadada conmigo.

HELLINGER ¿Ya lo está? Te felicito, lo conseguiste.

Risas en el grupo.

HELLINGER Pocos terapeutas resisten cuando un cliente se enfada con ellos. En un grupo es más fácil, pero aguantarlo en una terapia individual es difícil.

Quisiera explicarlo más detenidamente. Normalmente, en psicoterapia, cuando una persona acude al terapeuta y se presenta como necesitada ¿qué ocurre en ese momento? Se da una transferencia

del niño a los padres, y se da una contratransferencia del terapeuta hacia el cliente, como de un padre o una madre hacia su hijo. De esta manera se traza ya el camino para una larga terapia que está destinada a fracasar, a no ser que el cliente por fin se enfade con el terapeuta y se despida de la terapia por su propia iniciativa. Pero sólo pocos logran este paso.

El secreto del éxito –y éste es el gran arte– consiste en que el terapeuta, ya en un principio, provoque este enfado sanador negándose a entrar en la contratransferencia. Así, por ejemplo, le pide al cliente: “Cuéntame lo que pasó en tu familia”. De esta forma, inmediatamente el foco pasa del cliente a otro asunto. En cuanto el cliente ha referido lo que ocurrió en su familia, solemos saber inmediatamente qué se puede hacer. Se sabe, por ejemplo, quién fue excluido y quién debe ser integrado. En cambio, si el cliente empieza a hablar de sus sentimientos, diciendo por ejemplo: “Me siento fatal”, se inicia el “análisis interminable”.

Muchos reproches que se formulan contra el trabajo de Constelaciones Familiares, se presentan por parte de aquellos psicoterapeutas que sostienen el modelo de la transferencia y contratransferencia como máxima norma. Su resistencia es comprensible, porque para ellos se derrumba toda una visión del mundo.

Al participante Eres un buen terapeuta, lo captaste intuitivamente.

Valentía para percibir

PARTICIPANTE Se trata de un hombre joven que quisiera tener una familia propia, pero no sabe claramente si es gay o no. Su madre murió en el parto.

HELLINGER Es muy simple: primero, es gay, y segundo, no puede formar ninguna familia. Así se lo dices.

Carcajadas en el grupo.

Al grupo Sí, exacto. ¿Qué ocurre si se lo dice así? ¿Qué ocurre en el alma del otro? ¿Es más fuerte o más débil entonces? Naturalmente es más fuerte, y a partir de ahí puede actuar. En cambio, si le dice “investigaremos a ver si eres gay o no”, tardará diez años. Y entonces el tiempo para formar una familia de todos modos habrá pasado.

Por tanto, lo que se reconoce, también hay que decirlo. Vosotros también os disteis cuenta en seguida de que era gay. Yo lo dije, ésta es la diferencia.

Al participante ¿Puedo dejarlo así?

PARTICIPANTE Sí.

El ángel de la guarda

UNA PARTICIPANTE Se trata de dos hermanas. Una tiene un trastorno borderline. La otra consume drogas y alcohol. Son de padres diferentes. Uno de los padres es proxeneta. La madre fue asesinada y cometió un asesinato ella misma.

HELLINGER al grupo ¡Qué cantidad de información en pocas frases! Lo sabemos todo.

Al ver que la participante quiere añadir algo más No, no necesitas decir nada más. –Las hijas se mueren, eso lo tienes que saber. No puedes retenerlas.

La participante está muy conmovida y rompe a llorar. Al cabo de unos instantes, Hellinger elige a representantes para la madre y las dos hermanas. A la madre le indica que se estire de espaldas en el suelo. A las dos hermanas las posiciona de pie a su lado.

Después de un tiempo, la hermanas se juntan estrechamente.

HELLINGER a la hermana mayor Mira a la madre y dile: “Nosotras también vamos”.

PRIMERA HIJA Nosotras también vamos.

SEGUNDA HIJA Nosotras también vamos.

La hermana mayor mira a la menor que está mirando fijamente a la madre en el suelo.

HELLINGER Iros con ella y echaos a su lado.

Las hijas se estiran cada una a un lado de la madre.

La hija mayor gira hacia la madre. Ésta toma primero la mano de la hija menor que permanece echada de espaldas. Después toma también la mano de la hija mayor.

Al grupo Si las hijas no mueren, quizá se conviertan en asesinas.

Al cabo de unos instantes Aquí lo dejo. Silencio prolongado en el grupo.

HELLINGER ¿Notáis el impacto? ¿Qué ocurre si decís: “¡pero cómo puede decir eso!”? ¿Qué ocurre en vuestra alma?

A la participante ¿Y qué ocurre contigo? Por supuesto no hace falta que se lo digas, está claro. Pero tú lo sabes. Así estás seria, y sólo así tienes la plena fuerza.

Al grupo Sólo cuando se encara plenamente la verdad existe la posibilidad de que algo cambie quizá. Pero no cuando se tiene la esperanza de que de esta forma cambie algo. Hay que afrontar plenamente la realidad.

Para eso, en vuestra alma hace falta una reorientación en relación a la muerte. –Quizá sea un ángel, un ángel de la guarda.

Empatía sistémica

UNA PARTICIPANTE Soy educadora social y trabajo en una residencia tutelada para chicas del ámbito islámico de entre 14 y 21 años. Hace unos meses viví un conflicto grave allí. No lo presencié, pero me tocó tratar las secuelas. Dos hermanas turcas agredieron verbalmente y apalearon a una marroquí. Mi compañera tuvo que separarlas por la fuerza, con la ayuda de otros vecinos.

HELLINGER cuando la participante intenta seguir hablando No, no. La pregunta es: ¿Qué hay que hacer? –Hay que devolver a las hermanas turcas a Turquía.

PARTICIPANTE Tuvieron que abandonar inmediatamente la residencia.

HELLINGER No sólo eso. Deben volver a Turquía. Al ver que la cliente duda ¿Te das cuenta de la diferencia?

PARTICIPANTE Naturalmente es una diferencia.

HELLINGER Exacto. Entonces asumen las consecuencias enteramente.

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER Sin eso no hay solución posible. –¿De acuerdo?

PARTICIPANTE Mi pregunta en el fondo era otra.

HELLINGER al grupo Fue demasiado para ella. Ahora se añade el suavizante.

A la participante Aquí lo dejo.

Al grupo ¿A ella le ayudó? –No, pero si al menos fue de ayuda para

algunos de vosotros, el trabajo no fue en vano.

Hellinger mira a la participante largamente.

HELLINGER al grupo El caso de los educadores sociales y las personas que trabajan en profesiones sociales es que se hallan expuestos a un riesgo profesional especial. ¿Cuál es el riesgo? Están entrenados en una forma especial de empatía. En su origen, la empatía se orienta en el modelo de padres e hijos. Lo que significa empatía lo vemos en una madre y un padre en relación a su hijo.

Eso es empatía. Y lo mismo se espera en psicoterapia, que el terapeuta muestre la misma empatía que un padre o una madre para su hijo. Así tenemos de nuevo la transferencia y contratransferencia.

Esta empatía paraliza el actuar.

Existe también otro tipo de empatía: la empatía sistémica. Como ayudador no me fijo sólo en el cliente cuando dice algo o me pide empatía. Miro a su familia. Entonces me doy cuenta de quién necesita realmente mi empatía. Muchas veces, el cliente es el que menos la necesita. Todo lo contrario: muchas veces tengo que confrontarlo para que él mismo muestre empatía para otros en lugar de esperarla de mi parte.

Si estas hermanas se envían a Turquía ¿a quién le ayuda? A todos los demás en la institución. Las usuarias tendrán más cuidado, porque saben que determinados actos tienen amplias consecuencias.

De esta forma se crea un orden en el que pueden sentirse seguras.

A la participante En Alemania, estas hermanas no necesitan cambiar. En Turquía sí. Por tanto, la empatía con ellas exige que se les devuelva a su país.

“Ahora dejamos que vuestro padre se vaya”

UNA PARTICIPANTE Se trata de una familia de Kosovo con dos hijas de 10 y de 13 años. El padre está en prisión con una condena de 15 años. La madre está intentando averiguar por qué está en la cárcel. Hay medias verdades que van desde la violación hasta el atraco a mano armada y asesinato. La pregunta es: ¿Cómo pueden manejarse las hijas con esta situación? Fueron traumatizadas en la guerra de Kosovo y después llegaron a Alemania.

HELLINGER al grupo ¿Qué les daría fuerza a las hijas?

A la participante Tienen que volver a Kosovo.

PARTICIPANTE Hay amenazas de asesinato.

HELLINGER Sí, estas amenazas existen allí. Cuando asienten a este hecho, ganan fuerza. Así, los otros, los que lanzan las amenazas, se debilitan. Cuando se tiene miedo de ellos, ganan fuerza. Y se vuelven peores porque uno se somete a ellos.

Otro detalle. La madre tiene que decirles a las hijas: “Ahora dejamos que vuestro padre se vaya”.

La participante asiente con la cabeza.

HELLINGER Entonces ganan su plena fuerza. Pero aquí, en Alemania, pierden su fuerza.

Al grupo Quisiera volver sobre la empatía. Aquí podéis distinguir entre la empatía débil, que al final lo agrava todo, y la empatía con fuerza.

A la participante ¿Puedo dejarlo así?

PARTICIPANTE La mujer se pregunta si debería separarse del marido.

HELLINGER Tiene que separarse, eso es lo correcto.

Al grupo Cuando alguien tiene que asumir las consecuencias de una culpa grave, no puede esperar que otros también las lleven con él.

Eso lo debilita y, en este caso, también debilita a la mujer. Si él llevara solo la culpa, recuperaría su grandeza —y también su dignidad.

A la participante De esta manera le devuelves también su dignidad.

—¿Está bien así?

PARTICIPANTE Sí, está bien.

La actitud sistémica

UNA PARTICIPANTE Trabajo como terapeuta en una institución de Protección de Menores. En el trabajo individual con los chicos tengo una percepción muy clara, pero me cuesta darles instrucciones a los educadores del grupo que diariamente tratan con ellos, porque a veces tengo la percepción de que sería mejor no hacer nada.

HELLINGER ¿Se trata de otros que atienden a los mismos chicos?

PARTICIPANTE Son los educadores y yo soy la terapeuta. No

encuentro el lenguaje para traducir mi percepción de manera que ellos puedan recogerlo.

HELLINGER al grupo Mi imagen es que ella tiene que asentir a que los otros sean el destino de estos chicos.

A la participante Si asientes a ello y después te retiras ¿qué ocurre allí? –Les da miedo. Mientras tú te metas en el conflicto, ellos pierden de vista a los chicos. Así es en todas las luchas de poder.

Si dejas de luchar y asientes al destino de estos chicos con estos educadores, se asustan. Quizá ocurra algo bueno.

Al grupo En una institución en la que alguien forma parte de un grupo en el que diversos miembros trabajan con diferentes métodos, también hace falta la empatía sistémica.

A la participante Eso significa que interiormente asientas a que, por una parte, cada uno de ellos ya ha hecho mucho bien y, por otra parte, que los métodos que aplican también han hecho mucho bien hasta ahora. Reconociéndolo así, ya no necesitan defenderse.

Pero no debes sugerir nada. Éste es el trabajo sistémico y ésta es la actitud sistémica. El no actuar ante resistencias tiene un efecto increíble –si uno se mantiene en el presente.– ¿De acuerdo?

La participante asiente con la cabeza.

Necesidad compulsiva de limpiarse

UN PARTICIPANTE Tengo una cliente de casi 40 años. Tiene una grave manía de limpieza.

El trasfondo sistémico es...

HELLINGER No.

Cuando el participante protesta No quiero saberlo.

PARTICIPANTE Tampoco sé si ése es el trasfondo de su síntoma, pero es importante conocer su historia.

HELLINGER No.

Al grupo ¿Qué ocurre cuando me lo dice? Mi libertad para actuar se limita. Mi percepción ya no puede estar inmediatamente con aquello que se muestra.

Al participante ¿De acuerdo?

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER De acuerdo, miraremos a ver qué pasa.

Elige a una única representante y la posiciona.

La representante de la cliente dobla un poco las rodillas y mantiene la mirada fija en el suelo. Hellinger elige a un hombre y le indica que se estire de espaldas en el suelo, hacia donde la cliente está mirando.

Al grupo Estaba mirando allá. Cuando alguien mira al suelo, siempre mira a un muerto.

La cliente se ha incorporado. El muerto está sumamente intranquilo. La cliente, entre sollozos, respira con dificultad.

Al grupo Mirad sus manos.

La cliente tiene las manos agarrotadas. También el resto del cuerpo está crispado. La cliente intenta dar un paso hacia delante, hace el esfuerzo una y otra vez, pero no lo logra. Después cierra los puños, dobla los brazos y mantiene los puños cerrados sobre el pecho con un gesto tenso e inquieto, moviendo las manos sin cesar delante de su pecho. Hellinger coloca a una mujer enfrente de ella. La cliente deja caer los brazos, está algo más relajada, pero sigue llorando.

Al grupo Ahora cesa la tensión en ella. Quería comprobar si su comportamiento es de origen sistémico o personal.

Al cabo de unos instantes, Hellinger gira a la cliente, apartando su mirada de los otros dos. La cliente suspira profundamente y deja de llorar.

HELLINGER al participante ¿Puedo dejarlo así?

PARTICIPANTE Es una buena sensación, ya que la imagen de la representante correspondía exactamente a la impresión que me da la cliente. No obstante, me quedo con preguntas.

HELLINGER Tienes tarea ahora. –Está clarísimo que hubo un asesinato en el sistema. Al participante ¿De acuerdo?

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER a la representante de la cliente ¿Cómo te encuentras tú aquí?

CLIENTE Mirando hacia adelante y no hacia abajo o hacia atrás, me encuentro bien.

HELLINGER Exacto. Gracias.

A los representantes Gracias a todos vosotros.

Al participante Esto no lo habrías sacado a la luz con la historia que me querías contar.

Al grupo La Constelación lo saca a la luz si se procede con mucho cuidado. No se hace más que lo estrictamente necesario.

La otra ayuda

Ésta es la diferencia de las Constelaciones Familiares convencionales: aquí, el alma toma el mando. El terapeuta o el ayudador están en sintonía con el alma dándole todo el espacio, todo el tiempo. El alma muestra lo esencial inmediatamente.

Naturalmente, el terapeuta o el ayudador tienen que estar en concordancia con el sistema mayor. Libre de imaginaciones, libre de teorías, libre de intenciones, libre de emociones, libre de empatía en el sentido habitual. Así, algo se muestra. Y también tiene que estar en concordancia con el destino de este cliente y con el Destino que nos tiene a todos en sus manos –y con la muerte, tal y como venga en su momento. Entonces se puede desarrollar lo esencial. En el fondo, es muy simple. No es preciso hacer mucho. Si uno se entrega, en el momento justo aparece una imagen del siguiente paso. Aquí, por ejemplo, vi de repente que faltaba una persona más, que lo que aquí se estaba desarrollando no era nada personal. Y así se mostró luego.

Si uno se equivoca, se ve que no es así, y no pasa nada. También es lícito probar. Y después se da el siguiente paso. En concordancia con algo más grande, los movimientos del alma salen a la luz y conducen a soluciones que pertenecen a un ámbito que se halla más allá de la psicoterapia.

Muchas veces no aparece la solución en sí, sino únicamente el movimiento que conduce a la solución. Eso es suficiente. Por tanto, tampoco se busca ningún cierre o final. Una vez que lo decisivo apareció, está actuando.

El trabajo se vuelve mucho más humilde, más potente, con mucho más respeto ante el cliente y también ante las fuerzas mayores que determinan nuestra vida y la vida de aquéllos a quienes estamos llamados a ayudar.

Preguntas

HELLINGER Os daré la posibilidad de hacer preguntas ahora, pero antes, un comentario.

No todo el que me aborda con una pregunta realmente lo puede hacer. Cuando alguien formula una pregunta, siempre mantengo mi mirada puesta en todo el grupo. Nadie puede hacerme una pregunta por una curiosidad personal. Yo compruebo si la pregunta también resulta relevante para los demás presentes, si es egocéntrica o una aportación al asunto. Según el tipo de pregunta, la responderé o no. Algunos tienen la idea de que, si formulan una pregunta, también tienen el derecho de recibir una respuesta. Conmigo no. Cuando alguien me hace una pregunta, también compruebo si me respeta o no. ¿Estáis preparados ahora para vuestras preguntas?

Transferencia y contratransferencia en niños

UNA PARTICIPANTE Mi pregunta es: ¿Qué ocurre con la transferencia y contratransferencia en el caso de niños? Yo trabajo con niños.

HELLINGER Los niños necesitan a los padres. Cuando trabajas con niños, representas a los padres para ellos. Si llevas a los padres en tu corazón, con respeto, los niños se fían de ti y toman lo que les das. La transferencia que ellos establecen, a través de ti fluye hacia sus padres. Es un trabajo bello.

PARTICIPANTE Sí, y me gusta hacerlo.

HELLINGER antes de la siguiente pregunta, a un participante Entre una pregunta y la otra necesito tiempo para orientarme de nuevo, porque no sólo se trata de las preguntas.

Manejar la violencia

HELLINGER al cabo de unos instantes, a ese mismo participante De acuerdo, dime.

PARTICIPANTE Frecuentemente me siento impotente cuando tengo que afrontar la violencia en un sistema. ¿Qué puedo hacer para aguantarlo mejor y mantenerme presente?

HELLINGER al grupo Ésta no es ninguna pregunta que se refiera a lo que aquí acabamos de presenciar. Es una pregunta personal. Él espera de mí que la responda.

Al participante No obstante, es una pregunta importante y por eso la abordo. —¿Puedes darnos algún ejemplo?

PARTICIPANTE Actualmente tengo una cliente, de unos 50 años, que a la edad de 10 años fue abandonada por su padre, de la noche a la mañana. Su madre la subestimaba. Más tarde se casó y tuvo hijos. Hace poco, el hijo de 19 años se tiró delante de un tren, un suicidio durísimo.

HELLINGER Ya basta. —¿De qué manera abandonó el padre a la familia?

PARTICIPANTE Se fue a Brasil y, por lo que se dice, tuvo más hijos con otra mujer y murió allí. La cliente jamás lo volvió a ver. Otro detalle más: en una ocasión hicimos una Constelación con sillas. Se mostró que la madre también lo echó, fue como un pacto entre los padres.

HELLINGER Cuando una separación se realiza a la ligera, sin pasar por el dolor, es decir, donde ambos miembros de la pareja únicamente se miran a ellos mismos, en el sistema se vive esto como un crimen que merece la muerte. En estos casos, a veces se suicida un hijo.

PARTICIPANTE ¿Como compensación, por así decirlo?

HELLINGER No lo interpreto. Sólo es una observación.

Elige a representantes para la madre y para el hijo, posicionándolos el uno enfrente del otro. La madre mira al suelo.

Al cabo de unos instantes, al grupo Aquí hay más.

Hellinger lleva al hijo unos pasos hacia atrás. Después le pide a una mujer que se estire de espaldas en el suelo, delante de la madre. Ella representa a una muerta. La muerta gira la cabeza hacia la madre.

HELLINGER Ponte tú también. ¿Dónde te situarías como terapeuta? Prueba. Iremos probando un poco.

El participante se coloca detrás del hijo e intenta ponerle las manos en los hombros. Hellinger lo lleva con la víctima

HELLINGER Éste es tu lugar, aquí, con la víctima.

Al cabo de un tiempo, el participante se arrodilla al lado de la víctima.

HELLINGER Ya basta. ¿Notas tu fuerza aquí?

El participante asiente con la cabeza.

HELLINGER De acuerdo, ya está. –Te debilitas cuando en la imagen no aparece la persona importante. Cuando tienes en cuenta a esta persona, sacas toda tu fuerza de allí.

El niño

PARTICIPANTE Justo antes, cuando a una persona que hizo su pregunta le dijiste que eso era sólo una excusa, me sentí pillado.

Me di cuenta por mi nerviosismo. No estaba muy seguro si tenía que volver a mi silla o no.

HELLINGER ¿De qué se trata realmente?

El participante reflexiona largamente.

HELLINGER Cierra los ojos. –Entrégate al dolor.

El participante rompe a llorar y se lleva la mano al corazón. Al cabo de unos instantes se tranquiliza.

HELLINGER al cabo de unos momentos ¿De acuerdo?

PARTICIPANTE No tengo ni la más mínima idea.

HELLINGER No, no la tienes. Pero se ve que algo esencial se acaba de dar. Algo sanador, si te lo permites. El que estaba llorando fue un niño pequeño.

Los dos se miran durante unos instantes.

HELLINGER De acuerdo, te deseo lo mejor.

Crecimiento interior

HELLINGER al grupo En algún momento comprendí cómo se realiza el crecimiento interior. El crecimiento interior se realiza cuando damos un lugar a algo nuevo. Por regla general, este algo nuevo es algo que antes se rechazaba; por ejemplo, la propia sombra. O algo que se lamentaba, por ejemplo, una culpa personal.

Cuando miro aquello que antes rechazaba y digo: “sí, ahora te llevo a mi alma”, crezco. Ya no soy inocente, pero he crecido.

Los inocentes no pueden crecer, siempre siguen siendo los mismos, siempre son como niños.

Y no sólo es así en nuestra propia alma, sino también en relación a nuestra familia. Algunos rechazan algo en sus padres, diciendo: “eso no es tan bueno”. De esta manera, en relación a sus padres, se constituyen en jueces que deciden sobre lo bueno y lo malo, lo correcto y lo erróneo. En cambio, si el hijo dice: “me alegro de teneros”, crece. De hecho, los hijos más desgraciados son aquellos que tienen unos padres perfectos, porque así no pueden crecer. Esto es un consuelo para los padres imperfectos.

Notamos en nuestra propia alma cuál es el efecto de asentir a todo tal y como es: en nosotros mismos, en los padres, en la familia. También a aquellos que antes menospreciábamos los llevamos a nuestra alma –y crecemos.

Pero todo esto va más allá de la propia familia. A veces me enfado con alguien –con razón, por supuesto–, pero luego me doy cuenta de que me he vuelto más estrecho. Así, no me queda más remedio que decir: “sí, te reconozco como igualmente válido y, a tu manera especial, no sólo eres bueno, sino también eres importante para mí”. Así acabo creciendo.

Éste es, en el fondo, el principio de la paz: reconocer aquello que antes se rechazaba, sin pretender cambiarlo y afirmando que tiene el mismo derecho que yo. A la inversa, también significa que yo me haga valer como persona con el mismo derecho que todos los demás. Así se da la paz.

Tengo un amigo que dijo unas frases muy bellas sobre la igualdad de los hombres. Por ejemplo: “Mi padre celestial deja brillar el sol sobre buenos y malos de la misma manera, y deja caer la lluvia sobre justos e injustos de la misma manera”. Aquí no hay ninguna diferencia.

Si sintonizo con esta actitud, puedo crecer. Al final puedo decirle a cada uno, tal y como es: “Reconozco que ante algo más grande eres igual a mí. Reconozco que todos los demás son iguales a mí ante algo más grande”. Esa sería la paz. Y esa es también la actitud que nos permite realizar este trabajo. Por una parte, sin ninguna preferencia por nada, sin ningún rechazo de nada, sin emoción. Y por otra parte, con ese amor a un nivel superior.

La comprensión

UNA PARTICIPANTE Se trata de una paciente de casi 40 años, casada, con dos hijos, un hijo de 19 y una hija de 14 años. La familia viene del Líbano. La mujer padece de jaquecas muy graves y es depresiva. El matrimonio va mal. Hace un tiempo supo que su marido, hace veinte años, cuando aún vivían en el Líbano, abusó de su sobrina de 4 años. Ella misma también ha tenido muchas relaciones fuera del matrimonio.

HELLINGER ¿Cuál es su problema?

PARTICIPANTE No es capaz de tomar ninguna decisión. No sabe si irse o quedarse, si irse al Líbano y quedarse allá, si dejar al marido o quedarse con el marido. Todo esto lo somatiza.

HELLINGER Tiene que volver al Líbano.

PARTICIPANTE Pero el marido no iría con ella.

HELLINGER Entonces él se queda. Esa es la solución.

PARTICIPANTE Sí, ya lo estuve pensando también.

HELLINGER Por eso.

Carcajadas en el grupo.

Al grupo Exacto. Sólo que a veces no nos atrevemos a seguir nuestras comprensiones, a actuar en consecuencia y a comunicárselas al otro también.

A la participante Si así se lo dices a la mujer, tiene un efecto. Pero ella no tiene por qué hacerlo. Tú no estás para controlar que ella lo haga. Díselo una sola vez, tiene un efecto. Y eso es suficiente.

Acerca de las terapias breves

HELLINGER al grupo Lo que aquí nuestro son terapias breves. En la terapia breve se trata de dar en el punto decisivo y allí provocar un cambio. Luego todo lo demás se va desarrollando por sí solo. Se mueve y se mueve y se mueve y se mueve –solo.

El temor

UNA PARTICIPANTE En nuestro centro de Protección de Menores vive un adolescente de 17 años. Su madre es de Terranova.

HELLINGER interrumpe ¿Cuál es su problema?

PARTICIPANTE Su problema es su incapacidad de establecer rela-

ciones, es decir, aunque se ha graduado en la escuela no consigue trabajar. Interrumpe cualquier relación, también las relaciones de trabajo, al cabo de muy poco tiempo, aunque se nota...

HELLINGER interrumpe No quiero saber los detalles. ¿Qué pasa con su padre?

PARTICIPANTE Su padre es turco, para él un desconocido. La madre es medio india y...

HELLINGER interrumpe Ya me basta. ¿Dónde irá a trabajar?

PARTICIPANTE De momento trabaja...

HELLINGER interrumpe ¿Dónde irá a trabajar?

PARTICIPANTE No lo sé.

HELLINGER A Turquía.

PARTICIPANTE Ya lo había pensado también.

HELLINGER al grupo En la mayoría de los casos, el terapeuta llega tarde.

Risas en el grupo.

PARTICIPANTE A veces, una no se lo quiere creer.

HELLINGER Es precisamente eso: uno tiene una comprensión, pero no se atreve a comunicarla, por miedo a lo que los demás puedan decir. En este temor uno se convierte en niño y, naturalmente, no es capaz de actuar.

La participante asiente con la cabeza.

HELLINGER Hay una bella canción: "Oh dicha, oh dicha de ser niño aún". – ¿Algo más?

PARTICIPANTE No, está bien.

El lugar del ayudador

UNA PARTICIPANTE Se trata de un chico de 13 años. Ni la escuela ni su madre pueden contenerlo. A su edad todavía no sabe leer ni escribir. Y...

HELLINGER interrumpe No.

PARTICIPANTE La pregunta es: ¿Dónde se puede quedar?

HELLINGER Y bien ¿dónde se puede quedar?

Al grupo Está clarísimo dónde se puede quedar. Naturalmente, con la persona que ella no mencionó.

PARTICIPANTE El padre está muerto.

HELLINGER al grupo ¿Qué acaba de hacer? –Se acaba de oponer a la solución mediante una objeción.

PARTICIPANTE No entiendo la solución.

HELLINGER No, ni puedes trabajar con este chico. Ni siquiera debes hacerlo.

PARTICIPANTE Pues, yo trabajo...

HELLINGER interrumpe No.

Al grupo ¿Visteis la sonrisa en su cara antes? ¿Muy brevemente? Aquí se mueve algo diferente, una transferencia que no es beneficiosa para el chico.

PARTICIPANTE Tampoco trabajo con el chico en realidad...

HELLINGER al grupo Ésta fue la segunda objeción. –¿El chico tiene un lugar en su corazón?

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER No.

Al grupo Ya se pudo ver cuando ella intentó referir todo lo que el chico no hace o no sabe hacer. Si tiene un lugar en mi corazón, mi pregunta sería: ¿Qué puedo hacer yo? Así, inmediatamente me encuentro en otra posición. Cuando intenté encontrar caminos para una solución, cada vez presentó otra objeción. Por tanto, ella, a través de su imagen, mantiene al chico en su problema.

PARTICIPANTE No lo creo así.

HELLINGER al grupo Haré un experimento.

Elige a un representante para el chico y le pide a la participante colocarse enfrente de él.

Al cabo de unos instantes, el representante del chico empieza a inclinarse hacia atrás, a punto de caerse. Finalmente retrocede hasta donde el escenario se lo permite.

HELLINGER Lo hace con razón. –De acuerdo, eso era lo que quería demostrar. –Ahora haré otro experimento.

Llama al mismo representante del chico, elige a una representante para la terapeuta y a un representante para el padre del chico. A continuación coloca al padre enfrente del chico, y a la terapeuta, detrás del padre.

El hijo se acerca al padre. Éste abre los brazos y los dos se abrazan cariñosamente. Finalmente, Hellinger coloca a la representante de la

terapeuta a un lado, mirando al padre y a su hijo.

HELLINGER a la representante de la terapeuta ¿Cómo te encuentras aquí?

TERAPEUTA emocionada Lo encuentro conmovedor.

HELLINGER a los representantes De acuerdo, ya está.

Al grupo Se pudo ver el impacto cuando el ayudador se alía con la persona excluida –cediéndole el paso, naturalmente, y no interfiriendo. El peor lugar para el ayudador es al lado del cliente. Eso crea miedo en el cliente y deja impotente al ayudador.

A la participante ¿De acuerdo?

PARTICIPANTE Sí.

La dignidad

UN PARTICIPANTE Se trata de un chico de 13 años que aparenta 18 años. Los padres, sobre todo la madre, están preocupados porque se interesa mucho por la magia negra y roba dinero una y otra vez. La madre ha llegado al punto de decir: “Estoy perdiendo la confianza y dentro de poco me dará igual”.

HELLINGER De acuerdo, siéntate a mi lado. –¿A quién no mencionaste?

PARTICIPANTE Al padre.

HELLINGER ¿Qué pasa con él?

PARTICIPANTE También vive con la familia. Trabaja mucho. Estuve trabajando para que él se ocupara más del chico y ahora se involucra más. Pero de todos modos sigue siendo la madre la que lleva la mayor responsabilidad.

HELLINGER Haciendo una especie de supervisión contigo, veo que trabajas en un círculo estrecho de máximo dos o tres personas. Que aquí no se puede dar ninguna solución ya lo has visto. Por tanto, el siguiente paso sería ampliar el círculo para mirar qué ocurrió en las familias de origen de los padres. Así se llegaría a las raíces y desde ahí se puede solucionar el problema.

PARTICIPANTE A este nivel ya hemos hecho y solucionado varias cosas. De esta manera se dio también más tranquilidad.

HELLINGER “¿Qué pasó?” Ésta es la pregunta importante.

PARTICIPANTE Hubo varios hechos. Un suceso importante fue que un tío del padre murió de niño en un bombardeo porque se derrumbó la casa. Nadie pudo salvarlo.

HELLINGER cuando el participante quiere seguir hablando No, ya basta, esto tiene fuerza. Pondremos a alguien para el tío.

Hellinger elige a representantes para el tío abuelo y para el chico, colocándolos el uno enfrente del otro.

HELLINGER al cabo de unos instantes, al tío abuelo Será mejor que te estires en el suelo.

El representante del hijo, la mayor parte del tiempo mantiene los ojos cerrados.

HELLINGER al participante ¿Había otros miembros de la familia en la casa, cuando se derrumbó?

PARTICIPANTE Creo que había otro niño, pero a éste lo salvaron, al primero no. –También hubo más hechos en el lado de la madre.

Hubo un tío enfermo mental. Durante la época nazi la preocupación constante era que lo deportaran.

HELLINGER Esto es.

Al representante del tío del padre Puedes volver a sentarte.

Al participante ¿Ese otro tío se salvó?

PARTICIPANTE Se salvó. En esta misma línea hay también otro tío que se suicidó de mayor.

HELLINGER Eso no es tan importante. Pondremos a un representante para el tío de la madre que era enfermo mental.

PARTICIPANTE Era epiléptico.

Hellinger posiciona al tío abuelo materno enfrente del hijo. Ambos se miran largamente. Al cabo de unos instantes, Hellinger introduce a una representante para la madre del cliente y la pone al lado de su tío.

La madre le mira. El tío abuelo mantiene los ojos cerrados, inclinándose la cabeza hacia ella.

HELLINGER al cabo de unos momentos, al tío de la madre Dile: “Para vosotros soy una carga”.

TIO DE LA MADRE Para vosotros soy una carga.

PARTICIPANTE Esto es lo que siente también el chico con relación a sus padres.

El hermano de la madre mantiene los ojos cerrados. Hellinger lleva al

hijo delante de su tío abuelo.

HELLINGER al hijo Dile: “Querido tío”.

HIJO Querido tío.

Hellinger lo acerca. La madre lo toma de la mano, junta a los dos y luego se retira un poco. El hijo abraza a su tío abuelo. Éste deja caer la cabeza en el hombro del hijo, manteniendo los ojos cerrados y con los brazos caídos.

La madre se retira un poco más.

Al cabo de unos instantes, el hijo suelta el abrazo. Los dos se miran a los ojos y se toman de la mano. Después, el tío abuelo vuelve a cerrar los ojos.

La madre, durante un tiempo mantiene la cabeza agachada, luego vuelve a mirar a su tío. Éste suelta la mano del hijo y pasa al lado de la madre, que le abraza con fuerza. El tío abuelo cierra los ojos y deja descansar la cabeza en el hombro de ella. El hijo se retira de nuevo.

HELLINGER al participante Esta es la solución para el chico. ¿Está claro para tí?

PARTICIPANTE Está claro. La frase que dijiste fue importante.

HELLINGER indicando la Constelación Esta imagen se la tienes que mostrar a él y a la madre.

Al representante del hijo ¿Cómo te encuentras tú ahora?

HIJO Ahora estoy bien. Antes tenía la sensación de que me iba a volver loco, que se me iba a trastornar la cabeza.

HELLINGER Exacto.

A los representantes De acuerdo, gracias a todos.

Al cabo de unos instantes, al grupo Sintonizando con el alma de un hombre así, cuando todos tienen miedo de que lo deporten, nos damos cuenta de que no debemos intervenir. Nos detenemos con respeto ante él.

Existe la posibilidad de renunciar a intervenir o al deseo de que estuviera mejor. De hecho, aquí sentimos y pensamos: ¿No habrá alguna manera de ayudarlo? Sin embargo, ¡qué dignidad irradiaba este hombre! ¡Qué grandeza!

Menos es más

UNA PARTICIPANTE Se trata de un niño de 9 años, muy inteligente, pero que ha dejado de estudiar. Los padres se separaron.

Con el padre es un corderito y con la madre, agresivo.

HELLINGER Entonces ya sabes la solución.

PARTICIPANTE Supongo que debería estar con el padre.

HELLINGER ¿Qué quiere decir “supongo”?

PARTICIPANTE Ya se lo dije así a los padres, pero...

HELLINGER ¿Qué?

PARTICIPANTE El padre trabaja, la madre no. Por tanto, el niño se queda con la madre. Esa fue la solución para ellos.

HELLINGER al grupo Ahora vienen las objeciones ante la solución.

PARTICIPANTE En un caso así, yo no puedo hacer más.

HELLINGER a la participante ¿Qué ocurre cuando alguien ve que esto es lo bueno y correcto, renunciando a toda objeción? Déjate sentir en tu alma y mira a ver qué pasa.

La participante cierra los ojos y se centra.

Al grupo Otro punto importante: uno renuncia a hacer algo personalmente o querer dar el impulso.

A la participante Lo único importante es decir: “Para él, lo bueno es estar con su padre”. Punto.

La participante asiente con la cabeza.

HELLINGER ¿Te das cuenta de la diferencia? A partir de ese momento, cuando te encuentres con la madre, ya no necesitas decir nada más; inmediatamente lo irradias. Y el niño también lo notará.

Al grupo El principio fundamental en este trabajo es: menos es más.

PARTICIPANTE Muchas gracias.

La cautela

UNA PARTICIPANTE Se trata de una mujer. Su padre abusó de ella y de sus siete hermanos.

HELLINGER al grupo Me pregunto: ¿Qué tipo de madre hubo en esta familia?

A la participante Lo constelamos y miraremos.

Hellinger elige a representantes para el padre y para la madre, colocándolos el uno enfrente del otro.

La madre aprieta los brazos contra la barriga y mira al suelo. El padre empieza a temblar, las piernas le flaquean.

Hellinger elige a una representante y le indica que se estire de espaldas en el suelo, delante de la madre.

El padre baja al suelo y se estira boca abajo, tocando con su mano el brazo izquierdo de la muerta. La muerta gira la cabeza para mirarle. Al mismo tiempo extiende el brazo derecho hacia la madre. Ésta, sin embargo, sigue de pie, sin moverse.

Finalmente, la madre se arrodilla y avanza la mano derecha hacia la muerta, manteniendo una cierta distancia. Después se tapa la boca con la mano izquierda y aparta la mirada. Luego, apoyando la cabeza con la mano izquierda, arrastra a la muerta hacia ella, apartándola del marido que deja caer la cabeza en el suelo. La madre sostiene a la muerta, pero ésta se resiste con todas sus fuerzas, pegando golpes y gritando. La madre la contiene y la estrecha contra su pecho. La muerta sigue gritando, pero con menos intensidad. Poco a poco se va calmando. Entretanto, el padre se ha acostado en el lado derecho, cubriéndose la cabeza con los brazos como si quisiera protegerse o dejar de escuchar los gritos.

Hellinger elige a una representante para la hija y la introduce en la Constelación.

La madre sostiene a la muerta, ya calmada, y mira a la hija. Ésta mira al padre y mueve las manos con nerviosismo. El padre la mira y se incorpora. La hija, sin embargo, mira al suelo. El padre se levanta y da unos pasos hacia la hija. Ésta se retira hacia un lado, mirando constantemente al suelo.

El padre se coloca justo delante de la hija, poniéndole las manos en las mejillas. Ella deja caer los brazos con los puños cerrados. La muerta se incorpora, se desprende de la madre, se aleja arrastrándose y cubriéndose la cabeza con los brazos, similar al gesto del padre antes.

La madre, en un principio se queda mirando al suelo, llorando. Luego mira al padre y a la hija. La madre se levanta, se acerca al marido e intenta apartarlo, llorando. Cuando éste se gira hacia ella, la madre se cubre la cara con las manos y solloza. La hija se coloca detrás de la madre, abrazándola fuertemente con ambos brazos. El padre, con la mano derecha agarra a la madre de la nuca y la empuja hacia abajo.

Después la coge del cuello con ambos brazos y la aprieta contra su propio cuerpo con fuerza. La hija se mantiene apartada, mirando al suelo. Los padres siguen forcejeando, bajan al suelo y se agarran, el uno mirando al otro. La hija se ha retirado aún más. Después, también ella baja al suelo y se estira al lado de ellos. La madre la mira y le pone una mano en la espalda.

Tanto el padre como la madre se estiran boca arriba. La madre mira a la hija y se acerca un poco a ella. La hija se incorpora un poco y las dos se miran a los ojos. La madre, por un momento, mira a su marido; después, se gira hacia su hija. Ésta se echa ahora al lado de la madre y las dos se abrazan entrañablemente.

HELLINGER al cabo de unos instantes De acuerdo, ya está.

A los representantes Gracias a todos vosotros.

Hellinger vuelve a llamar a los representantes de los padres.

Al grupo Cuando se asumen papeles tan peligrosos...

A los representantes —y vosotros dos os metisteis de forma muy auténtica—, hay que volver a uno mismo. Y este es el camino: poneos el uno al lado del otro, e inclinuos ante las personas reales que representasteis, con respeto.

Ambos representantes se ponen la mano izquierda en el corazón y se inclinan profundamente.

HELLINGER De acuerdo. Después os giráis y volvéis a ser vosotros mismos.

Al grupo Por regla general, no suelo sacar a nadie de la representación porque me parece una experiencia vital importante hacer de representante de otros. También resulta enriquecedor cuando permanece en esta experiencia durante un tiempo. Por eso no lo interrumpo tan rápidamente. Pero en estas representaciones es importante trazar un límite claro.

Volviendo a esta Constelación. ¿Quién tiene el derecho de hacer cualquier comentario al respecto? ¿Quién tiene el derecho de buscar? —Es demasiado grande.

A la participante ¿De acuerdo?

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER al grupo Otro detalle que me gustaría que considerais: ¿Qué ocurre en vuestra alma si renunciáis al término “abuso”?

¿Cuántas más posibilidades tenéis para hacer realmente un bien? En lugar de esta palabra se podría describir simplemente lo que ocurrió, sin ninguna valoración: esto y esto pasó. Punto. Sin usar ninguno de estos conceptos. Quien los usa, inmediatamente se eleva por encima de otra persona, con lo cual es impotente en la ayuda.

Adicción

PARTICIPANTE Se trata de un adolescente de 17 años con una adicción a la heroína durante tres años. Poco a poco debería recuperar su autonomía. La pregunta que se plantea es: ¿Qué posibilidades tiene realmente?

HELLINGER ¿Qué hay en su familia?

PARTICIPANTE La madre tenía 16 años cuando lo tuvo. Al padre no lo conoce.

HELLINGER Donde hay adicción, por regla general falta el padre. La adicción es la búsqueda del padre. Configúralo: elige a representantes para él, para su padre y para su madre, estos tres, y posicionalos.

El participante coloca al hijo detrás de su madre. Al padre lo lleva a una posición muy apartada, lejos de la madre y del hijo y mirando hacia otra parte.

La madre mira al suelo. El hijo gira la cabeza para mirar brevemente al padre.

Hellinger lleva a la madre unos pasos hacia delante.

HELLINGER a la madre ¿Qué tal así? ¿Mejor o peor?

MADRE susurrando Mejor.

La madre suspira profundamente. Hellinger la lleva de nuevo hacia atrás y conduce al hijo unos pasos hacia delante.

HELLINGER al hijo ¿Qué tal así? ¿Mejor o peor?

HIJO Más tranquilo.

HELLINGER al grupo ¿Sabéis lo que significa esto? El chico muere en lugar de la madre. –Aquí, la adicción es un intento de suicidio.

–De acuerdo, aquí lo deajo.

Al participante ¿Cuál sería la solución en tu trabajo con él? –Tienes que sacar a la luz el amor secreto. Si haces una Constelación, deja

que se ponga delante de la madre y le diga: “Yo me muero para que tú te quedes”. Sin más comentarios. Entonces está a la luz y se verá qué ocurre. ¿De acuerdo?

El participante asiente con la cabeza.

HELLINGER al grupo ¿Hay preguntas al respecto? De hecho, éste es un problema con el que se ven confrontados muchos de vosotros.

Cuando nadie levanta la mano Lo primero es que uno no intenta cortar el paso al adicto. Quien cree que podría ponerse en su camino, fracasa.

UNA PARTICIPANTE ¿Qué tal si en relación al anhelo de muerte de la madre se averigua a quién sigue? Probablemente la madre está siguiendo a alguien.

HELLINGER al grupo ¿Qué ocurre ahora? –Ésta es una transferencia. El cliente se pierde de vista y la madre se convierte en cliente.

A la participante Pero ella no es la cliente. Es el adolescente. Si lo transfieres a la madre, ya no puedes ayudar. Si la madre acude a ti, de acuerdo. Pero de esta manera te quedas con la persona de la que realmente se trata.

Al grupo Es una tentación frecuente en el trabajo sistémico decir: “aún hay otra cosa más detrás”. Así, uno se dirige a este punto y deja colgado al cliente, aunque no tengamos nada que ver con las otras personas, ni podamos ayudarles tampoco. Por tanto, uno se centra en el cliente y en aquello que se necesita trabajar con él. Así se tiene más fuerza.

OTRA PARTICIPANTE ¿Sería lo mismo en el caso de una chica?

HELLINGER Sí, lo mismo. Casi siempre se trata del padre. Por eso, la persona que trate con toxicómanos necesita llevar en su corazón al padre. Sin embargo, en el caso de drogas duras, muchas veces se trata de un intento de suicidio encubierto que puede tener varias causas. En este caso tiene que ver con la madre.

Al participante Pero quizá, para él, la salvación sea irse con su padre.

A la participante Para muchas personas que manifiestan tendencias suicidas, la fuerza vital salvadora viene del padre, no de la madre –muy frecuentemente, pero naturalmente existen excepciones.

Al grupo Quisiera comentar algo en relación a las mujeres que

comen de forma compulsiva. Las mujeres gordas devoran a sus madres rechazadas. —¿Hay murmullos en la sala?

La muerte

UN PARTICIPANTE Se trata de un hombre de 35 años. Hace cinco años se rompió la nuca. Actualmente vive con respiración asistida, es tetrapléjico y rechaza cualquier contacto con su familia. De la misma manera rechaza a las personas de su entorno que intenten acercarse a él. Vive en una residencia.

HELLINGER De acuerdo, es suficiente.

Elige a un representante para el cliente y a una representante para la muerte y los posiciona. El cliente mira de frente. La muerte se encuentra a alguna distancia, un poco a la derecha de él.

El cliente se tambalea. Después gira la cabeza hacia la derecha y mira al suelo. Se arrodilla y mira a la representante de la muerte. Ésta le tiende las manos. El cliente vuelve a mirar hacia la derecha, al suelo.

Hellinger elige a un hombre y le indica que se estire boca arriba en el suelo, delante del cliente. Éste se dirige hacia él.

Al grupo No está mirando a la muerte, sino a un muerto.

El cliente pone su cabeza en el pecho del muerto. Al cabo de unos instantes se estira boca abajo, manteniendo su cabeza en el pecho del muerto. Éste se pone la mano izquierda en la cabeza. La representante de la muerte se ha retirado.

HELLINGER al participante Tienes que permitirle que se vaya allá donde su corazón le lleve. ¿De acuerdo?

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER a los representantes Gracias a todos vosotros.

Al grupo Algunos se oponen a los movimientos profundos del alma hacia la muerte, intentando solucionar asuntos superficiales. Uno está en concordancia con el destino del otro, y en esta concordancia se le puede ayudar.

Al participante Si estás en concordancia con su destino, ya no necesitas decir nada más. Todo cambia. Así estás en tu fuerza. ¿De acuerdo?

El participante asiente con la cabeza.

La solución como logro: depresión

UNA PARTICIPANTE Se trata de una paciente de 34 años. Es madre de un hijo de 6 años a quien educa sola. Hace dos años desarrolló una depresión. Dice que no sabe por qué está tan triste, no se lo explica. Éste es el problema.

HELLINGER Depresión no es tristeza, depresión es vacío. Es decir, le falta algo. Lo constelaremos.

Elige a una representante para la cliente y la posiciona. La cliente mira fijamente hacia delante. Al cabo de unos instantes levanta los hombros, los hace rotar y vuelve a mirar hacia delante.

Luego elige a un representante para su padre y lo coloca delante de ella.

La cliente da unos pasos hacia delante, luego se para con las piernas separadas, las manos a sus espaldas. Al cabo de un tiempo le tiende la mano derecha al padre. Al ver que éste no reacciona, retira la mano y se queda mirando el suelo. Después vuelve a mirar hacia él.

Al grupo El padre no se deja seducir.

Al cabo de unos momentos, la cliente vuelve a mirar al suelo y retrocede unos pasos. Nuevamente esconde las manos a sus espaldas.

Al grupo Eso se llama hundirse en la depresión.

A la participante De la depresión se sale mediante un logro.

A la representante de la cliente Y éste es el logro. —Tú ya sabes cuál es el logro.

Hellinger la lleva unos pasos hacia delante, hacia el padre. La cliente se acerca rápidamente a él. El padre, sin embargo, le indica con un gesto que no vaya tan rápido.

HELLINGER a la cliente Arrodíllate e inclínate profundamente.

La cliente se arrodilla, se sienta en los talones y sigue con las manos cruzadas a las espaldas.

HELLINGER Inclínate profundamente, con las manos estiradas, las palmas hacia arriba.

La cliente se inclina y estira las manos hacia el padre.

HELLINGER Mejor aún si te estiras boca abajo. Échate boca abajo. Ella se estira boca abajo y tiende los brazos hacia el padre, con las pal-

mas de las manos hacia arriba. El padre da un pequeño paso hacia ella. Al grupo La depresión se desarrolla también cuando la persona se ha colocado en una actitud indebida ante los padres. Entonces ya no puede acercarse a ellos sin primero hacerse pequeña.

El padre se inclina hacia ella, la toma de las manos y la levanta. La cliente se levanta. El padre la abraza como el más fuerte, sujetando la cabeza de la hija contra su hombro. Ella le rodea con los brazos. Al cabo de un tiempo, el padre pone la cabeza de la hija en su otro hombro.

HELLINGER a la participante El precio para salir de la depresión es la humildad. Eso queda claro aquí. Y no necesitamos saber los detalles.

A los representantes De acuerdo, ya está. Gracias a los dos.

Al grupo En la depresión se puede ver que uno de los padres, o ambos, son rechazados o que el acceso a uno de los dos es imposible, por las razones que sean.

Si hubo una interrupción temprana del movimiento amoroso hacia el padre o hacia la madre, se produce un dolor profundo. En un caso así hay que atravesar el dolor para completar el movimiento.

A la participante Probablemente sea éste su caso.

Al grupo Me gustaría añadir algo. En relación a los padres, se da una transferencia curiosa, de lo esencial hacia lo secundario. Lo que muchas veces no se tiene en cuenta, es la vida misma; uno se entretiene más bien con los accesorios. Para la vida, sin embargo, estos padres son insustituibles y perfectos, intachables e inmejorables.

El terapeuta o ayudador tiene en cuenta este hecho, y así, todos los padres son grandes para él y puede honrarlos plenamente. Una vez que conducimos al cliente a esta comprensión, todo lo demás deja de tener tanto peso porque la mirada vuelve a centrarse en lo esencial. Entre los zulúes en Sudáfrica hice una experiencia preciosa. Ellos no formulan grandes ideas acerca de la vida, sólo les preocupa una cosa: cuando se encuentran, el uno le pregunta al otro: “¿Sigues con vida?” Y el otro contesta: “Todavía estoy aquí”. Para ellos, lo esencial está emocionalmente en un primer plano. ¿No resulta maravilloso? Así, también nosotros podemos despertarnos por la mañana y decir: “Todavía estoy aquí”, y todo el día está a salvo.

A la participante ¿De acuerdo? ¿Está bien para ti?

La participante asiente con la cabeza.

La retirada

UNA PARTICIPANTE Se trata de una mujer joven, soltera, que quedó embarazada cuatro veces de cuatro hombres africanos. Dos de los embarazos los interrumpió, dos hijos los dio en adopción. Y tiene una psicosis.

HELLINGER No puedes ayudarle. Es imposible aquí. Entrégala a su destino, entonces recupera su dignidad. ¿De acuerdo?

La participante asiente con la cabeza.

Al grupo Existe la idea generalizada de que cuando una persona se forma como psicoterapeuta, o como asistente social o como maestro, está llamada, y también autorizada, para intervenir en los destinos e incluso tiene que ser capaz de cambiar el rumbo del mundo. Es decir, orientarlo según sus propias ideas.

A la participante Una vez que se renuncia a esta idea, se vive de una forma bastante confortable.

Carcajadas y aplausos en el grupo.

Meditación: El alma da

HELLINGER al grupo Ha sido una experiencia rica, también para mí, una experiencia muy rica, y salieron a la luz contextos e interrelaciones totalmente nuevos.

Mi intención fue la de transmitir experiencias y comprensiones, y de indicaros posibles caminos a seguir. Sobre todo quería transmitir la importancia del respeto ante el destino tal y como es, de saber contenerse y de entregarse confiado a su propio destino y al destino del cliente. Aquí pudimos ver que lo que actúa es algo diferente, más allá de nuestros planes. Así, la profesión dura que muchos de vosotros ejercéis, sobre todo los que trabajan en servicios sociales, resulta más llevadera. Los frutos más bellos maduran por sí solos.

Mi gran amigo Rilke escribió una frase al respecto:

Con todo su esmero y labor, jamás alcanza el campesino donde la semilla, en verano, se transforma.

La Tierra da.

Nosotros podemos modificar esta frase para nuestro trabajo, diciendo: “El alma da”. Os deseo todo lo mejor.

TALLER DIDÁCTICO EN PALMA DE MALLORCA DICIEMBRE 2002(3)

(3) Ésta mañana de supervisión está documentada en vídeo: “Supervisión y Taller didáctico de Constelaciones Familiares”.

Lo importante

HELLINGER Bienvenidos a este curso. Aquí debéis cambiar las expectativas. Este taller no es terapéutico, aquí trabajamos.

Yo trabajo con una ronda, en el interior. Así también muestro cómo se puede trabajar en grupo. Esta ronda es un método importante y útil. ¿Cómo es? Vamos pasando de uno en uno, y cada uno tiene la oportunidad de decir algo, de aportar algo. Pero nadie puede expresar una opinión (o adoptar una postura), ni positiva ni negativa. Sólo yo puedo hacer esto. De esta manera ejerzo un control. ¿Qué sentido tiene ese control? Estoy atento para que ninguna de las personas presentes atraiga la energía sobre sí misma, sino que todo quede al servicio del aprendizaje. Por ejemplo, si alguien dijera: “me siento tan desdichado”, y empezara a hablar de sus sentimientos, atraería toda la energía hacia sí. Con esa persona no trabajo, la paso por alto. Yo presto atención para que todos aprendan algo.

No hago terapia personal aquí. A veces hay excepciones, cuando me doy cuenta de que se trata de algo importante, algo que también permita que los demás hagan una experiencia de aprendizaje. Se trata de que la persona presente algo que, en su trabajo, le haya presentado alguna dificultad, y después buscamos una posible solución. Pero muchas veces no lo sigo hasta el final. El desenlace lo dejo con el individuo. Yo únicamente indico qué se podría hacer y luego seguimos.

Si alguien presenta un caso, únicamente importan muy pocas cosas. Por regla general, la información decisiva se puede referir en tres frases, a veces en cuatro.

En un caso, lo que se presenta ante todos es: ¿Qué ocurrió en la familia o qué le ocurrió a la persona? ¿Cuáles son los sucesos decisivos? Ya que los problemas resultan de sucesos, no de los propios sentimientos, y muy pocas veces son consecuencia del comportamiento de otros, por ejemplo, del comportamiento de los padres. Lo decisivo son los hechos, los sucesos. Naturalmente, la persona puede decir dónde quedó atrapada, dónde no pudo seguir adelante, y así podemos mirar juntos para averiguar qué se hace con una dificultad así.

A la participante a su izquierda Empezamos por aquí. Yo pasaré el micrófono y cuando hagamos un trabajo concreto, la persona se sienta a mi lado. Así podremos trabajar mejor.

Drogadicción

UNA PARTICIPANTE El caso que más me preocupa es el de un chico que es toxicómano desde hace quince años.

HELLINGER Ven aquí a mi lado. ¿Se trata de un cliente tuyo?

PARTICIPANTE Es cliente de una entidad pública donde yo trabajaba hasta hace poco.

HELLINGER ¿Y qué es lo que te preocupa?

PARTICIPANTE Ha hecho varios intentos de suicidio.

HELLINGER ¿Y qué te preocupa a ti?

HELLINGER Vivir su suicidio sería penoso para mí.

Al grupo ¿Ella puede trabajar con él? ¿Debe trabajar con él? –Ya ha perdido su fuerza.

La participante asiente con la cabeza.

HELLINGER Vamos a comprobarlo.

Elige a un representante para el chico toxicómano y lo posiciona. Luego le pide a la terapeuta que se ponga enfrente de él.

Al cabo de unos instantes acerca a la terapeuta al cliente.

HELLINGER ¿Ves su cara? ¿Lo has visto?

La participante asiente con la cabeza.

HELLINGER No te quiere, le molestas.

A la participante Ya te puedes sentar. Pero sigo trabajando con este caso. Esto sería una supervisión para ver si alguien puede trabajar con él o es imposible hacerlo.

Hellinger elige a un representante para la muerte y lo posiciona enfrente del cliente.

El representante de la muerte alza los brazos hacia delante, indicándole al cliente que se acerque.

HELLINGER al representante de la muerte No estás centrado todavía. No debes ser terapeuta aquí. Eres sólo la muerte.

El representante asiente y deja caer los brazos.

El cliente respira profundamente. Él y la muerte se miran larga e insistentemente. Hellinger elige a un representante para el padre del cliente y lo introduce en la Constelación.

La mirada del padre va oscilando entre el hijo y la muerte. Finalmente se acerca lentamente al hijo. Éste se gira hacia él.

Ambos se miran. De vez en cuando, el padre también mira a la muerte.

HELLINGER al cabo de unos instantes Haré una intervención terapéutica.

Paso a paso, Hellinger va acercando al chico a su padre. El padre le tiende la mano y el hijo pone su cabeza en el hombro del padre. Ambos se abrazan cariñosamente.

HELLINGER a la participante Muchas veces, las mujeres les cierran el paso a los padres. Por eso, por regla general, las mujeres no pueden trabajar con toxicómanos.

Al grupo La drogadicción se encuentra sobre todo en aquellas personas que no tienen el permiso de acceder al padre. La madre se lo niega.

Éste sería el patrón de base. Cuando una mujer trata a un drogadicto, hace exactamente lo mismo. Ella se interpone en su camino, le impide acceder al padre. Sólo una mujer que respete al padre, y que respete a los hombres, puede trabajar con drogadictos. Es decir, esta es la forma de una adicción.

Pero hay otra forma. En ella la drogadicción es un modo de suicidarse. Y allí, las causas pueden ser distintas, por ejemplo, que un drogadicto pretenda morir en lugar de otra persona, para expiar

una culpa.

La droga es aquello que falta. Por regla general falta el padre.

Esto es válido tanto para chicos como para chicas.

HELLINGER al representante del hijo ¿Cómo te encuentras?

HIJO Muy bien. Tenía la imagen de una mujer enfadada, creo que de la madre, observándome desde atrás.

HELLINGER Exacto.

A los representantes Gracias a todos.

OTRA PARTICIPANTE Yo también trabajo en un centro de droga-dependientes y lo que acabas de decir, me ha afectado.

HELLINGER Bien.

Ayudar en el ámbito judicial

UNA PARTICIPANTE Yo trabajo para la Administración de Justicia desde hace muchos años. Desde anoche no hago más que darle vueltas a una pregunta ¿cómo puedo aplicar este trabajo a lo que hago?

HELLINGER ¿Qué haces en la Justicia?

PARTICIPANTE Soy asesora, soy psicóloga asesora. Asesoro a jueces, fiscales. Hace muchos años que participo en casos de divorcios, separaciones, adopciones.

HELLINGER En ese sentido se puede trabajar de muchas maneras si conoces las implicaciones sistémicas y si siempre fijas tu mirada en aquellos que fueron excluidos, que sufren una injusticia. Muchas veces sentimos compasión ante un perpetrador. Si es así ¿también sientes compasión con la víctima? Sólo cuando también tienes en cuenta a la víctima, sabes cómo tratar al perpetrador. Interiormente se le confronta con la víctima y después se le exige algo, sin ninguna compasión hacia él. Confrontándolo con su culpa y con las consecuencias, el perpetrador conserva su dignidad. Como más se le ayuda es llevándolo al punto de decir: “sí, asumo esta culpa y asumo las consecuencias”.

Por ejemplo, cuando se trata de un asesinato, le propongo que cuelgue una imagen de su víctima en la celda. Y tú también, consi- gue una foto, una imagen de la víctima, y mira esa imagen mientras

te ocupes de este caso. También puedes enseñarle esa foto al fiscal, y al defensor, y al juez. ¿Te das cuenta de cuál es el efecto? Veo que lo has comprendido. ¿Está bien para ti?

PARTICIPANTE Sí.

Alucinaciones

UNA PARTICIPANTE Tengo una alumna que tiene 13 años y, desde el año pasado, ha empezado a tener alucinaciones, de que Dios se le aparece y le da mensajes.

HELLINGER ¿Y has trabajado con ella?

PARTICIPANTE Con los papás.

HELLINGER ¿Qué hiciste?

PARTICIPANTE Hicimos una constelación con los padres. La madre del padre tiene seis hijos de padres diferentes.

HELLINGER Y esta hija ¿qué lugar ocupa?

PARTICIPANTE El segundo.

HELLINGER Ven. Este es un caso de psicosis, de hecho. ¿Se sabe algo de su padre?

PARTICIPANTE ¿El padre del padre?

HELLINGER No, de la niña.

PARTICIPANTE Sí, es muy religioso. Él tiene una religión y la esposa tiene otra.

HELLINGER ¿Los padres están juntos?

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER ¿Y los otros niños fueron posteriores?

PARTICIPANTE No, es la madre del padre... Fue ella la que tuvo seis hijos.

Revuelo en la sala.

HELLINGER al grupo No se trata de adivinar. No se trata de querer saber qué es lo que ocurre realmente. Por la reacción en el grupo, ya se ve que se trata de una psicosis. Y a nosotros esa psicosis nos arrastra. Lo importante es, sobre todo, no seguir adelante de esta manera, porque te vuelves loco.

A la participante Bien. ¿Quién tiene seis hijos, pues?

PARTICIPANTE La madre del padre de mi alumna.

HELLINGER Eso no es importante. —¿Los padres de la niña viven juntos? ¿Y tienen cuántos hijos?

PARTICIPANTE Dos.

HELLINGER Y el padre ¿qué religión tiene?

PARTICIPANTE Mormona.

HELLINGER ¿Y la madre?

PARTICIPANTE Católica.

HELLINGER ¿Le está permitido a un mormón casarse con una mujer católica?

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER De acuerdo. Entonces mirémoslo.

Elige a representantes para el padre y para la madre, posicionándolos el uno enfrente del otro. Después elige a un representante para el Dios de los mormones y lo coloca a la derecha del padre, algo apartado y mirando tanto al padre como a la madre. También introduce a un representante del Dios de los católicos, posicionándolo detrás de la madre. La madre mira al suelo. Hellinger elige a una representante para una muerta y le indica que se estire boca arriba en el suelo, delante de la madre.

Al grupo Por lo visto, aquí se trata de otra cosa.

La muerta está muy inquieta. La madre llora, conmovida, mirando sin cesar a la muerta. También la muerta solloza, profundamente afligida.

El padre se ha colocado al lado del Dios de los católicos, éste da un paso hacia delante. El Dios de los mormones se coloca en el lugar del padre, se arrodilla al lado de la muerta y le acaricia la cabeza. El Dios de los católicos mantiene los puños cerrados y alza los brazos hacia delante. También la madre se arrodilló al lado de la muerta, la toma en brazos y la estrecha contra su pecho, acunándola suavemente. El padre se ha girado y aparta la mirada. El Dios de los católicos da un paso hacia atrás para coger al padre. Al cabo de unos instantes, éste se desprende de él y se aleja aún más. El Dios de los mormones se incorpora y da unos pasos hacia atrás.

A continuación, Hellinger lleva a la hija hacia el Dios de los católicos y la pone a su izquierda. La hija le rodea con el brazo por la cintura.

HELLINGER a la participante ¿Qué Dios le habla a esta alumna?

La hija se arrima cariñosamente al Dios de los católicos, mirándole

desde abajo. Él mira a la muerta y a la madre.

PARTICIPANTE dudosa El Dios de la madre.

HELLINGER Sí, éste le habla. ¿Y qué le dice?

PARTICIPANTE Que ella es buena.

HELLINGER No.

Indicando a la muerta en el suelo Dice: “querida niña”. ¿De acuerdo?

La participante asiente con la cabeza.

HELLINGER a la representante de la hija ¿Cómo estás ahora?

HIJA Ahora al final bien, pero antes estaba confusa, trastornada, no sabía lo que estaba ocurriendo.

Hellinger la gira hacia el Dios de los católicos.

HELLINGER Míralo y dile: “por favor, protégeme”.

HIJA Por favor, protégeme.

La hija levanta la mirada hacia el Dios de la madre, éste la estrecha contra su pecho. Ambos se abrazan.

HELLINGER a la participante ¿Puedo dejarlo así?

La participante asiente con la cabeza.

HELLINGER Esa niña tiene un lugar en mi corazón.

A los representantes Gracias a todos vosotros.

Al grupo De nuevo queda patente que en los casos de psicosis se mira el asesinato, dónde ocurrió el asesinato. A veces, también puede ser un aborto, sobre todo cuando se aborta a una edad avanzada del embarazo.

A la participante Pero tienes que tener cuidado, mirar si lo puedes abordar, si tienes el derecho de hacerlo.

La participante asiente con la cabeza.

HELLINGER Pero, sin hacer ninguna Constelación, a la niña puedes decirle: “¿Sabes lo que te dice Dios? Te dice: ‘Te protejo’.

La participante asiente nuevamente.

Rueda breve

HELLINGER Si tenemos una ronda como aquí y en poco tiempo pasan muchas cosas, los participantes de la rueda sienten la necesidad de decir algo. Lo podéis comprobar en vuestro interior: si ahora siguiera trabajando, os cansaríais. Fue demasiado, por

tanto, tengo que intercalar algo para que descanséis; por ejemplo, una rueda rápida. Cada uno dice una sola frase, cómo está ahora mismo, qué le mueve en este momento. Una rueda rápida, y así también aprendéis cómo aplicar este método.

UNA PARTICIPANTE Entermecida.

UNA PARTICIPANTE Conmovida.

UNA PARTICIPANTE Adaptada.

UNA PARTICIPANTE Impactada.

UNA PARTICIPANTE Agradecida.

LA REPRESENTANTE DE LA HIJA Saliendo de la confusión.

UNA PARTICIPANTE Estoy bien.

EL REPRESENTANTE DEL PADRE Intranquilo.

HELLINGER Todavía estás en el papel que representaste. Deja que vaya saliendo de ti. —¿Cómo te encuentras ahora?

EL REPRESENTANTE DEL PADRE Todavía sigo ahí.

Hellinger llama al representante del Dios de los mormones y lo coloca delante de este participante. Ambos se miran y se sonríen. El participante expira profundamente. Los dos se separan entre risas.

HELLINGER al grupo Les ha ayudado a los dos.

Al representante del padre ¿Qué tal ahora?

PARTICIPANTE Muy bien.

HELLINGER al grupo A veces hay que sacar a una persona de un papel. También hubiera podido llevarlo a una visualización, imaginándose al padre de la niña frente a él y luego reverenciándolo.

Pero aquí, la mejor solución fue ésta.

UN PARTICIPANTE Yo también me encuentro mejor ahora.

UN PARTICIPANTE Tranquilo.

UNA PARTICIPANTE Un poco nerviosa.

UNA PARTICIPANTE Bien.

UNA PARTICIPANTE Bien.

UN PARTICIPANTE Impactado.

UNA PARTICIPANTE Yo, tomando lo que hay.

Hellinger le indica que deje de cruzar las piernas y los brazos.

HELLINGER ¿Qué tal ahora?

PARTICIPANTE Mejor.

UNA PARTICIPANTE Impresionada.

UN PARTICIPANTE Conmovidó.

UN PARTICIPANTE Un poco intranquilo.

UNA PARTICIPANTE Atenta.

UNA PARTICIPANTE Una sensación como de motor en el pecho.

UNA PARTICIPANTE No sé, rara.

UN PARTICIPANTE Muy interesado.

UNA PARTICIPANTE Impresionada.

UNA PARTICIPANTE Reunida.

UN PARTICIPANTE Descargado.

UN PARTICIPANTE Impactado.

UNA PARTICIPANTE Se me está pasando un dolor que tenía en la boca del estómago.

UN PARTICIPANTE Agradecido y con una corriente amorosa.

HELLINGER al grupo, una vez finalizada la rueda ¿Os dais cuenta de la diferencia ahora, después de una rueda de este tipo? Cada uno ha tenido la oportunidad de decir algo y así el círculo está más unido. Ahora podemos seguir trabajando.

Los padres

UNA PARTICIPANTE Yo trabajo como psicóloga escolar y he hecho una formación en Constelaciones Familiares. Sólo he hecho tres trabajos con tres madres y han sido cosas sencillas.

HELLINGER la mira durante un tiempo Algo te falta a ti. ¿Quieres que te lo diga?

La participante asiente con la cabeza.

HELLINGER El amor a los padres.

PARTICIPANTE ¿Por qué?

HELLINGER Se pudo ver.

Al grupo Ella trabajó con tres madres.

PARTICIPANTE También invité a los padres, pero no vinieron.

HELLINGER Los padres nunca vienen, a no ser que se les respete.

¿De acuerdo?

La participante asiente con la cabeza.

El fantasma

UN PARTICIPANTE Es un caso de una chica de 18 años que no puede dormir por miedo a los fantasmas.

HELLINGER De acuerdo. Ven, siéntate a mi lado.

Al grupo ¡Hay que ver qué ámbitos se tocan aquí!

Al participante El fantasma ¿es un hombre o una mujer?

PARTICIPANTE Es una mujer.

HELLINGER ¿Desde cuándo ocurre eso?

PARTICIPANTE De pequeña lo tuvo, pero hace un año volvió a aparecer.

Hellinger elige a dos mujeres como representantes de la cliente y del fantasma, colocándolas la una enfrente de la otra.

Al cabo de unos instantes, Hellinger le indica a la representante del fantasma que se estire boca arriba en el suelo. El fantasma se tiende en el suelo, con la cabeza hacia la cliente. Ésta hace un gesto espontáneo.

HELLINGER al grupo Inmediatamente se pudo ver la reacción.

Al participante ¿Quién es el fantasma?

El participante se encoge de hombros como si no lo supiera.

HELLINGER Pero si ya lo ves.

PARTICIPANTE Me he perdido, ha habido un momento en que me he perdido. No sé quién es la hija y quién es el fantasma.

HELLINGER al grupo Realmente está un poco confuso.

Al participante ¿A ti también te visitan los fantasmas?

PARTICIPANTE Ahora no, pero de pequeño, mucho.

HELLINGER Ponte al lado de la cliente.

El participante se coloca a la izquierda de la cliente. Ésta mira a un lado y empieza a apartarse a pasitos.

HELLINGER ¿Quién es el fantasma, pues? –Es una muerta a la que no se quiere mirar.

Hellinger interviene poniendo a la chica junto a la muerta que yace en el suelo. Luego escoge a una representante para la madre y la pone delante de la hija, mirando a la muerta.

HELLINGER Por supuesto no es la hija quien no quiere mirar, es otra persona.

La hija se cubre la cara con las manos y se inclina hacia delante. La madre se acerca lentamente a la muerta, siempre mirándola. Ésta, sin

embargo, gira la cabeza para no verla.

Hellinger lleva a la hija al otro lado de la muerta. También el terapeuta se ha acercado.

El fantasma –la muerta– se muestra conmovida, llorando y pegando golpes con las manos en el suelo. La madre se arrodilla a su lado y le coloca una mano en el vientre. No obstante, la muerta no puede calmarse. La madre se estira a su lado, con la mirada puesta en ella. Aún así, la muerta sigue sollozando y pegando golpes. Al cabo de unos instantes, la madre vuelve a colocarle las manos en el vientre.

Mientras tanto, la hija ha pasado lentamente al lado de la madre para ponerse detrás de ella. A partir de un momento dado empieza a tirarla del jersey, obligándola así a tenderse de espaldas. La hija acaba sentada al lado de la madre, cogida de su jersey y tapándose la cara con la otra mano.

La madre dirige su mirada hacia la hija.

HELLINGER ¿Tienes claro quién puede ser el fantasma? ¿Conoces el trasfondo familiar?

PARTICIPANTE No tanto.

HELLINGER ¿Hubo quizás un hijo minusválido? ¿O una hija psicótica? ¿O un niño que fuese entregado en adopción?

PARTICIPANTE Que yo sepa, no.

HELLINGER La cliente ve a alguien que fue excluido, y ahora tienes una pista ¿de acuerdo?

A los representantes Gracias a todos.

Psicosis bipolar

UN PARTICIPANTE Se trata de un hombre joven con un trastorno bipolar. Después de una crisis ha quedado muy confundido. Y la verdad es que yo no sé cuál es mi rol, cuál es mi papel.

HELLINGER De acuerdo, siéntate a mi lado. ¿Qué edad tiene el hombre?

PARTICIPANTE 35 años.

HELLINGER ¿Sabes algo de su infancia?

PARTICIPANTE Le he preguntado, pero no me ha dado información significativa.

HELLINGER Bueno, entonces miraremos.

Elige a un representante para el cliente y lo posiciona. A su derecha, algo apartada, coloca a una mujer sin decir a quién representa.

El cliente se gira hacia la mujer, que obviamente representa a su madre, y la mira. Poco a poco se va acercando hasta poder poner su cabeza en el pecho de ella. Ambos se abrazan entrañablemente.

Hellinger escoge a un representante para el padre y lo coloca al lado de la madre y del hijo, mirándolos.

Al cabo de un tiempo, la madre mira hacia el padre. Unos instantes más tarde, el hijo se retira del abrazo para mirar también al padre.

Ambos, madre e hijo, se giran hacia el padre, en un principio todavía cogiéndose por la cintura, luego se desprenden poco a poco.

Hellinger coloca al cliente detrás de su padre, de manera que la madre y el padre se encuentran el uno enfrente del otro, solos.

HELLINGER al cliente ¿Cómo te encuentras aquí?

CLIENTE Mejor.

HELLINGER a los representantes Aquí lo podemos interrumpir.

Al participante Franz Ruppert me comunicó ayer una experiencia suya en la que el trastorno maníaco depresivo o bipolar, muchas veces se debe a un incesto. Y aquí se pudo ver. Eso no fue una madre con su hijo; ella lo sedujo.

Al representante del cliente ¿Te diste cuenta?

El representante asiente.

HELLINGER al participante ¿Y cuál es la solución? Te la he mostrado. Que se esconda detrás del padre. ¿De acuerdo?

El participante asiente.

HELLINGER al grupo Cuando un chico está así con su madre, se vuelve megalómano.

Niño psicótico

UNA PARTICIPANTE Mi caso es un niño psicótico de 7 años que no habla.

HELLINGER De acuerdo, ven. ¿Es psicótico o autista?

PARTICIPANTE Psicótico.

HELLINGER ¿Y cómo se muestra eso?

PARTICIPANTE Hay una tendencia a la fragmentación en su juego. Fragmentación y dispersión.

HELLINGER ¿Pero él cómo se manifiesta?

PARTICIPANTE Hay lenguaje, hay deseo de comunicación, pero no está estructurado.

HELLINGER ¿Quién está confuso? –Tú. No puedes describir claramente lo que ocurre. Te he preguntado dos veces y no tengo ninguna imagen. ¿Qué ocurre, qué hace el niño que demuestre que es psicótico?

PARTICIPANTE Camina hacia atrás. Hasta hace dos años mostraba ataques epilépticos sin razón orgánica. Y yo creo que hay una razón sistémica por parte de su madre.

HELLINGER Ahora está más claro. Primero me gustaría averiguar si tiene que ver con el lado de la madre o del padre. Si alguien dice que tiene que ver con el lado de la madre, muchas veces es la pista equivocada. Hay que tener cuidado, y yo, por precaución, me dirijo al otro lado. Pero puede ser que tengas razón. Vamos a comprobarlo. Es una prueba fácil y simple. Se escoge a un hombre para el padre y a una mujer para la madre. Luego miramos cómo se comportan.

Hellinger elige a un hombre y a una mujer y los posiciona el uno al lado del otro, a una cierta distancia y mirando en la misma dirección.

La pareja se mira. Ella se muestra abierta, él, enfadado.

HELLINGER a la participante ¿En qué lado está? –En el lado de él.

A los representantes Ésta fue la prueba. Muchas gracias, os podéis sentar.

A la participante Ahora podemos trabajar. Ésta fue solamente la prueba, para saber por dónde empezamos.

PARTICIPANTE A la madre le pasó algo importante, no sé si decirlo o no.

HELLINGER Sí, dilo.

PARTICIPANTE La madre sufrió abusos sexuales durante la infancia por un tío.

HELLINGER No es importante aquí.

Hellinger escoge al mismo representante para el padre y lo posiciona, solo.

El padre respira con dificultad, se inclina ligeramente hacia delante,

cruza las manos sobre el vientre y empieza a retroceder a pasitos. Una y otra vez se inclina hacia delante y hacia atrás, mirando intensamente un mismo punto.

Al grupo Ahora vemos quién camina hacia atrás en la familia.

Hellinger elige a una mujer, que más tarde resulta ser la madre, la posiciona enfrente del padre y le pide que se agache. La mujer se arrodilla y se inclina hasta el suelo.

Hellinger llama a otra representante y le dice que se estire frente a la madre. El padre, primero se mueve hacia la derecha, después se acerca a la muerta y se arrodilla. Durante todo el tiempo se sujeta la muñeca derecha con la mano izquierda, balanceando tensamente el torso hacia un lado y otro.

HELLINGER al grupo De la manera que se sostiene los brazos, se puede ver que tiene la energía de un perpetrador.

La muerta está inquieta y se gira hacia el lado derecho. Al cabo de unos instantes se tiende boca abajo. Después empieza a dar vueltas en el suelo y se tiende en su lado izquierdo. Sus movimientos convulsivos recuerdan un ataque epiléptico.

Hellinger introduce a un representante para el niño psicótico y lo coloca de manera que su mirada pueda abarcar tanto al padre como a la madre y a la mujer muerta.

La muerta sigue moviéndose y sacudiéndose en el suelo. El padre sigue balanceándose intensamente hacia delante y hacia detrás. La madre se ha incorporado y mira a la muerta. El hijo mantiene los brazos cruzados en el pecho.

Al cabo de un tiempo, la muerta se tranquiliza. La madre se arrastra de rodillas hacia ella. Al tocarla, la muerta se estremece y empieza a girarse hacia un lado y otro. La madre la sujeta de los hombros hasta que vuelve a calmarse. Finalmente se tiende boca arriba con los brazos abiertos, sacudiéndose de vez en cuando. La madre le toma ambas manos.

El padre sigue con el mismo movimiento. El hijo se retira un poco y se sienta en el suelo en una posición encogida.

Hellinger introduce a un hombre sin decir a quién representa.

La madre y la muerta miran a este hombre. La muerta se inquieta y extiende la mano hacia él. El hombre se acerca a ella y la toma de la mano. Después, la toma en brazos y la estrecha contra su pecho. La

madre abraza a ambos.

El padre se ha estirado en el suelo, mirando a los demás y todavía balanceándose. Finalmente se tranquiliza.

HELLINGER al hijo ¿Ha cambiado algo para ti?

HIJO Me he tranquilizado un poquito.

HELLINGER señalando al padre Él obviamente se ha tranquilizado mucho. A continuación, Hellinger lleva al hijo con su padre.

HELLINGER Échate al lado de tu padre y míralo.

Padre e hijo se miran. El hijo toma la mano del padre. Al cabo de unos instantes se arrima a él y se abrazan.

HELLINGER a la participante Lo primero que hice fue comprobar si tenía que ver con el padre o con otra persona más atrás en la historia, y la imagen quedó clarísima. La joven muerta quería tener un contacto con el otro hombre. Después, el padre pudo soltarla y echarse. Y con el padre, el niño está en buenas manos. ¿Está bastante claro para ti?

La participante asiente.

HELLINGER al padre ¿Cómo estás ahora?

PADRE Cansado.

HELLINGER al hijo ¿Y tú?

HIJO Yo estoy bien.

HELLINGER a los representantes Gracias a todos vosotros.

El alma en toda su amplitud

¿Qué es lo que permite que nuestra alma gane en amplitud y en profundidad, que crezca? Os daré un ejemplo simple: cuando miráis a una persona inocente y a otra que carga con una culpa ¿quién tiene el alma más estrecha? —La persona inocente. Un alma inocente es pequeña. ¿Y por qué? Porque la persona que aspira a la inocencia destierra muchas partes de su alma. De esta manera sigue en su estrechez y sigue siendo niño. Quien crece interiormente, le da un lugar a aquello que antes quería desterrar de su alma.

Cuando crecemos en una familia y para poder formar parte de esta familia, tenemos que excluir algunas cosas, considerándolas nocivas o malas. El precio de nuestra pertenencia a esa familia es que

queramos hacer desaparecer algunas cosas. Si, a pesar de todo, les damos un lugar en nuestra alma, tenemos mala conciencia aunque el resultado sea bueno cuando lo hacemos.

Más cerca estamos de la realidad cuanto más lugar le demos, en el alma única, a lo que rechazamos. En primer lugar, eso significa que, si bien antes nos sentíamos culpables, cuando asentimos ante esa culpa, también le estamos dando un lugar en nuestra alma. Así, aunque nos sentimos culpables, nos hallamos más cerca de la tierra y más unidos con otras personas. Y nos sentimos más fuertes.

En la familia, a veces se excluyen determinadas personas, o desaparecen de la memoria; uno ya no piensa en ellas. O todavía estamos pendientes de alguien que murió hace tiempo. O estamos enfadados con alguien de la familia y no queremos saber nada de él.

¿Qué ocurre cuando sigo pensando por alguien durante mucho tiempo? Entonces, una parte de mi alma sigue con él, o con ella, y esto no sólo se convierte en una carga para mí, sino también para el otro. Cuando, en cambio, vuelvo a integrar aquello que dejé con la otra persona, el otro queda libre. Cuando llevo a la otra persona a mi alma en su totalidad, tal como es y con amor, me encuentro enriquecido y, curiosamente, también libre en relación a él o a ella. A través de ese tomar con amor ganamos a la otra persona, se convierte en una parte nuestra. Al mismo tiempo quedamos libres de ella y ella queda libre de nosotros.

Un ejemplo simple: cuando les doy a mis padres un lugar en mi alma, con amor, los tengo y, a la vez, siento la amplitud en mi interior y el obsequio tan precioso que acabo de recibir. Al mismo tiempo, también me encuentro separado de ellos. Quedo libre de ellos porque los he tomado.

También ellos sienten que quedan libres de mí porque los he tomado. Ésta sería, pues, la contradicción tan curiosa: a través del tomar me enriquezco y, al mismo tiempo, quedo libre. También la otra persona, puesto que la tomé con amor, queda libre de mí. Cuando tomo algo de él, el otro no pierde nada; todo lo contrario: también él acaba enriquecido. En cambio, cuando me niego a tomar algo, ambos nos empobrecemos: él quería darme y yo me negué a tomarlo.

¿Qué conduce a la psicosis?

¿Para qué tanta reflexión? Porque tiene que ver con las dinámicas que en una familia conducen a la psicosis. Cuando nos relacionamos con clientes psicóticos vemos que en sus familias se aparta y rechaza algo que no se quiere mirar; muchas veces, algo peligroso. Por ejemplo, no se quiere mirar a una persona que mató a otra, o a aquél que fue asesinado por otros. Sobre todo es la víctima misma la que no quiere mirar al asesino, y el asesino no quiere mirar a su víctima. De esta manera excluyen al otro de su alma, porque el asesino teme llevar a la víctima a su alma, y la víctima teme llevar al asesino a su alma. Así, una parte del alma del asesino se queda con su víctima, y una parte del alma de la víctima se queda con el asesino. Ambos se encuentran ligados al otro y no pueden soltarse. Llevando a la víctima a su alma, el asesino recupera su alma, y llevando al asesino a su alma, la víctima recupera su alma. Ambos se unifican y se completan de esta forma.

Ahora bien, en muchas familias hay miembros que más tarde tienen que representar a ambos, tanto al asesino como a la víctima, por lo que pueden desarrollar una psicosis. Así, por una parte, sienten como la víctima y, por la otra, como el asesino. El conflicto entre ambas partes, que se hallan expuestas la una a la otra sin poder encontrarse, se revive en el alma del cliente y conduce al trastorno.

¿Cuál sería la solución? Miramos tanto al perpetrador como a la víctima y permitimos que se confronten. Así ayudamos a que la víctima pueda llevar al asesino a su alma, y que el asesino pueda llevar a la víctima a su alma. Si lo logran, se liberan y, al mismo tiempo, se reconcilian. De esta manera, también el alma del cliente se reconcilia con ambos y se libera de ambos.

Naturalmente, en muchos casos la dinámica es mucho más compleja de lo aquí descrito. Pero os da una imagen de cómo podemos y, muchas veces debemos, proceder en estos casos.

Por tanto ¿quién está trastornado? No sólo el cliente, también la familia está trastornada. Así, pues, la psicosis es algo que afecta a toda la familia. El cliente carga con algo de toda la familia. Por tanto, no sólo miramos al cliente, miramos a toda la familia. Cuando lo

hacemos, el cliente ya se siente aliviado.

Meditación: la reconciliación

Cerrad los ojos. –Ahora, cada uno puede ir con su familia y mirar a todos los que pertenecen a ella: buenos y malos –violentos y víctimas –inocentes y culpables. –Vais con cada uno y os inclináis. –Y a cada uno le decís: “Sí, te respeto a ti –y a tu destino –y tu misión. –Ahora te llevo a mi corazón, tal como eres, –y tú puedes llevarme a tu corazón. –Al final os orientáis juntos en una misma dirección, hacia el horizonte –y os inclináis profundamente. –Ante este horizonte, todos son iguales.

La indignación

UNA PARTICIPANTE Se trata de una mujer de 37 años que, desde pequeña y durante muchos años, fue abusada por su padre. Esto se dio con el consentimiento implícito de la madre que no hizo nada para impedirlo.

HELLINGER De acuerdo, ven aquí.

Al grupo ¿Ella puede ayudar a la mujer? –No, no puede ayudarle.

A la participante ¿Y sabes por qué?

PARTICIPANTE No.

HELLINGER Porque estás indignada. ¿Te das cuenta?

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER al grupo Haré otra prueba para que lo veáis.

Elige a una representante para la cliente y coloca a la participante delante de ella.

Al cabo de unos instantes, Hellinger empuja suavemente a la participante para que se acerque a la cliente. Ésta va retrocediendo paso a paso.

Al grupo Está clarísimo.

Hellinger elige a un representante para el padre y lo posiciona de espaldas delante de la terapeuta, mirando a la cliente, su hija.

La participante empuja al padre hacia delante y rompe a llorar.

Al grupo Ella necesita a la cliente para poder sacar su agresión

contra los hombres. Lo pudimos ver.

Hellinger le indica a la participante que se siente.

Al grupo Ahora haremos algo por su cliente.

Hellinger elige a una representante de la madre y la posiciona enfrente de la hija, a la misma altura del padre.

La hija se gira un poco hacia la derecha y da unos pasos hacia delante.

Hellinger coloca a una mujer delante de la hija. Ésta se acerca a ella y pone su cabeza en el pecho de la mujer. También el padre da unos pasos hacia delante. La madre se gira por completo, dando las espaldas a los demás, aunque de vez en cuando mira a la otra mujer y al marido.

Al grupo ¿Cuál es la situación? La mujer es una mujer o amante anterior del padre. La madre no se atreve a tomar al marido, y la hija tiene que representar a la amante anterior.

¿Eso es abuso? ¿Se puede decir eso? –Es una implicación.

A los representantes De acuerdo, ya está.

A la participante ¿Cómo estás ahora?

PARTICIPANTE Bien.

HELLINGER Acabas de aprender algo acerca del amor a los hombres.

Juego mortal

UNA PARTICIPANTE Se trata de una mujer que ha roto toda la relación con la familia. Hace diecinueve años tuvo un aborto provocado y es lesbiana desde hace muchos años.

HELLINGER ¿Y qué quieres hacer?

PARTICIPANTE Se siente muy sola. Me pregunto si ella ha tomado esa decisión o no.

HELLINGER No se le debe ayudar.

Al grupo ¿Os habéis dado cuenta de la fuerza una vez que dije eso?

Todo lo demás sería un juego. ¿Qué pasa con la cliente si la terapeuta se queda en esa actitud, con toda la seriedad de saber que aquí no se debe hacer nada? ¿Se encuentra mejor o peor la cliente?

PARTICIPANTE No lo sé.

HELLINGER al grupo ¿Ella mantendrá esa actitud? No, intentará ayudarle.

A la participante ¿Y sabes dónde acabarás? ¿Quieres que te lo diga?
HELLINGER escoge a una representante y le indica que se estire de espaldas en el suelo.

Al grupo Ésta es la hija abortada.

A la participante Échate a su lado.

La participante se estira al lado de la representante.

Al grupo Allá acabará. Uno acaba con la persona excluida si no se le respeta. Eso fue lo que quería demostrar.

A la participante De acuerdo, ya está.

La preocupación

HELLINGER a otra participante Sigo contigo.

PARTICIPANTE Se trata de una mujer que ahora mismo no tengo en terapia y siento que yo no la puedo ayudar.

HELLINGER al grupo ¿Realmente siente eso?

La participante hace un gesto afirmativo.

Al grupo ¿Por qué se preocupa entonces?

PARTICIPANTE Creo que la ayudo más si no trabajo con ella.

HELLINGER Le ayudas más si te olvidas de ella. ¿De acuerdo?

La participante asiente.

El control

UN PARTICIPANTE Se trata de una mujer que veo en terapia individual. Ha recibido agresiones de su pareja durante siete años.

HELLINGER ¿Y qué? Se lo merecía ¿no?

Al grupo ¿Siete años? Entonces se lo tenía que merecer.

Al participante ¿Quién es violento?

PARTICIPANTE Ambos son violentos.

HELLINGER Ella sobre todo. ¿Está claro para tí?

PARTICIPANTE Para mí sí. En este momento tengo la impresión de que tengo que cortar el caso porque ella seguía, ella lo ha denunciado a él.

HELLINGER Exacto. ¿Quién es el agresivo?

Al participante ¿Sabes lo que hará cuando tú dejes la terapia? Te

denunciará a ti. Ten cuidado. Con las víctimas hay que ir con el máximo de cuidado.

Al grupo Y lo que está clarísimo es que en un caso así, no se puede trabajar en terapia individual.

Al participante De esta manera no tienes recursos a la mano. –Pero lo configuraremos.

PARTICIPANTE Quisiera añadir una cosa.

Hellinger lo mira largamente. Después se dirige al grupo.

HELLINGER ¿Qué hizo cuando le sugerí eso? ¿Quiere verlo? –No.

Al participante Estás involucrado en este caso.

Al grupo ¿Cómo se trata eso, pues? Él dice que quiere dejar el caso. Eso es peligroso.

PARTICIPANTE Me pregunto si debo hacerlo.

HELLINGER al grupo Acaba de hacer lo mismo. Cuando yo quise decir la solución, él añadió otra cosa más.

Al participante Estás muy implicado en este caso, tú la necesitas.

Al grupo Pero para los demás explicaré qué se puede hacer. Lo explicaré en un ejemplo. En Washington, una mujer acudió a un grupo de supervisión. Tenía una clienta llena de agresividad. Había mucha violencia en su familia y la pregunta era qué debía hacer. Le pregunté: “¿Por qué esa cliente acudió a ti?” Ella contestó: “Porque tenía dolores en el brazo”. La terapeuta era fisioterapeuta. Yo le pregunté: “¿Y qué hiciste, pues?” –“Hice un tratamiento para el brazo”. –“¿Y el resultado?” –“Mejóro”. –“¿Y por qué seguiste trabajando entonces?” –“Bueno, seguí preguntando por la historia familiar...”.

Y ahora, la terapeuta no sabía cómo salir, cómo despegarse de esa clienta. “¿Y cuánto tiempo lleva contigo?”, le pregunté. –“Trece años”. Es decir, la cliente controla totalmente a la terapeuta.

Al participante Y tu cliente tiene todo el control sobre ti.

Al grupo ¿Cómo se puede recuperar el control en un caso así? Puedo sugerir algo, pero no cualquiera es capaz de hacerlo.

A aquella terapeuta le pregunté: “¿Tu cliente ha pedido otra cita?”

–“Sí, la semana que viene”. Le dije: “Un día antes, la llamas para decirle que estás enferma, pero que puede quedar para otra cita contigo. Una vez que habéis quedado para esa nueva fecha, un día antes la vuelves a llamar y le dices: mira, fue un error, pero para

ese día ya tenía una cita, podemos quedar para otro día. La siguiente vez, la terapeuta se ha olvidado, la cliente no la encuentra en su consulta, y así sigue.

Al participante ¿Sabes qué ocurre luego con la cliente? –Ella monta en cólera y así se cura, sin poder reprocharte nada, simplemente estabas confuso. ¿Te das cuenta cuál es la diferencia si dices: “lo dejo”? Así, poco a poco ganas en control y ella va quedando más y más débil. Y en cuanto una persona ya no quiere venir a terapia, porque se da cuenta de que ya no aporta nada, está sanada. Sobre todo, se ha hecho autónoma.

Al grupo Pero para vosotros lo configuraré aquí, sólo para demostrarlo.

Hellinger elige a una representante para la cliente y a otro representante para su marido, colocándolos el uno enfrente del otro.

El hombre respira profundamente. La mujer cruza los brazos sobre el pecho y avanza un pie en un gesto desafiante hacia el marido. Al cabo de unos instantes, se acerca a él y le da un empujón en el pecho.

HELLINGER Creo que ya hemos visto lo suficiente, gracias. –Hace poco, en un curso en Neuchâtel, en Suiza, también hubo una cliente que dijo que el padre había sido tan agresivo y la madre había sufrido tantísimo. Lo configuramos y salió una cosa similar a esto. A continuación pregunté por la profesión de la madre y me contó que enseñaba artes marciales.

Al participante ¿Está claro para ti?

PARTICIPANTE Sí, y también vi que estoy enganchado.

HELLINGER ¿Sabes cómo tienes que proceder para emplear estos trucos? Hazlo con un deleite secreto.

Carcajadas en el grupo. También el participante estalla en risas.

Al grupo Ahora está libre. Bien.

El participante sigue riendo y riendo, sin poder parar. Todo el grupo se ríe con él.

Al grupo Ahora ha recuperado el control.

“Ve con los hombres”

UNA PARTICIPANTE Se trata de un paciente de unos 25 años,

que atiendo en consulta individual. Vino por un problema de identidad sexual.

HELLINGER al grupo ¿Y entonces va con una mujer? Curioso ¿no? Y ella encima lo acepta como cliente...

Hellinger mira largamente a la participante.

HELLINGER Entonces ¿qué haces con él? –Dile: “ve con los hombres”. –¿Algo más?

PARTICIPANTE Puede ser una posibilidad, sí.

HELLINGER Pero hay algo más detrás. ¿Tú respetas a los hombres?

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER Está bien, entonces te será fácil decirlo. Sobre todo, respeta a su padre.

PARTICIPANTE El padre murió cuando él tenía 2 años.

HELLINGER ¿La madre volvió a casarse?

PARTICIPANTE Estuvo casada sólo durante muy poco tiempo.

HELLINGER cuando la participante intenta seguir hablando Esto ya son demasiadas palabras. Esto otra vez resta fuerza.

Al grupo Por la imagen sospecho que la madre estuvo enfadada con el padre. Por eso, el hijo no puede acceder al padre.

A la participante Quédatelo durante un tiempo y cuéntale mucho de su padre.

PARTICIPANTE Eso ya lo estoy haciendo.

HELLINGER De acuerdo. Y después se puede hacer un ejercicio. Lo voy a demostrar para todos.

Ejercicio: Ambos padres

Cerrad los ojos. –Vais sintonizando con vuestro propio interior. – ¿Quién de los padres, o el padre o la madre, tiene menos fuerza en vuestro interior? ¿Quién está más en un segundo plano? ¿Quién está más en un primer plano? ¿La madre o el padre? –Y ahora, os fijáis en aquel de los padres que está más en un segundo plano. Poco a poco lo vais trayendo más hacia delante. Y dejáis que la fuerza de ese padre, o de esa madre, fluya a través de vuestro cuerpo, hasta la última célula. –Y dejáis que su fuerza vaya brillando a través de vuestros ojos.

A la participante Bien, ahora sabes lo que tienes que hacer y lo que puedes hacer.

La excusa

UNA PARTICIPANTE Quiero supervisar a un paciente de 40 años.

Él y su mujer están buscando tener un hijo, pero tienen dificultades.

HELLINGER Ven aquí. ¿Quién de los dos no quiere tener hijos?

PARTICIPANTE Me imagino que él tiene más dificultades por la historia que me cuenta.

HELLINGER ¿Quién de ellos dos no quiere tener hijos?

PARTICIPANTE No sé si en realidad alguno de los dos quiere hijos.

HELLINGER Me imagino que ninguno de los dos quiere tener hijos. –Puedes decirles que te alegras de que vengan a terapia.

PARTICIPANTE Viene uno solo, no vienen los dos.

HELLINGER Tú le dices que te alegras de que venga.

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER Es decir, que no tienes clientes suficientes.

La participante ríe y asiente.

HELLINGER Eso soluciona el problema.

PARTICIPANTE Gracias.

Gracias

UN PARTICIPANTE Quiero supervisar a una paciente que es hija supuesta de una relación de su madre con el amante, poco antes de separarse de su marido.

HELLINGER ¿Y cuál es el problema?

PARTICIPANTE Que el ex-marido de su madre la aceptó como hija, sabiendo que no era su hija.

HELLINGER ¿Y cuál es la dificultad para la cliente?

PARTICIPANTE Que el amante de la madre, que es su padre y actual compañero de la madre, no la reconoce abiertamente como hija.

HELLINGER ¿Qué edad tiene?

PARTICIPANTE 33 años.

HELLINGER Que se vaya con el padre adoptivo y le diga: “Gracias”.

El participante hace ademanes de decir algo más, pero Hellinger lo corta.

HELLINGER Todo lo demás ya lo sabes tú mismo.

PARTICIPANTE Cuando ella tenía 15 años, el padre adoptivo le dijo que él no era el padre.

HELLINGER Claro, y eso está bien. Ella le dice: “Gracias, tú me cuidaste, aunque no tenías por qué hacerlo”. ¿De acuerdo?

El participante asiente.

Niño hiperactivo

UNA PARTICIPANTE Se trata de un niño de 15 años que se mueve todo el tiempo, es muy inquieto. También tiene momentos donde se enoja mucho, y la historia es que la madre lo tuvo a pesar de que el papá no lo quería.

HELLINGER De acuerdo, ven, ponte aquí.

Al grupo ¿Cómo puede la madre tener al hijo sin que el padre lo quiera?

Risas en el grupo.

A la participante ¿Tienes una respuesta?

PARTICIPANTE El padre dice que no quería.

Hellinger elige a un representante para el padre y lo posiciona.

HELLINGER al grupo ¿Y a quién escogeré ahora? –A su madre, a la madre del padre.

La madre del padre mira al suelo. Tras unos momentos, Hellinger elige a un hombre para representar a un muerto, indicándole que se estire en el suelo delante de ella.

La madre del padre se acerca al muerto y lo abraza. El muerto se gira hacia un lado, apartándose de ella. Ella sigue tocándolo en la espalda. Hellinger elige a un representante para el padre del padre y lo posiciona a un lado, mirando a los otros tres.

El padre del padre no mira al muerto, sino a su hijo. También éste se gira hacia su padre y se acercan. El padre del padre toca a su hijo en el brazo. El padre mira al suelo. La madre del padre se ha retirado un poco, pero sigue arrodillada, con el torso inclinado hacia delante.

A continuación, Hellinger gira al padre del padre de manera que tenga que mirar al muerto.

Después elige a un representante para el niño inquieto y lo introduce en la Constelación.

HELLINGER al hijo Échate al lado del muerto.

El hijo se tiende al lado del muerto y lo abraza. También el muerto le rodea con un brazo. El padre del padre se ha arrodillado a su lado, tocando a ambos. El hijo y el muerto se abrazan aún más estrechamente. Durante todo este tiempo, el padre mira al suelo.

Hellinger le pide al hijo que se levante y lo aparta del sistema, mirando hacia afuera.

HELLINGER al hijo ¿Cómo estás aquí?

HIJO Estoy temblando

HELLINGER al grupo Éste es el síntoma del muerto.

Al padre Échate tú a su lado.

El padre se tiende al lado del muerto y dirige su mirada hacia él.

Al cabo de unos instantes, Hellinger le pide que se vuelva a levantar y le indica al padre del padre que se eche al lado del muerto.

El padre del padre se tiende al lado del muerto y ambos se abrazan entrañablemente.

La madre del padre se acerca a su hijo, el padre, y ambos se abrazan cariñosamente.

Mientras tanto, Hellinger elige a una representante para la madre del niño y la coloca enfrente de su hijo.

A continuación, Hellinger le indica a la madre del padre que se estire en el suelo, al lado de su marido. El padre va hacia su mujer; ambos se abrazan cariñosamente e incluyen a su hijo en este abrazo.

El padre del padre y su mujer se abrazan en el suelo.

El muerto se ha girado y yace boca arriba, con los brazos abiertos.

HELLINGER a la participante ¿De acuerdo?

La participante asiente con la cabeza.

HELLINGER a los representantes Gracias a todos.

Al grupo El tiempo se acabó. Fue una mañana bien llena. Así es con este tipo de trabajo. A veces es muy simple y breve. Para vosotros, todo lo mejor.

La bendición viene de arriba y desciende; nos llega de alguien que está por encima de nosotros, en primer lugar, de nuestros padres. Cuando los padres bendicen a sus hijos, se encuentran profundamente unidos al cauce de la vida. Su bendición acompaña la vida que ellos transmitieron a sus hijos. Al igual que la vida, también la bendición nace mucho antes de los padres. Al igual que la vida, también la bendición significa transmitir algo sagrado que nosotros mismos recibimos en su momento.

La bendición es el sí a la vida, la protege, la multiplica, la acompaña. La bendición libera al bendecido para lo propio, para su propia plenitud. A través de él, la bendición y la plenitud siguen fluyendo hacia otros: por ejemplo, hacia una pareja, hacia los propios hijos, hacia los amigos. Y también fluye hacia la propia actividad que apoya y cuida la vida extensamente.

Así, los padres bendicen a sus hijos a la hora de la despedida, cuando éstos se van. Ellos mismos se quedan. De esta manera, los hijos son libres y autónomos. También cuando los padres se despiden, por ejemplo en el lecho de muerte, bendicen a sus hijos y nietos. A través de la bendición siguen unidos a ellos.

Por tanto, únicamente puede y debe bendecir aquél que está bendecido y se encuentra en concordancia con algo más grande. Únicamente pasa a otros lo que le llegó y a lo que él mismo se abrió. Así, pues, la bendición es humilde, y sólo donde se da con esta humildad, despliega todo su efecto benéfico.

Lo contrario de la bendición, su sombra, por así decirlo, es la maldición. A través de la maldición se desea algo malo para otros. Su intención es la de perjudicar la vida de otros, o incluso destruirla. Similar a la bendición que no sólo desea el bien para un individuo, sino también para sus descendientes, así también el que maldice no sólo pretende alcanzar a una sola persona, sino también a sus hijos. La maldición es el veneno en el río de la vida.

Muchas veces se desea el mal para otra persona y para sus descendientes, cuando se sufrió una injusticia o cuando se piensa que fue así. Cuando la persona está enfadada con razón, hay que reconciliarla, por ejemplo, reconociendo la injusticia y pidiéndole que se muestre afable de nuevo. Esto resulta más fácil si le pedimos que

también mire con buenos ojos a los hijos y que les desee el bien, es decir, que los bendiga.

Muchas veces, las personas desean el mal para otros sin que éstos les hayan hecho nada. Así, de repente, uno se ve expuesto a una mala intención sin poder defenderse. No puede contrarrestarla mediante sus propios actos, ya que a veces ni siquiera conoce al otro. ¿Cómo puede una persona protegerse entonces en su alma, para que esa mala intención no corra ni merme su vida, o lo enferme o le robe las ganas de vivir? Se dirige a la fuente de la vida, abriéndose a su plenitud y fuerza y dejando que vaya fluyendo a través de ella, con la fuerza suficiente para también alcanzar a los otros que pretendan limitar esta vida y, de alguna manera, frenar su corriente. Así responden a la maldición con una bendición.

Pero también nosotros a veces sentimos que deseamos el mal para otros, que nos negamos a desearles realmente el bien. A veces, esto se muestra en pequeños detalles, por ejemplo, cuando hacemos objeciones ante aquello que favorece o hace felices a otros. A través de la objeción, los atamos a nosotros en lugar de liberarlos para su propia vida y plenitud.

¿Cómo podemos contrarrestar esta tendencia? Podemos entrenarnos para convertirnos en una bendición. Así, por ejemplo, después de un encuentro o al final de un día, podemos preguntarnos: “Hoy, aquí ¿he sido una bendición?”. De esta manera, cada día nos sentiremos más colmados de bendiciones y también sentiremos que bendecimos con más y más generosidad.

CONSTELACIONES ESPECIALES DE UN TALLER EN ROMA MAYO 2002

Acúfenos en ambos oídos

HELLINGER Hace un momento, una persona me dijo que padecía de acúfenos en ambos oídos. Le pediría que viniera aquí.

A este hombre Tengo un doble interés; por una parte, quisiera ayu-

darte, por otra parte, me interesa averiguar si los acúfenos también pueden tener causas sistémicas.

CLIENTE Me podría imaginar...

HELLINGER interrumpe No, no quiero oír nada. Quiero hacerlo de manera totalmente experimental ¿de acuerdo?

El participante asiente.

HELLINGER ¿Dónde están los ruidos?

CLIENTE En ambos oídos.

HELLINGER Si te fijas más detenidamente en el oído derecho ¿a qué distancia está el ruido? ¿A cuántos metros o kilómetros?

CLIENTE Diez metros.

HELLINGER ¿A qué distancia está el ruido en el lado izquierdo?

CLIENTE También a diez metros.

HELLINGER El ruido en el lado derecho ¿es femenino o masculino?

CLIENTE Masculino.

HELLINGER Y en el lado izquierdo ¿es masculino o femenino?

CLIENTE Femenino.

Hellinger elige a un representante para el cliente, a otro hombre para los acúfenos en el oído derecho y a una mujer para los acúfenos en el oído izquierdo, posicionándolos a distancias iguales del cliente.

HELLINGER al grupo No tenemos el espacio suficiente para los diez metros, por eso lo acortamos en la Constelación.

El ruido izquierdo mira al suelo. Después, se pone la mano derecha en el corazón. Al cabo de unos instantes empieza a respirar con dificultad y, con pequeños pasos hacia la derecha, se va acercando al cliente.

El cliente se ha dado la vuelta y extiende los brazos. También el ruido derecho se acerca y los dos se toman de la mano. El ruido derecho mantiene la mirada fija en el suelo. Después, apoya su cabeza en el hombro del cliente y ambos se abrazan cariñosamente.

También el ruido izquierdo se gira hacia el cliente y se acerca unos cuantos pasos. En cuanto llega al cliente, también ellos se toman de la mano. El cliente se lo acerca aún más. Los tres se abrazan, pero el ruido derecho mira hacia fuera.

Al cabo de un tiempo, el cliente afloja un poco el abrazo, toma por la cabeza a cada uno de los ruidos y los aprieta contra ambos oídos.

Después de unos instantes, la representante del ruido izquierdo se

arrodilla mientras el cliente la mantiene cogida de la cabeza. Finalmente, la representante del ruido izquierdo se tiende en el suelo, sobre su lado derecho. El cliente la mira; también el ruido derecho la mira brevemente y enseguida vuelve a apoyar su cabeza en el oído del cliente. El cliente se aparta del ruido que yace en el suelo, llevándose al ruido derecho. Éste, sin embargo, se deja caer al suelo y se estira al lado del ruido izquierdo. Finalmente, también el cliente baja al suelo y se tiende al lado de los otros dos, pero con la cabeza apartada y tapándose los ojos con el brazo izquierdo.

HELLINGER al cabo de un tiempo, al representante del cliente

Levántate.

El cliente se levanta y Hellinger le da la vuelta para que mire hacia fuera. El cliente se tapa ambos oídos y mira al suelo. Al cabo de unos instantes empieza a avanzar lentamente, se endereza, expira profundamente y deja caer los brazos. Respira profundamente aliviado.

HELLINGER al representante del cliente ¿Qué tal ahora?

REPRESENTANTE DEL CLIENTE Estoy libre.

HELLINGER a los representantes Gracias.

Al cliente No entiendo nada. Pero no importa. ¿Tú lo entiendes?

CLIENTE Sí, lo entiendo.

HELLINGER De acuerdo, está bien.

DE UN TALLER EN ATENAS SEPTIEMBRE 2002

Amor secreto

UNA CLIENTE Se trata de un problema personal, de las secuelas de un abuso.

HELLINGER ¿Fue con un hombre?

CLIENTE Sí, yo...

HELLINGER interrumpe No quiero saber nada más.

Elige a un hombre y lo posiciona enfrente de la cliente. Ésta le mira, después cierra los ojos y empieza a tambalearse.

HELLINGER a la cliente Lo primero es que tienes que mirar.

Al grupo Se fue a sus fantasías, a las imágenes internas.

A la cliente Olvídате de lo que te dijeron al respecto. Simplemente mira.

La cliente está a punto de caerse hacia atrás. Hellinger la sostiene desde atrás y la empuja un poco hacia delante.

HELLINGER a la cliente ¡Siempre mirando!

La cliente, por su propio impulso, se acerca al hombre. Le pone la mano en el pecho, después también la cabeza, y finalmente le abraza. También el hombre la abraza con delicadeza. Ambos se mecen suavemente. Al cabo de un tiempo, el hombre apoya su cabeza contra la de ella. Ella se arrima a él y los dos permanecen en un entrañable abrazo, meciéndose suave y cariñosamente durante mucho tiempo.

Finalmente, la cliente se desprende del hombre, da unos pasos hacia atrás y lo mira cariñosamente. El hombre le tiende ambas manos. La cliente toma las manos y las estrecha durante unos instantes, después se sueltan. La cliente se da la vuelta y avanza unos pasos.

HELLINGER De acuerdo, ya está.

A la cliente Así se acaban las secuelas. ¿Sabes por qué? Porque se pudo mostrar el amor secreto.

Al grupo En nuestra sociedad está prohibido mostrarlo. Quien tiene el permiso para mostrarlo, queda libre.

A la cliente De acuerdo. Ahora tienes buen aspecto.

DE UN TALLER EN ESTOCOLMO SEPTIEMBRE 2002

Autismo

Nota

En este taller, un grupo de cuatro cuidadores, entre ellos también un psiquiatra, me preguntaron si podían traer a un hombre autista para que trabajara con él. Querían averiguar si su autismo tenía también causas sistémicas. Este hombre, de unos 35 años, en toda su vida sólo había pronunciado dos palabras. Yo asentí, bajo la condición de que ellos lo acompañaran. Al día siguiente, cuando subieron al escenario

con él, el hombre, inquieto, no paraba de moverse de un lado para otro, abriendo y juntando sus manos una y otra vez, escudriñando las palmas de sus manos.

HELLINGER al grupo Quisiera trabajar con el hombre a mi derecha. Es autista y no habla. A su lado están cuatro de sus cuidadores, entre ellos, también un psiquiatra. Trabajaré con todos ellos para ver si podemos hacer algo por él. Uno de los cuidadores ya me dio alguna información acerca de la familia de este hombre.

A ese cuidador ¿Podrías repetirlo para el grupo?

CUIDADOR La madre del tatarabuelo paterno fue asesinada. Era viuda, vivía con un capitán y fue asesinada por él.

HELLINGER al grupo Cuando vi que este hombre estaba mirando constantemente sus manos abiertas, les dije a los cuidadores: “Está mirando sangre”. Miraremos a ver si desde el punto de vista sistémico podemos hacer algo por él. En su familia hay dos personas importantes en relación a su situación: La madre de su tatarabuelo y el capitán que la mató.

En la esquizofrenia –y quizá en el caso de este hombre sea algo similar– encontré que muchas veces hay un asesinato oculto en la familia, a veces, muchas generaciones atrás. Un cliente esquizofrénico tiene que representar tanto a la víctima como al perpetrador, y no consigue unir las diferentes energías en su interior. Por eso se trastorna. Cuando logra reconciliar las dos energías que en un principio se excluyen, el cliente se encuentra mejor. Sin embargo, eso sólo es posible si primero el perpetrador y la víctima mismos se encuentran. Su reconciliación tiene que iniciarse en el corazón del ayudador. Esto implica que ambos reciban simultáneamente un lugar en su alma, para así reconciliarse primero en su interior. Shakespeare, en su tragedia Macbeth, describe cómo la mujer de Macbeth, cuando éste todavía se muestra reticente ante el regicidio, le dice: “Esa poquita sangre la lavamos con facilidad”. Pero después del asesinato va vagando por el palacio, presa del insomnio y constantemente mirando sus manos.

Cuando vi cómo este hombre miraba sus manos, me vino exac-

tamente esta imagen. Naturalmente, él mismo es inocente. Otra persona debería mirar sus manos ensangrentadas. En este caso, el asesino de la madre del tatarabuelo.

Antes de empezar, quisiera explicar algo acerca de las implicaciones sistémicas. Una persona excluida es representada por otro miembro posterior en la familia. Los asesinos son los que una familia excluye más. Por eso, ellos son los que, más tarde, y con mayor frecuencia, serán representados por otros. A muchos les cuesta seguir esto y admitirlo. Pero mientras los asesinos no reciban también amor, no hay solución posible para los posteriores, para los que tienen que representarlos.

Para alguien que tenga que representar a un asesino —lo cual puede ser muy peligroso—, una posible solución es la de retirarse por completo. Ésa sería su protección ante los impulsos asesinos. Sin embargo, esos impulsos no son suyos, pertenecen a otra persona. Por tanto, cuando una persona está en esa situación hay que ayudarla a salir de la representación y de la identificación con el asesino. Al mismo tiempo, cuando se vuelve incapaz de actuar, porque se ha retirado, también representa a la víctima. Si es capaz de desprenderse de la identificación con el asesino, también lo logra en relación a la víctima, y viceversa.

Por tanto, os acabo de explicar cuáles son mis ideas y de qué manera tendré que trabajar, probablemente.

Empezaré con la madre del tatarabuelo que fue asesinada.

Hellinger elige a una representante para esa mujer y la posiciona.

La mujer respira con dificultad y suspira profundamente. Hellinger elige a un representante para su marido, el padre del tatarabuelo, y lo coloca a la derecha de su mujer, mirándola.

Los dos se miran larga e intensamente y se ponen frente a frente. El hombre autista, que hasta ese momento estuvo observando la escena con interés, con las manos plegadas, empieza a inquietarse. Abre sus manos, mira las palmas y pliega y abre las manos una y otra vez.

También el marido de la mujer asesinada extiende las manos hacia delante y escudriña sus palmas. Su movimiento es idéntico al del hombre autista, si bien no lo ve, ya que éste está sentado detrás.

Al cabo de unos instantes deja caer las manos. Después, las extiende

nuevamente hacia delante, levantando lentamente la mano derecha con el puño cerrado, como si quisiera dar un golpe. Entretanto, Hellinger introduce a un representante para el capitán.

HELLINGER al grupo, indicando al marido de la mujer asesinada Aquí fue el asesinato. Él es el verdadero asesino.

La mujer empieza a gritar con todas sus fuerzas y cae al suelo delante de su marido. El marido hace un gesto con la mano tendida como si asesinara a su mujer. La mujer se tiende completamente en el suelo, girada hacia la derecha, mirando a su marido.

Hellinger le indica al representante del capitán que se vuelva a sentar, ya que obviamente no tiene nada que ver con la dinámica. El hombre autista vuelve a mirar con insistencia las palmas de sus manos.

Al grupo Al capitán lo podemos dejar de lado. El marido de la mujer es el asesino.

El marido hace un gesto como si rompiera algo por la mitad y lo tirara. A continuación, Hellinger introduce al hombre autista mismo en la imagen.

Hellinger toma de la mano al padre del tatarabuelo para llevarlo con su víctima. El cliente se mueve de aquí para allá con inquietud, mirando una y otra vez las palmas de sus manos. El marido le tiende la palma de su mano derecha. Hellinger lleva al cliente delante de él.

El cliente, de vez en cuando mira al marido, pero siempre aparta la vista en seguida. Durante todo el tiempo mantiene las palmas de las manos extendidas hacia delante. Al cabo de un tiempo, Hellinger le indica a la mujer que se levante y la lleva al lado de su marido. El cliente aparta la mirada.

El marido rodea a la mujer por la cintura. Ella posa su cabeza en su hombro. El marido sigue tendiendo la palma de su mano derecha hacia el cliente. Éste lanza breves miradas al marido y a la mujer, pero siempre apartando la vista rápidamente. Después se inquieta y quiere sentarse. Hellinger lo toma de la mano y lo lleva delante del marido y de la mujer, pero el cliente no los quiere mirar y aparta la vista. Al cabo de unos instantes, Hellinger pone un brazo del marido y otro de la mujer en los hombros del cliente. Lo abrazan y lo sostienen. El cliente lo permite, pero mantiene los brazos extendidos hacia los lados y la mirada fija en un punto.

Al cabo de un tiempo, el cliente se desprende de ellos y se sienta,

otra vez mirando las palmas de sus manos. El marido y la mujer se abrazan entrañablemente. Al cabo de un tiempo, se separan. El marido se arrodilla delante de la mujer y se inclina profundamente. La mujer mantiene sus manos plegadas. Después baja con el marido, se inclina hacia él y le besa. Al cabo de unos instantes, se incorpora de nuevo y permanece arrodillada delante de él con las manos plegadas. El cliente, la mayor parte del tiempo, mantiene la mirada apartada, a veces fijándose en las palmas de sus manos.

El marido se incorpora para mirar a la mujer. Al ver que el cliente, sentado a su lado, vuelve a mirar las palmas de sus manos, Hellinger toma su mano derecha y le pregunta: “¿Sabes lo que tienes en tus manos? –Agua.”

El cliente mira al marido y a la mujer, abriendo sus manos, pero sin mirarlas. El marido y la mujer se giran hacia él. El marido mantiene sus manos abiertas. El cliente mira a ambos largamente.

Hellinger se sienta a su lado y le pone la mano izquierda en el corazón. En un principio, el cliente aparta la mirada. Después, su mirada oscila entre el marido, la mujer y las palmas de sus propias manos.

Hellinger lo acerca suavemente, rodeándolo con el brazo derecho mientras su mano izquierda sigue en el corazón del cliente. Al cabo de un tiempo, el cliente se suelta y vuelve a mirar las palmas de sus manos.

Hellinger le indica que vuelva con el marido. El cliente se levanta y se acerca a él, pero después se inquieta y vuelve a caminar de un lado para otro mirando las palmas de sus manos. Finalmente se sienta entre sus cuidadores.

HELLINGER al marido y a la mujer Echaos en el suelo, uno al lado del otro.

Cuando la pareja yace en el suelo, al cliente Estírate en el suelo, al lado del marido.

El cliente se levanta y camina de un lado para otro, inquieto. Después se coloca al lado del marido que yace en el suelo. Un cuidador le indica que se estire en el suelo y le ayuda a hacerlo.

Una vez que se encuentra en el suelo, Hellinger coloca el brazo del marido en el hombro del cliente. El marido le abraza y le estrecha contra su pecho. Con el otro brazo mantiene abrazada a la mujer. Ésta coloca la cabeza en el pecho de él.

El cliente vuelve a mirar brevemente las palmas de sus manos. Des-

pués pliega las manos y se queda tendido así. Otras dos veces vuelve a abrir brevemente sus manos para luego plegarlas de nuevo. Así permanece largamente. Después, el marido abre sus brazos y suelta el abrazo. El cliente levanta la cabeza, la deja caer de nuevo, mira sus manos, levanta la cabeza largamente para mirar a su alrededor, la deja caer de nuevo y mira sus manos abiertas. Después pliega las manos y permanece echado así.

HELLINGER al cabo de un tiempo largo, al grupo Ésta es la solución. Pliega las manos igual que el cliente.

A los representantes De acuerdo, aquí lo dejo.

Los representantes se levantan. El cliente se sienta al lado de Hellinger con las manos plegadas. Hellinger pone una mano en sus manos plegadas. Los dos se miran. Después, el cliente mira a sus cuidadores.

Al grupo Tiene unos cuidadores muy buenos y se los merece.

Al cabo de unos instantes Es curioso lo que sale a la luz cuando empezamos con un mínimo. Imaginaos lo que habría pasado si primero hubiera posicionado al capitán y a la mujer, aunque pareciera lo más lógico. Pero empecé sólo con la mujer. No sabía por qué, pero sabía claramente que únicamente debía empezar con ella. Me vino a la mente que una persona se había omitido aquí. Y muchas veces, la persona omitida es la importante. Aquí fue el marido de la mujer. De repente pudimos ver que en realidad se trataba de él; lo del capitán no era más que una historia.

Lo que salió a la luz es que el alma lo sabe todo. Esta alma que actúa aquí, abarca a todos, es común a todos. Por eso, los representantes podían sentir como las personas verdaderas que estaban representando. En esta alma no se olvida nada, todo está presente. La verdad surgió porque nos fiamos enteramente de los movimientos de esta alma. Ninguna teoría nos podía haber conducido allí. A través de los movimientos del alma pudimos ver dónde se halla la solución: en la reconciliación entre el asesino y la víctima. Allí se inicia. Los representantes encontraron el camino a su manera especial. El alma los llevó allá.

También el cliente sabía lo que había que hacer cuando se dejó abrazar por ambos. La reconciliación empieza cuando les damos un lugar en nuestro corazón a ambos, al perpetrador y a la víctima.

Después, no sabía cómo seguir. Pero dado que el hombre y la mujer estaban muertos, les indiqué que se estiraran en el suelo, el uno al lado del otro. De repente supe que el cliente tenía que yacer a su lado. Allí empezó a plegar las manos.

Al cabo de un tiempo, cuando el hombre y la mujer lo abrazaron juntos, pudo soltarse; se había librado de algo. Mantuvo la cabeza levantada durante mucho tiempo, y pensé que quizá se levantaría. Eso habría sido una solución, porque así habría podido dejarlo todo atrás.

A los cuidadores Esto seguirá trabajando en su alma. Y vuestra solicitud y cuidado le ayudarán. No hace falta hablar de nada hasta que su alma emerja. Y eso necesita tiempo todavía. Pero veo que el tatarabuelo y la tatarabuela lo abrazan juntos. Ésta es la imagen que tengo. También vosotros tenéis que confiar en ellos y en una fuerza mayor que limpia toda sangre.

El cliente vuelve a mirar sus manos.

HELLINGER al cliente Te deseo todo lo mejor.

Los dos se miran largamente. Después, el cliente se levanta y quiere ir hacia delante. Hellinger coge su mano izquierda y lo retiene. El cliente se vuelve a sentar, con la mirada puesta en Hellinger. Después mira lejos.

HELLINGER al cliente Ahora puedes quedarte.

Hellinger ha puesto su mano encima de las manos del cliente. Éste retira su mano derecha y vuelve a mirar la palma. Después pliega las manos nuevamente. Éste fue el final de este trabajo.

Anexo

Después de este trabajo, los cuidadores comentaron su sorpresa al ver que el cliente estaba tan tranquilo durante la Constelación y que no intentara salir corriendo. También les asombró que se dejara tocar, cosa que normalmente no permitía.

DE UN TALLER DIDÁCTICO EN FORT LAUDERDALE FEBRERO 2003

Trastorno de personalidad múltiple

UNA PARTICIPANTE Mi cliente tiene varias personalidades y mu-

chas veces se autoagrede. Hice una Constelación con ella, pero no salió nada. Sólo al final de la Constelación se quedó mirando mi falda y dijo: “Aquí está Satanás”.

Hellinger elige a una representante para la cliente y le indica dónde posicionarse.

La representante de la cliente se dobla hacia atrás, a punto de caerse, luego dobla un poco las rodillas.

Hellinger elige a otra representante y la coloca al lado de la cliente, indicándole que imite cualquier movimiento de ésta.

Las dos mujeres se doblan hacia atrás. Al cabo de unos instantes, la representante de la cliente se cae hacia atrás, pero se apoya en sus manos. Durante un tiempo mantiene el cuerpo en el aire, después se deja caer al suelo. La segunda mujer imita todos sus movimientos.

La representante de la cliente gira la cabeza hacia la otra mujer. También ésta gira su cabeza en la misma dirección. La representante de la cliente se arrastra de rodillas para apartarse de la mujer. Ésta le sigue de la misma manera.

HELLINGER a la otra mujer Ahora quédate con tu propia intuición, sea cual sea.

La representante de la cliente toma la mano de la otra mujer y la acaricia en el brazo como si quisiera ganar su atención. Después se gira hacia ella. La otra mujer, sin embargo, no reacciona y gira la cabeza hacia otro lado.

Hellinger elige a otra representante y la coloca a la vista de la primera mujer.

La primera mujer intenta establecer un contacto con esta representante tocándola en los pies, pero la tercera mujer se retira y no permite el contacto.

A continuación, Hellinger le indica a la representante de la cliente que se levante y se aparte un poco.

La tercera mujer se retira cada vez más hasta acabar al lado de la representante de la cliente. Ambas miran a la primera mujer que sigue en el suelo.

Hellinger lleva a la representante de la cliente aún más hacia atrás, de manera que la tercera mujer se queda sola con la mujer en el suelo.

Cuando la representante de la cliente intenta darse la vuelta, Hellinger apoya este movimiento, llevándola unos pasos hacia delante.

HELLINGER a la representante de la cliente ¿Cómo te encuentras ahora?

REPRESENTANTE DE LA CLIENTE Me encuentro bien.

HELLINGER a la participante ¿Está claro para ti?

PARTICIPANTE Para mí es muy conmovedor. Gracias.

HELLINGER a los representantes Gracias a todos vosotros.

Al grupo Es la primera vez que hago imitar los movimientos para-
elemente. Pero pudimos ver que la cliente tenía que representar
a alguien.

TALLER DIDÁCTICO EN SALZBURGO MAYO 2003

La formación

HELLINGER Os doy la más cordial bienvenida a este taller de formación. ¿Qué significa formación aquí? Significa formar la percepción, la percepción exacta. Es decir, cuando alguien refiere un asunto o presenta un caso, aprendemos a percibir: ¿Dónde se halla lo esencial y qué es lo decisivo? ¿Qué aporta más energía y qué resta energía? Yo lo indicaré para que juntos podamos comprobarlo y aprender a fijarnos en lo esencial.

También se trata de una formación para la ayuda. La ayuda, por una parte, es fácil. Cualquiera siente el deseo de ayudar cuando ve a otra persona necesitada. Cuando alguien nos pregunta por el camino, por ejemplo, nos gusta orientarle, informarle sobre la dirección correcta a tomar. Y todos hemos experimentado también la ayuda, sobre todo de nuestros padres. Gracias a esta experiencia propia de la ayuda, sentimos el deseo de pasar a otros lo recibido, ya que toda relación humana crece a través del intercambio de dar y de tomar. Aquí, sin embargo, se trata de una ayuda especial, de la ayuda como profesión. ¿Qué significa eso? Significa, en nuestra profesión, ayudar a otra persona, sobre todo a desarrollarse y a crecer. Si examináis vuestro ayudar: ¿Cuántos de vuestros clientes acabaron siendo fuertes gracias a vuestra ayuda, y a través de qué inter-

venciones? ¿Y cuántos se vieron frenados en su crecimiento, por ejemplo por apoyarse demasiado de vosotros? Siempre que una persona se apoya en un ayudador, ya no puede crecer. Ayudar a otro de manera que él mismo afronte su vida y su destino, aunque sean duros, es una ayuda profesionalmente correcta.

Cuando una persona está necesitada, con mucha facilidad ocupamos la posición de madre o de padre. En ese momento, el otro se convierte en niño y ya no afronta su destino. Este tipo de ayuda es agradable para el ayudador y cruel para la persona a quien se la ofrece.

En el trabajo aquí me gustaría demostrar cuáles son los elementos decisivos para que la ayuda no sólo venga del corazón, sino también se convierta en un arte.

La salvación

HELLINGER a una participante ¿De qué se trata?

PARTICIPANTE Se trata de una niña gemela de 7 años que llegó a la Aldea Infantil con ocho meses. Hace dos años, su madre murió de alcoholismo. No hay ningún contacto con el padre. Nos hemos esforzado mucho por establecer ese contacto, pero no fue posible. Sí hay contacto con la hermana del padre.

HELLINGER ¿Dónde está la hermana gemela?

PARTICIPANTE También vive en la Aldea Infantil.

HELLINGER Con el tiempo he empezado a fiarme sobre todo de aquello que se muestra a través de los representantes. Por eso no quisiera hacer más preguntas ahora, sino elegir directamente a una representante para la niña. Por su comportamiento veremos hacia dónde se mueve todo. Entonces podrás aportar más información si fuera necesario.

Hellinger elige a una representante para la niña y la posiciona. La representante se muestra inquieta, mirando lejos y después, al suelo, siempre tambaleándose.

HELLINGER a la representante Esta niña está perdida. ¿Dónde está mirando?

PARTICIPANTE A los muertos.

HELLINGER Es claro que mira a la madre.

Elige a una representante para la madre y le indica que se estire boca arriba en el suelo, delante de la niña. Al cabo de unos instantes, la niña gira y da unos pasos hacia delante, dejando a la madre atrás.

HELLINGER a la participante ¿Dijiste que había una hermana del padre? ¿La conocéis?

PARTICIPANTE La conocemos. También hay hermanos de la madre que después de la muerte de la madre tomaron contacto con las niñas.

Al escuchar esta información, la niña se da la vuelta de nuevo. Hellinger elige a un representante para uno de los tíos de la niña y lo posiciona enfrente de ella.

La niña mira al tío con una risa en los labios.

HELLINGER a la participante Aquí hay relación, se ve inmediatamente.

La niña se acerca a su tío, primero tímidamente, luego más rápido, y se pone a su lado. Los dos se miran cariñosamente, la niña sonríe, feliz.

HELLINGER a la participante ¿Lo tenemos?

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER Bien, entonces ya está.

A los representantes Gracias a todos.

HELLINGER al cabo de unos instantes, a la participante ¿Puedes dejar que se vaya?

PARTICIPANTE Sí. Con esta imagen, sí.

HELLINGER Ahora eres innecesaria. ¿No es hermoso?

PARTICIPANTE Sí. Hay tantos otros que necesitan ayuda.

HELLINGER al grupo En la ayuda, lo importante es encontrar lo esencial. Una vez que lo tenemos, podemos parar. Si quisiéramos seguir, restamos algo. En una situación así, algunos ayudadores piensan que aún deberían hacer algo más por la niña. No hacen nada por la niña. Quieren disfrutar un poco más, por así decir.

A la participante Esta gran ayuda, por una parte es una renuncia, pero, al mismo tiempo, ¡qué ganancia!

La mayor fuerza siempre nace de la propia familia. Si podemos llevar a los niños allí, siempre resulta bueno para ellos, aunque nosotros, desde fuera, pensemos que no es una familia tan buena. Ésa es nuestra imagen. El niño, sin embargo, se siente en casa en su familia.

Compara alguna vez a las familias a las que a veces menospreciamos con las familias perfectas. ¿Dónde hay más fuerza?

PARTICIPANTE La respuesta la aprendí allí en la Aldea Infantil.

La muerte

HELLINGER a otra participante ¿De qué se trata?

PARTICIPANTE Se trata de una cliente de 18 años. Durante dos años fue toxicómana y alcohólica, pero después resucitó. Me preocupa que no se quede con vida.

HELLINGER ¿Con quién trabajaré?

PARTICIPANTE ¿Conmigo?

HELLINGER Exacto. Posiciona a la participante.

A la participante ¿Y a quién pondré enfrente?

PARTICIPANTE ¿A los padres?

Hellinger elige a un representante y lo posiciona enfrente de ella.

HELLINGER Él es la muerte.

Al cabo de unos instantes, el representante de la muerte se acerca a la participante. Después le pone la mano derecha en el hombro y la acerca a él. Ambos se miran intensamente. La mujer apoya su cabeza en el pecho de él y la muerte le acaricia la cabeza. Entretanto, Hellinger ha introducido a una representante de la cliente.

Al cabo de un tiempo, la muerte se desprende de la participante. Ambos se miran a los ojos. Después, la muerte da unos pasos hacia atrás para volver a su sitio original. La participante y la cliente se miran.

Hellinger toma a la cliente de la mano y, pasando con ella entre la participante y la muerte, la lleva lejos de ellos, a la independencia. Al llegar a ese lugar, la cliente respira profundamente y se ríe aliviada.

Al grupo Lo hemos visto.

A la participante ¿Tú también lo has visto?

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER a los representantes Gracias a todos.

Al cabo de unos instantes, a la participante ¿Sabes lo que hizo tu cliente?

PARTICIPANTE Se fue de mí.

HELLINGER Ella dejó atrás a la muerte.

Hellinger espera mientras la participante, pensativa, asiente con la cabeza.

Al grupo Aún quisiera comentar algo al respecto. Muchos ayudadores se oponen al destino de un cliente, o se oponen a la muerte, pensando que deberían salvar a una persona de su destino o de la muerte. En el fondo ¿por qué? ¿Quién teme la muerte y quién teme el destino? El ayudador. Con su ayuda pretende escapar de su muerte y de su destino, utilizando a los clientes en ello. ¡Pero qué corazón tan bueno que tienen! ¡Qué corazón tan bueno! –Sin embargo, el resultado muestra que es un corazón cruel, un corazón cobarde.

El hijo pródigo

HELLINGER a una participante ¿De qué se trata en este caso?

PARTICIPANTE Tengo una cliente cuyo padre es árabe y la madre, austríaca. El padre la echó de casa con 20 años cuando se enamoró de un austríaco.

HELLINGER ¿El padre vive en Austria?

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER ¿Y por qué?

PARTICIPANTE Se casó allí y también trabaja allí. La cliente no ha vuelto a ver a los padres y a los hermanos en 20 años. No tiene ningún contacto con ellos, aunque viven cerca.

HELLINGER Es decir ¿todo esto pasó hace 20 años?

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER ¿Y cuál es su problema ahora?

PARTICIPANTE Su problema es que quisiera retomar el contacto con su familia.

HELLINGER al grupo Si sintonizáis con lo que acaba de referir ¿dónde se encuentra el problema? ¿Con quién? ¿Dónde está la fuerza? ¿Con quién tendría que trabajar yo? Es sólo para comprobar, no hace falta que me contestéis. Es sólo para que contactéis.

A la participante ¿Tú qué piensas?

PARTICIPANTE Con el padre.

HELLINGER Exacto. ¿Quién no tiene contacto?

PARTICIPANTE Ella no tiene contacto con su padre.

HELLINGER ¿Quién no tiene contacto?

Al ver que la participante duda, al grupo Está clarísimo, y vosotros lo notasteis enseguida. Él no tiene ningún contacto con su familia.

Y la hija dice: “Yo lo hago igual que tú, por ti”.

A la participante ¿Puedes sentirlo?

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER Pero lo comprobaremos, por supuesto.

PARTICIPANTE Un problema, y así lo escribí también, es que yo...

HELLINGER interrumpiendo, al grupo ¿Qué ocurriría si se lo permitiera? ¿Qué ocurriría con la fuerza?

A la participante ¿Te das cuenta?

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER Bueno, escogeremos a un representante para el padre.

¿De qué país es?

PARTICIPANTE De Siria.

Hellinger elige a un representante para el padre y lo posiciona.

Al cabo de unos instantes, el padre se da vuelta. Hellinger elige a un representante para Siria y lo coloca a una cierta distancia a espaldas del padre.

El padre se vuelve otra vez, intenta dar un paso hacia delante, pero después retrocede. Vuelve a avanzar, se para y vuelve a dar un paso hacia atrás. Siria mantiene los brazos abiertos en un gesto de bienvenida.

Hellinger elige a una representante para la cliente y la introduce en la imagen.

El padre se acerca aún más y se pone entre Siria y la hija. Ésta se acerca a Siria, se pone a su lado y se seca las lágrimas con las manos.

El padre se coloca primero delante de Siria, luego se da la vuelta y cierra los puños.

Al cabo de un tiempo, Hellinger escoge a una representante para la madre y también la posiciona enfrente de todos los demás.

El padre mira por un momento a su mujer, luego se gira de nuevo. La madre hace un gesto hacia la hija como si se despidiera de ella, después se gira hacia su marido. Siria, desde atrás, tira al padre de la manga. Éste mira hacia atrás por un momento, luego aparta la mirada de nuevo. Siria vuelve a tirarle de la manga. El padre se aparta aún más. La hija llora.

Hellinger elige a un representante para el marido de la hija y lo intro-

duce en la imagen. La hija se desprende de Siria, se mueve indecisa de un lado para otro, como si no supiera adónde ir. Finalmente va con la madre y ambas se abrazan.

La hija se retira de la madre y se coloca de espaldas delante de ella.

La madre la empuja suavemente hacia delante. Después, la hija se acerca al padre, llorando. También la madre se acerca.

Siria se coloca delante del padre y le hace señas para que se acerque.

El padre se gira hacia Siria, pero no reacciona. La hija se aparta del padre para irse hacia su marido. Los dos se abrazan cariñosamente.

El padre mira brevemente a su hija, luego se da la vuelta haciendo ademanes de abandonar el escenario por atrás. Después se gira con los puños apretados. Siria le tiende la mano derecha.

Hellinger acerca a Siria y al padre a los demás. Coloca al padre delante de Siria y le dice: “Arrodíllate”. Tras unos momentos de incertidumbre, el padre se arrodilla. También la madre se arrodilla delante de Siria.

Siria rompe a llorar. El padre se muestra inquieto, sacude la cabeza y mantiene los puños cerrados, sin poder inclinarse. Siria se acerca a él y le acaricia la cabeza, acercándose, aún arrodillado. Finalmente, también el padre rompe a llorar. Siria se inclina hacia él hasta acabar con la cabeza apoyada en la espalda del padre. Tanto Siria como el padre lloran profundamente conmovidos.

Al cabo de un tiempo, Siria se endereza. El padre, todavía de rodillas, aparta la cara y sigue sollozando. Después, se levanta y se pone a un lado. Sigue inquieto y una y otra vez cierra los puños. Siria le tiende una mano.

HELLINGER al padre Mira a Siria y dile: “Ya no soy digno de ser llamado hijo tuyo”.

PADRE Ya no soy digno de ser llamado hijo tuyo.

Siria le sonríe al padre, tendiéndole la mano derecha y poniéndose la mano izquierda en el corazón. El padre gira y mira a su hija. Ésta se acerca a él y los dos se abrazan. Entretanto, Siria se ha dado vuelta y mira hacia otra parte.

HELLINGER a la participante ¿A quién representa la hija para el padre?

PARTICIPANTE ¿A la madre?

HELLINGER A Siria.

Al cabo de unos instantes Creo que aquí puedo interrumpir el trabajo.

La ayuda sistémica

HELLINGER al grupo De este trabajo podemos aprender mucho y me gustaría abordar unos cuantos detalles.

A la participante Cuando a ti acude una cliente, la tentación es la de mirarla como se hace en la psicoterapia tradicional: llega una cliente y tú estableces una relación con ella. De esta manera ya yerras, tu amor cae en el lugar equivocado y tú estás perdida.

Lo importante es la actitud sistémica. Así, la mirada abarca el sistema entero. Uno se expone al sistema entero y de esta manera se sabe quién necesita ayuda.

¿Con quién estaba mi corazón? Ten cuidado, no respondas tan rápido. ¿Con quién estaba mi corazón? Te lo diré, así no tienes que adivinarlo. —Con Siria, por supuesto.

PARTICIPANTE Eso es lo que quería decir.

Los dos se miran riendo.

HELLINGER Te subestimé. —Con Siria, exacto. El padre, por lo visto, había contraído alguna culpa con Siria. Algo debió de cometer. Es un hijo pródigo. Aquello que está sin resolver entre él y Siria, también está sin resolver entre él y la hija. La hija representaba a Siria para él; quizá también representaba a la madre, pero “madre” en el sentido de Siria.

En cuanto encuentres hacia quién se debe dirigir tu amor, inmediatamente puedes trabajar. Así, todos están en sintonía contigo.

¿Cuánto tiempo llevas con esta cliente?

PARTICIPANTE Ha venido unas cuantas veces ya.

HELLINGER ¿Y qué haces ahora?

PARTICIPANTE ¿Con ella?

HELLINGER Cuéntale lo que aquí ocurrió y despídela inmediatamente. No se le puede ayudar; ella tiene que representar algo para su padre. Pero si ella le da un lugar en su corazón a Siria, está a salvo. Más no puedes hacer con ella, es su destino estar implicada de esta forma.

Si la despides de la manera que te sugerí ¿la cliente acaba siendo más fuerte o más débil?

PARTICIPANTE Acaba siendo más fuerte.

HELLINGER Exacto. Por tanto, ésta es la intervención terapéutica correcta.

Los dos se miran riendo.

HELLINGER ¿De acuerdo?

PARTICIPANTE Sí.

El destino

HELLINGER al grupo Quisiera comentar algo acerca del destino. El destino, en gran parte nos está predeterminado –a través de nuestros padres y de nuestra patria–. Sólo estando en concordancia con este destino, con estos determinados padres y con nuestro origen, y estando dispuestos a ocupar nuestro lugar allí, tenemos fuerza.

Quien rechaza a sus padres, rechaza su destino. Quien rechaza su patria intentando escapar de ella, rechaza su destino. Así se debilita.

Hay excepciones, a veces una persona se ve obligada a abandonar su patria, por ejemplo en Irlanda, durante la época del hambre.

En aquel entonces, medio pueblo emigró a Estados Unidos, eso es diferente.

Pero cuando alguien intenta esquivar las exigencias de su patria y de su entorno, se debilita. En el padre se pudo ver: no tiene ninguna fuerza, es como un hijo pródigo, perdido. Por tanto, como ayudadores, llevamos a nuestro corazón a los padres concretos de una persona, a su patria y a su destino especial. Así se ayuda en concordancia con este destino.

Naturalmente, esto significa, en primer lugar, acercarse al cliente a su destino, a sus padres, a su patria, a sus antepasados, a las circunstancias concretas. Una vez que llega allí, cobra fuerza.

La solución

HELLINGER al grupo Aquí delante tenemos a tres niños. Pero no trabajaré con los niños, porque los niños siempre son buenos y

amorosos. Me centraré en aquello que en la familia sea significativo. En primer lugar os presentaré a la familia: ella es una madre con dos hijos. En sus faldillas, el hijo más pequeño; el segundo hijo, de unos 5 años, está sentado a su lado. Al otro lado está la hermana de la madre con su hijo de unos 14 años. Y a su lado, la madre de ambas, la abuela de los niños.

Nota:

El tema es la rabia asesina que a veces aflora en el niño de 14 años y en el de cinco. Por lo visto, en la familia existen secretos en relación al Nacionalsocialismo, por lo que se sospecha que los ataques agresivos de los niños estén relacionados con esta historia. Toda esta información no se menciona delante del público.

HELLINGER Empezaré con la abuela.

Al grupo No quiero decir de qué se trata para proteger a los niños.

Mi interés se centra en el sistema entero.

A la abuela ¿Estás casada y tienes cuántos hijos?

ABUELA Estoy casada y tengo tres hijas. La madre de los dos niños es la más joven, la otra es la mayor.

HELLINGER ¿Y qué pasa con tu marido?

ABUELA riendo A él no le interesan estos asuntos.

HELLINGER al grupo Comprobad vosotros mismos: ¿Con quién empezaré? Por la impresión que me causó está clarísimo con quién empiezo.

Hellinger elige a una representante para la abuela y la posiciona.

Al cabo de unos instantes, la representante de la abuela empieza a mirar al suelo. Después da unos pasos hacia atrás y se gira a un lado, pero sigue mirando al suelo.

Hellinger elige a un representante y le indica que se estire boca arriba en el suelo.

La representante de la abuela se tapa la boca con una mano y se muestra muy inquieta. Al cabo de unos momentos, se gira hacia el hombre muerto en el suelo y cruza los brazos. Luego se tapa la cara con ambas manos.

Hellinger le pide a la hija mayor de la abuela que se tienda al lado del hombre en el suelo. Una vez en el suelo, la hija mira al hombre muerto.

HELLINGER a la representante de la abuela ¿Cómo te encuentras

tú, mejor o peor?

REPRESENTANTE DE LA ABUELA Es más peligroso.

HELLINGER ¿Te encuentras mejor o peor ahora?

REPRESENTANTE DE LA ABUELA Mejor.

HELLINGER al hijo de la hermana mayor Échate tú también al lado de tu madre. Al cabo de unos instantes, al hijo mayor de la otra hermana Échate tú también a su lado.

La hija mayor de la abuela y el hombre muerto se miran intensamente. La abuela ha retrocedido unos cuantos pasos más. Al cabo de un tiempo se va al otro lado y se sienta al lado de sus nietos. Después, se estira en el suelo.

Hellinger les pide a la hija mayor de la abuela y a los dos niños que se levanten. A continuación llama también a la hija más joven de la abuela y coloca a las dos hermanas con sus hijos a un lado del escenario, mirando a la abuela y al hombre muerto en el suelo.

La representante de la abuela mira al hombre muerto. Hellinger le indica a éste que mire hacia la abuela. Los dos se tienden las manos.

La abuela se acerca de manera que sus manos se tocan.

Hellinger coloca a los niños delante de sus madres y éstas los sostienen. Ambos niños levantan la mirada hacia sus madres. La hija mayor está llorando.

Finalmente, Hellinger introduce representantes para los padres de los niños, colocándolos al lado de sus mujeres.

HELLINGER al cabo de unos instantes Aquí lo puedo dejar.

A los representantes Gracias a todos.

Al grupo Ahora no quiero comentar nada de lo que aquí se acaba de dar, también para proteger a los niños. Pero he sacado a los niños de una implicación sistémica; de esto se trataba. ¿No son unos niños preciosos, los tres? De acuerdo, así lo dejo. (véase también “Visita al cementerio con un niño”).

“Tú eres mi destino”

HELLINGER a una participante ¿De qué se trata?

PARTICIPANTE Se trata de un hombre joven cuyo padre murió el año pasado en un accidente de moto. Un. . .

HELLINGER interrumpe ¿Cuál es su problema?

Al grupo Antes de empezar con la historia, quisiera saber de qué se trata para el cliente.

A la participante Quizá podamos ahorrarnos entonces toda la historia.

PARTICIPANTE Se trata de un conflicto de lealtades.

HELLINGER ¿Y qué es eso?

PARTICIPANTE riendo Hay un hecho importante que realmente tengo que contar. El padre se accidentó justamente un día antes de que su mujer, la madre del cliente, lo quisiera dejar.

Cuando la participante intenta seguir hablando, Hellinger la para con un gesto.

HELLINGER al grupo ¿Debo permitirle que se alivie?

Risas en el grupo.

HELLINGER Por lo que ella dijo ¿qué debo hacer?

Después de unos momentos de reflexión Bueno, simplemente lo haré.

Hellinger elige a representantes para el cliente y su padre, posicionándolos el uno enfrente del otro.

HELLINGER al representante del padre Échate en el suelo. De hecho, tú estás muerto.

Al cabo de unos instantes, Hellinger elige a una representante para la madre y la introduce en la Constelación.

HELLINGER a la madre Mira a tu marido muerto y dile: “Ése fue mi deseo”.

MADRE Ése fue mi deseo.

El hijo rompe a llorar y se va con su padre, le acaricia la cabeza y se estira a su lado. Después se incorpora de nuevo y mira a la madre.

También el padre mira a su mujer. El hijo se levanta y mira a la madre, furioso. Hellinger le hace dar unos pasos atrás. El hijo se mantiene con los puños cerrados.

HELLINGER al grupo ¿Y qué será de él? –Será un asesino.

Al hijo Ahora te das la vuelta.

Hellinger lo gira. El hijo se pone la mano en el cuello.

HELLINGER No hace falta que te ahorques.

Hellinger lo aparta más de los padres. El hijo sigue estando muy tenso.

Hellinger le da la vuelta para que mire al padre y a la madre.

HELLINGER Mira a la madre y dile: “Tú eres mi destino”.

HIJO con voz agresiva Tú eres mi destino.

HELLINGER con un tono normal “Tú eres mi destino”.

HIJO respira profundamente, luego dice tranquilamente Tú eres mi destino. –Tú eres mi destino, mamá.

Hellinger le da la vuelta, apartándolo de nuevo de la madre y del padre.

A continuación, le pone a un hombre delante.

HELLINGER Éste es tu destino.

Ambos se miran amablemente. El destino le tiende la mano al hijo.

Éste se acerca y los dos se toman de la mano.

HELLINGER a la participante ¿Puedo dejarlo aquí?

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER a los representantes De acuerdo, gracias a todos.

Al grupo No necesitamos llevarlo hasta el final. Aun trabajando con el cliente mismo, pararía aquí. Lo esencial está claro.

A la participante ¿Para ti también?

PARTICIPANTE Para decir la verdad, no. No sé a quién debo identificar como el destino del cliente.

Hellinger la posiciona a ella misma en el escenario, luego pone enfrente al representante del cliente.

HELLINGER al hijo Mírala y dile: “Tú eres mi destino”.

El hijo se ríe y sacude la cabeza.

HELLINGER De acuerdo, ya basta.

Risas en el grupo.

HELLINGER a la participante ¿Está claro para ti?

La participante asiente con la cabeza.

Al grupo ¿Os dais cuenta de lo peligrosos que pueden ser los terapeutas? Únicamente se puede ayudar con temor y temblor. Y lo más peligroso es amar al cliente como un padre o una madre aman.

Entonces resulta peligroso para todos.

A la participante ¿Ahora está claro para ti?

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER De acuerdo, entonces te deseo todo lo mejor.

La impotencia

HELLINGER a una participante Bien ¿de qué se trata?

UNA PARTICIPANTE Se trata de una mujer con un hijo de 28 años que padece de soriasis en las articulaciones, no sólo en la piel. También la hermana de la madre contrajo una soriasis muy grave con 30 años y está enferma desde entonces. Pero el problema para la mujer es su hijo.

HELLINGER ¿Y qué debes hacer tú en este caso?

PARTICIPANTE Me pide que le ayude a aclarar qué está pasando, qué ha ido mal para que el hijo tenga que sufrir de esta manera.

Tiene una artritis muy fuerte.

HELLINGER ¿Y en quién estoy pensando yo?

PARTICIPANTE ¿En el hijo?

HELLINGER En la persona que no se nombró.

PARTICIPANTE El padre, su marido, tuvo una novia antes de ella, que dejó sin ninguna razón importante y que estuvo muy enfadada.

HELLINGER Soriasis o neurodermatitis se da donde hay una maldición, es decir, donde alguien está enfadado. Ya dijiste quién está enfadada. ¿Dónde está la solución, por tanto?

Al ver que la participante duda Es muy simple. Una buena definición, siempre contiene la solución. La solución ya la dije, pero lo demostraré.

Hellinger elige a dos representantes, una para la madre y otra para la novia anterior del padre, colocándolas la una enfrente de la otra.

Al cabo de unos instantes, Hellinger elige también a un representante para el hijo y lo introduce en la Constelación, a un lado y a la misma distancia de las dos mujeres. El hijo empieza a temblar y mira al suelo.

Hellinger elige a un representante del padre y lo posiciona al lado del hijo.

El hijo respira. El padre mira también al suelo. La novia del padre da un paso hacia atrás.

Hellinger elige a un hombre y le indica que se estire boca arriba en el suelo, entre ambas mujeres.

HELLINGER al grupo El padre está temblando ¿lo veis? Está temblando y el hijo estuvo temblando también.

El hijo apoya la cabeza en el hombro del padre.

HELLINGER al cabo de unos instantes, al hijo Échate a su lado.

Al padre ¿Cómo te encuentras? ¿Mejor o peor?

PADRE Mejor.

HELLINGER a la participante ¿Sabes de qué se trata?

PARTICIPANTE El padre del padre tuvo una mujer que murió en el parto de un hijo junto con el niño.

HELLINGER Me quedo en el presente. Ésta es su novia. ¿Sabes quién es la persona en el suelo?

PARTICIPANTE Nunca me paré a pensarlo.

HELLINGER Es un hijo abortado de ellos dos.

A continuación, Hellinger le pide al hijo que se levante y le indica al padre que se estire al lado del muerto. Cuando el padre se coloca a su lado, el muerto y él se juntan y se miran.

Al grupo Estos dos están reconciliados.

Al hijo ¿Cómo te encuentras tú?

HIJO Yo también estaba bien allá abajo.

Hellinger le indica que se ponga al lado de su madre y les pide a ambos que se den la vuelta, dejando al padre, su novia y al muerto atrás.

HELLINGER a la madre ¿Qué tal para ti así?

MADRE Mejor.

HELLINGER al hijo ¿Para tí?

HIJO Al lado del padre me encontraba mejor.

HELLINGER a la participante No lo puedes ayudar. La fuerza que lo arrastra hacia allá es demasiado fuerte. ¿Está claro?

PARTICIPANTE Sí, está claro para mí.

HELLINGER a los representantes De acuerdo, gracias a todos.

Al grupo Me gustaría comentar las percepciones. Lo primero fue que el hijo se quedó mirando hacia el suelo, temblando. Después puse al padre a su lado. Éste también empezó a temblar y se quedó mirando al suelo. Por tanto, allí había un muerto. Después, cuando puse al hijo al lado del muerto, el padre se encontraba mejor. Es decir, el hijo dice: “Yo me muero en tu lugar”.

Al final, cuando el padre se encontraba en este lugar, estaba en sintonía con el muerto.

A la participante Es decir, para el padre, lo adecuado es morir. Pero el hijo no desiste en su intento de salvar al padre. Y éste es su destino. –Y es un destino bello. De hecho, se sentía bien allá abajo.

¿Puedes ofrecerle algo mejor?

La participante asiente con la cabeza.

HELLINGER ¿Tienes algo mejor para él? Estaría bien. Pero él allá abajo estaba muy contento. No obstante, lo abordaré de nuevo, como una supervisión.

Hellinger coloca al hijo enfrente de la participante. Al cabo de unos instantes, la participante, sonriente, da unos pasos hacia atrás.

HELLINGER a la participante Dile: “Papá es mejor”.

PARTICIPANTE Papá es mejor.

El hijo asiente con la cabeza.

HIJO a Hellinger Ahora, con ella, empecé a tener las mismas palpitations que antes en la Constelación, antes de los temblores. Es similar, pero no tiemblo.

HELLINGER Exacto.

A la participante Si siguiera, pondría al padre enfrente de su hijo, y a ti te pondría más apartada, para que únicamente observaras lo que aquí ocurre. Entonces tienes fuerza porque ya no estás en medio.

Visita al cementerio con un niño

(continuación de “La solución”)

HELLINGER al niño de 5 años que viene bajando las escaleras de la sala Ven conmigo un momento. Sí, ven conmigo.

El niño se acerca y se sienta al lado de Hellinger. Éste le pone el brazo derecho en el hombro y le mira durante un tiempo. El niño está muy tranquilo.

HELLINGER Te contaré una historia.

NIÑO Hm, hm.

HELLINGER Nosotros dos haremos una visita al cementerio. Te tomo de la mano toma al niño de la mano y nos vamos al cementerio. Allí vamos viendo las tumbas, una tras otra. Hay muchos muertos enterrados allí. Delante de cada tumba nos inclinamos, los dos, simplemente así. El niño se inclina levemente. Y les deseamos la paz.

NIÑO Hm, hm.

HELLINGER Y les dices: “Yo vivo”.

NIÑO Yo vivo.

HELLINGER “Miradme con buenos ojos”.

NIÑO Miradme con buenos ojos.

HELLINGER “Aunque vosotros estéis muertos y yo vivo”.

NIÑO Aunque vosotros estéis muertos y yo vivo.

HELLINGER “Y me gustaría vivir mucho tiempo”.

NIÑO con voz fuerte Y me gustaría vivir mucho tiempo.

HELLINGER Sí, y: “Y quiero que muchos otros también vivan mucho tiempo”.

NIÑO Y quiero que muchos otros también vivan mucho tiempo.

HELLINGER Eso es. Así vamos paseando de tumba en tumba, los dos ¿sí? A través de todo el cementerio. Después salimos del cementerio, salimos por el portal y dejamos el cementerio atrás. Llegamos a un hermoso prado donde hay flores preciosas. Y cogemos unas cuantas flores ¿de acuerdo?

NIÑO con un gesto afirmativo Sí.

HELLINGER Un ramo bonito.

NIÑO Un ramo bonito.

HELLINGER Después volvemos un momento al cementerio y ponemos las flores en una tumba.

NIÑO Sí.

HELLINGER Así, los muertos se alegran de que alguien se acuerde de ellos.

NIÑO Sí.

HELLINGER Que te vaya muy bien.

La plenitud de la felicidad

HELLINGER a la mañana siguiente En el fondo soy un filósofo. Terapia es lo que hago por añadidura. Esto, en el fondo, es filosofía aplicada, es decir, que en modo alguno soy terapeuta sino que reflexiono acerca de la vida. En este sentido me gustaría seguir trabajando, al servicio de la vida tal y como es, sin ningún deseo de que sea diferente de lo que es. No hay nada mejor que aquello que es. No hay mejores padres que aquellos que tenemos, no hay mejor futuro que aquel que tenemos por delante. –Lo que es, es lo más grande. Y felicidad significa llevarlo a mi corazón tal y como es

—y alegrarme por ello. Ésta es la plenitud de la felicidad: alegrarse de la realidad tal y como es, de nuestros padres, tal y como son, de nuestro pasado, tal y como fue, de nuestras parejas, tal y como son, de nuestros hijos tal y como son, justamente así. Eso es lo más bello. La alegría es la plenitud de la felicidad.

La ayuda más allá de los ayudadores

Existe una forma de psicoterapia, y también una forma de Constelaciones Familiares, en la que se procede según el principio de: ¿Cuál es el problema? Así buscamos la solución, y una vez que la tenemos, se acabó. Éste es un procedimiento válido y muchas veces se logra. De repente se ve la solución y también se encuentra una frase sanadora que impulsa un movimiento en el alma, y todos pueden dejarse caer tranquilamente y decir: “¡Qué bien lo hemos hecho!” Y el terapeuta puede pensar: “¡Qué bien lo hice!” Y muchas veces es así realmente. Éste es un lado. De esta forma funciona cuando el problema se mueve más bien en un primer plano.

Sin embargo, cuando se trata de los grandes movimientos, de los más grandes, cuando se trata de la de vida y de la muerte, otro movimiento es el que se despliega. Un movimiento que supera ampliamente lo que nosotros concebimos como solución. Aquí actúan las fuerzas del destino. Lo vemos, pero nadie tiene el derecho de intervenir, por ejemplo, para buscar una buena solución. El movimiento en sí es lo grande. Cuando lo vemos y nos entregamos a él, dejando que actúe, aparece la grandeza. Todo esto se da más allá de los ayudadores. Ellos sólo tuvieron la oportunidad de ver algo grande y de dejarse tocar por ello. Eso es todo.

Paz para los muertos

HELLINGER a un participante ¿Qué pasó?

PARTICIPANTE Mi abuelo, el padre de mi madre, de joven mató a un soldado ruso por una razón nimia.

HELLINGER al grupo Un hecho así tiene secuelas en la familia. ¿Qué se hace aquí? ¿Qué se puede hacer?

Al participante ¿Qué te parece? ¿Qué sería lo indicado aquí?

PARTICIPANTE Trabajar con el soldado y con el abuelo.

HELLINGER Exacto, los necesitamos a ellos dos.

Elige a representantes para el soldado ruso y para el abuelo y los coloca el uno enfrente del otro.

Al cabo de unos instantes, Hellinger escoge a una representante para la madre del soldado ruso y la pone detrás de éste. La madre se muestra sumamente inquieta, sacudiéndose y apretando los labios. Al mismo tiempo extiende las manos con los dedos abiertos hacia delante, respirando con dificultad y temblando de ira. Finalmente cierra los puños y empieza a gritar con todas sus fuerzas, pegando patadas en el suelo y levantando los puños. Después rompe a llorar mientras mantiene a su hijo cogido de los hombros y apoya su cabeza en la nuca de él. Al cabo de un tiempo se calma y empieza a mirar al abuelo.

El abuelo, en un principio mantenía los puños cerrados, después los abre.

Mientras tanto, Hellinger ha introducido en la Constelación al participante, el nieto del abuelo. Éste se gira hacia el soldado ruso y su madre.

La madre del soldado ruso da un paso hacia un lado, pero sigue respirando con dificultad. El abuelo se acerca al soldado ruso. Ambos se miran largamente.

HELLINGER al abuelo Inclínate ante él.

El abuelo se inclina profundamente, luego se arrodilla y se inclina hasta el suelo, tendiendo las manos hacia el soldado ruso.

HELLINGER al cabo de unos instantes, al abuelo Ahora estírate boca abajo delante de él.

El abuelo se estira boca abajo con los brazos tendidos hacia el soldado ruso. Después, se gira hacia un lado, como si estuviera muerto. Al cabo de unos instantes, el soldado ruso se tiende a su lado.

La madre se arrodilla al lado de su hijo muerto, le acaricia la mejilla y se tiende a su lado sollozando. Entretanto, Hellinger ha girado al participante de manera que éste se queda mirando hacia fuera.

HELLINGER Así acaba todo. Y entonces puede ser pasado.

Al participante ¿Cómo te encuentras tú ahora?

PARTICIPANTE He respirado hondo.

HELLINGER Mira atrás una vez más para que lo veas. Eso es pasado.

A los representantes De acuerdo. Gracias a todos.

Al grupo Aquí, de nuevo hace falta la filosofía. Filosofía significa: miramos a la vida en conjunto y esperamos hasta que nos muestre algo. Y a este algo asentimos de inmediato. Aquí, por ejemplo, pudimos ver que la muerte era buena para todos. Mi querido amigo Rilke, en la primer “Elegía de Duino”, describe lo que ocurre cuando lloramos por los que se ausentaron prematuramente. Y pregunta: “¿Qué me piden los muertos? Que suavemente me desprenda de la apariencia de injusticia que, a veces, impide levemente el puro movimiento de su alma”. No sufrieron ninguna injusticia los que murieron pronto. Y no perdieron nada.

Y luego describe la entrega a este movimiento de desprendimiento. Por ejemplo, que uno abandone incluso el propio nombre como si de un juguete roto se tratara. Todo desaparece, todo. ¿Dónde queda? No lo sabemos.

Mi otro gran amigo Richard, Wagner de apellido, habla de la dicha del olvido último. Ésta se encuentra al final, una vez se concluye el proceso del morir. De hecho, el morir tan sólo empieza con la muerte, ella es el principio del morir. La plenitud, la conclusión del proceso, necesita más tiempo, hasta que finalmente alcancemos el olvido. El cómo no lo sabemos, pero son pensamientos que le hacen bien al alma.

También aquí es cierto que los descendientes únicamente pueden crecer cuando aquello que fue, por fin puede descansar en paz y ser pasado. Por fin.

Aquellos que siguen esforzándose por el pasado, en el fondo no necesitan hacer nada; siempre siguen siendo niños, nunca se hacen adultos. Se esfuerzan en vano durante toda su vida, y finalmente también mueren, pero sin logros.

De acuerdo, éste es el final de mi filosofía.

Meditación: El amor al destino

El destino se nos presenta en cualquier persona con la que nos

relacionamos. Cada una de estas personas se convierte en destino para nosotros –y nosotros, en destino para ellas. Por tanto, el amor al destino significa amar tanto al destino que se me presenta en el otro –que me enriquece, me desafía y también me golpea a través de él–, también significa amar al destino que enriquece, desafía y, muchas veces, también golpea al otro a través de mí. De este modo, todo encuentro con otras personas se convierte en más que un mero encuentro entre ellas y yo. Se convierte en un encuentro de destinos que actúan detrás del otro y de mí. Pueden ser destinos gozosos o dolorosos; pueden estar al servicio del crecimiento o de la limitación, dando o arrebatando la vida.

Así, pues, el amor al destino es el amor último, que exige lo último, da lo último y toma lo último. En él nos superamos.

¿Qué significa esto en detalle?

Cuando otra persona, desde mi punto de vista, me desea el mal y me perjudica, de la forma que sea, muchas veces mi primera reacción es la de desearle también el mal, tramando la compensación o la venganza. En cambio, si le miro como a una persona expuesta a su destino, reconociendo que su destino, a través de él, también se convierte en mi destino, ya no encaro al otro como ser humano, encaro el destino –y lo amo. En ese mismo instante me entrego a un poder fatal, permito que me toque y más allá de mi consternación personal, permanezco en el amor en cualquier circunstancia.

Por otra parte, cuando yo me convierto en destino para el otro de una forma que a él le duele, le limita y le obliga a la despedida y a la separación, resisto al sentimiento de culpa, como si yo actuara por mis propios intereses, por deseos destructivos o malas intenciones, en lugar de estar expuesto al destino, al suyo y al mío. También a este destino lo he de amar, tal y como es, y así, a través de este destino, me purifico y me constituyo en un mismo nivel con el otro.

Quien ama el destino de esta forma, el propio y el ajeno, sea cual sea la manera en que se convierta en destino para el otro y para mí, está en concordancia con todo tal y como es. Se halla formando parte de un todo mayor y, a la vez, orientado al tú. Su amor, por ser amor al destino, alberga tanto grandeza como fuerza.

“Yo no delato nada” (hipo)

HELLINGER a un participante ¿Tú también tienes un caso? ¿De qué se trata?

PARTICIPANTE Se trata de una chica de 19 años. Tendría muchas ganas de hacer una formación, de poder ir a la escuela, pero no puede porque tiene varias enfermedades; entre otras, un hipo persistente. Constantemente está con hipo y la mayor parte del tiempo son palabrotas las que emite de esta manera.

HELLINGER ¿Podrías enseñarnos cómo se hace eso?

El participante muestra el hipo.

HELLINGER ¿Y mientras lo hace hay palabrotas en su mente?

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER Nunca he tenido ningún caso así.

Al ver que algunos participantes en el grupo imitan el hipo y se ríen Centraos de nuevo. Nuestra intención es la de ayudar a la chica.

Al participante ¿En lugar de quién hace eso? ¿Tienes alguna idea?

PARTICIPANTE Hay muchos hechos en la familia de origen, también más atrás.

HELLINGER Empecemos por lo más inmediato. ¿Qué es lo especial?

PARTICIPANTE Tanto en el lado de la madre como del padre hay un hermano que murió pronto.

HELLINGER tras sintonizar durante unos momentos ¿Hubo vínculos con parejas anteriores por parte del padre o de la madre?

PARTICIPANTE No.

HELLINGER ¿Estás totalmente seguro?

PARTICIPANTE No del todo.

HELLINGER al grupo La respuesta fue tan rápida; en un caso así, siempre sospecho.

Al participante Lo constelamos: la cliente, el padre y la madre.

A partir de ahí veremos.

El participante elige a los representantes y coloca a la hija a una cierta distancia enfrente del padre. A la madre la posiciona apartada, a la izquierda del padre.

La hija mira al cielo; la madre al suelo; el padre, al cabo de unos ins-

tantes, se pone las manos en el cuello y se gira lentamente. La hija está a punto de caerse hacia la izquierda. La madre se gira hacia el marido. Al grupo Ahora, el que mira al cielo es el padre. La madre se va con el marido y lo sostiene por detrás para que no se caiga.

HELLINGER al participante ¿Quién fue ahorcado?

El participante se encoge de hombros. Hellinger elige a otro representante y lo posiciona delante del padre.

El padre sigue apretando las manos contra su cuello como si quisiera cerrarlo. El hombre abre la boca como si no pudiera respirar y quisiera gritar. La hija vuelve a enderezarse.

HELLINGER al hombre ¡Grita!

El hombre mantiene la boca abierta, después emite un grito. El padre se comporta como un ahorcado que no puede respirar. El hombre abre la boca y saca la lengua como un ahorcado.

HELLINGER al padre ¡Míralo! ¡Míralo!

De repente, el hombre, con la boca muy abierta, cae al suelo. El padre deja caer las manos y vuelve su mirada hacia la mujer. Ésta sacude la cabeza. Hellinger coloca a la hija detrás de sus padres.

El padre le sonríe a su mujer y se gira hacia ella. Ella sacude la cabeza.

HELLINGER a la hija Di: “Yo no delato nada”.

HIJA Yo no delato nada.

HELLINGER ¿Qué tal cuando lo dices?

HIJA Bien.

HELLINGER al participante ¿Está claro para ti?

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER a los representantes Gracias a todos.

Al grupo A veces realmente parece tremendo lo que aquí se llega a decir. Pero no se saca de la nada. Estuve observando exactamente lo que se iba desarrollando e internamente me puse en el lugar de cada uno. Así surge esta percepción.

Primero, la hija mira al cielo, hacia arriba, y el padre se pone las manos en el cuello como si quisiera ahogarse. Eso, casi siempre, significa: ahorcado. Después, también él mira al cielo. Están mirando a un ahorcado. Ésa fue mi imagen desde un principio. De hecho, era obvio. La pregunta es si uno se atreve a admitir aquello que percibe

internamente. Así busqué a un representante para el ahorcado e inmediatamente vi que quería gritar. Abrió la boca y estaba clarísimo que quería gritar. No fue ninguna fantasía y me fié de la imagen. El padre no quería mirarlo. Cuando lo miró, se giró hacia su mujer. Ésta le hizo un reproche en el sentido de: ¡cómo pudiste hacerlo! Eso se podía ver.

Después saqué a la cliente del campo de tensión y la puse detrás. Por lo visto, existe un secreto entre los padres; eso se pudo ver cuando el padre le sonrió a la mujer. Y la hija lo intuye. De repente me vino claramente la frase de: “Yo no delato nada”. Al participante Así, todo tiene sentido.

El participante asiente.

HELLINGER Ahora tienes una imagen. Hagas lo que hagas después, ya verás lo que resulta adecuado, hasta dónde puedes ir y hasta dónde ya no. ¿De acuerdo?

PARTICIPANTE Sí. Gracias.

La bendición

UNA PARTICIPANTE Un abuelo tiene tres nietos y cada uno tiene alguna disminución.

HELLINGER ¿Quién es el cliente?

PARTICIPANTE A la consulta acudieron dos madres, es decir, dos de sus hijas. Todos los nietos de este abuelo tienen alguna discapacidad, sea visual, o auditiva, o del sentido del equilibrio.

HELLINGER Empecemos con la primera cliente. ¿Cuál es su problema?

PARTICIPANTE Que desea apoyar a su hijo discapacitado de la mejor manera posible.

HELLINGER Es decir ¿esta cliente tiene un hijo discapacitado?

PARTICIPANTE Sí, y su hermana también.

HELLINGER Son las mismas discapacidades.

PARTICIPANTE Sí, pero con diferentes niveles de disfunción.

HELLINGER al grupo ¿Qué pasó aquí? ¿Qué pasó en ella y qué pasó en las clientes? ¿A quién miran? ¿Y a quién deberían mirar?

PARTICIPANTE tras unos momentos de reflexión Deberían mirar a

los hijos.

HELLINGER Sólo a los hijos. –Y con amor. Ninguna de las dos tiene amor para los hijos –ni tú tampoco. –Y las dos tampoco tienen ningún amor para sus maridos –ni tú tampoco. ¿Está claro para ti?

La participante asiente.

HELLINGER ¿Y dónde empieza la ayuda, pues?

PARTICIPANTE Con el amor para los hombres.

HELLINGER Primero, con el amor para los hijos –y después, con el respeto ante estos dos hombres. Y todo esto empieza en tu alma.

Entonces tienes fuerza y aportas bendición. –¿Puedo dejarlo aquí?

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER al grupo Quisiera hablar de la bendición. ¿Qué significa bendición? En latín es benedicere y significa “decir algo bueno”.

Esa es la bendición. Cuando digo algo bueno de otro y le deseo algo bueno, inmediatamente se da un efecto positivo para él. Ésa es la bendición entonces: se mira al otro y se le desea algo bueno.

Cuando veo dificultades en un cliente y quizá incluso emito un diagnóstico o defino su problema ¿cuál es el efecto sobre el cliente?

Como lo contrario de la bendición: es una maldición. En el fondo, le deseo algo malo. O cuando no le considero capaz de nada, por ejemplo, pensando: “De todos modos no lo sabe hacer”, interiormente alegando motivos por los que no va a funcionar –para el otro es como una maldición.

Hay una imagen de la bendición. La mayor bendición que conocemos por la experiencia es el sol. Todo viene del sol. No obstante, lo único que hace es brillar. Así es la bendición: uno deja brillar el sol sobre buenos y malos de la misma manera.

Croacia y Serbia

UNA PARTICIPANTE Trabajo con personas de ex Yugoslavia. Tengo un caso que me resulta muy duro y que también ilustra toda la situación de una forma simbólica.

Se trata de un chico que perdió ambas piernas en un ataque serbio a su pueblo. Él es croata. Su madre murió en el ataque cuando se abalanzó sobre él para protegerlo. El padre es serbio y al estallar la

guerra se pasó al bando serbio.

HELLINGER Eso ya basta.

A la participante Si escojo a alguien para Serbia ¿es un hombre o una mujer?

PARTICIPANTE Un hombre.

HELLINGER ¿Y para Croacia?

PARTICIPANTE Una mujer.

Hellinger elige a representantes para Serbia, Croacia, el padre, la madre y el chico. El hijo está entre su padre y la madre muerta. Croacia y Serbia se encuentran delante de ellos, mirándose desde una gran distancia.

La mirada de la madre oscila entre Croacia y Serbia. Serbia dobla ligeramente las rodillas. El hijo mira al suelo. De repente cae de bruces al suelo, acompañado de un grito de espanto por parte del público.

A continuación, Serbia se arrodilla, llena de dolor. El representante del hijo, tendido de bruces, extiende los brazos hacia ambos lados. Después se gira hacia Serbia y pone la cabeza en su regazo. La madre le sigue, se arrodilla a su lado, luego se tiende en el suelo a su lado, mirándole.

El padre se ha puesto detrás de Serbia.

El hijo quiere acercarse más a Serbia, pero ésta le aparta la cabeza. El padre se ha arrodillado delante del hijo y toma su mano izquierda. Serbia se retira aún más. El padre quiere tomar al hijo de las manos, pero éste, todavía tendido de bruces, las retira y las cruza en la espalda. Serbia sacude violentamente la cabeza, como en una profunda desesperación.

El padre toca el suelo con la cabeza mientras pone sus manos en las espaldas del hijo. Mientras tanto, la madre se ha colocado boca arriba.

Serbia, sentada en el suelo, se aparta. El hijo, tendido de bruces y con las manos cruzadas en la espalda, levanta la cabeza y mira a Serbia.

Acto seguido se abalanza por detrás sobre el representante de Serbia, lo tira al suelo y lo mantiene aprisionado. El padre sigue tocándolo en los hombros.

HELLINGER ¡Parad!

A la participante ¿En qué se convertiría el chico si no hubiera perdido ambas piernas?

PARTICIPANTE Se iría a la guerra.

HELLINGER Se convertiría en un asesino. —¿Dónde se encuentra la solución aquí?

El representante de Serbia se libera y el hijo se queda sentado delante de él. Hellinger coloca al padre ante su mujer.

HELLINGER al padre Mira a tu mujer ahora.

El padre se seca las lágrimas, después se arrodilla al lado de su mujer. Serbia y el hijo se encuentran sentados en el suelo, el uno al lado del otro, observando la escena.

El hijo, todavía sentado en el suelo, se gira y se inclina hasta el suelo. Serbia, también sentada, mira al suelo.

Croacia ha cerrado los puños, temblando de agresión. Serbia se levanta y mira al suelo. El hijo le tiende la mano, pero Serbia no se da cuenta. Después, el hijo vuelve a mirar para otro lado.

El padre toma la mano de su mujer y se tiende con el torso encima de ella. Después agarra a su hijo con la mano derecha, lo acerca y lo incluye en el abrazo.

Croacia se acerca a Serbia con la mano derecha tendida, temblando. Serbia mira al suelo, apretando los brazos contra el cuerpo como si tuviera grandes dolores e inclinándose profundamente hacia delante. Después se endereza, mira a Croacia e intenta retroceder. Croacia toca sus manos. Ambos se van acercando lentamente. Finalmente, Croacia apoya su cabeza en el pecho de Serbia.

El padre se ha incorporado, sosteniendo a su hijo en brazos. Ambos miran a Croacia y a Serbia. Serbia toma las manos de Croacia. Croacia llora. Después, Serbia coloca su cabeza en el pecho de Croacia. Ahora, también el hijo abraza a su padre. El padre rodea al hijo con el brazo derecho y el hijo empieza a sollozar.

HELLINGER De acuerdo, aquí lo dejo.

A los representantes Os doy las gracias.

LA PARTICIPANTE Me gustaría que para estos niños hubiera un buen futuro.

HELLINGER Aquí sólo hay una única solución: afrontar el dolor, el dolor impotente. La agresión es la negación de la impotencia.

PARTICIPANTE Hay tanto odio en todo esto.

HELLINGER Claro. Pero la imagen del final fue preciosa: cómo la agresión del chico al final se convirtió en dolor.

Hace poco hubo un congreso en Würzburg, donde se presentó también una mujer de Ruanda. Su marido y sus hijos habían muerto

en el genocidio. Ella estaba llena de energía perpetradora, fue terrorífico. Se pudo ver cómo las víctimas adoptan la energía de los perpetradores. Al final le hice una sugerencia para solucionar el problema entre los tutsis y los hutus: todos los muertos se entierran en el mismo cementerio. Alrededor del cementerio se levanta un muro y las puertas se cierran. No se permite el acceso. Ésa es la solución.

Quizá también lo sea entre croatas y serbios. ¡Tantos muertos en ambos lados, tanto odio! Se entierran todos juntos y se llora por todos juntos. Todos murieron en vano, para nada. Después se tiene que terminar, todo tiene que terminar por fin. ¿De acuerdo?

PARTICIPANTE Sí.

Reflexiones de cierre

HELLINGER al grupo Me da la impresión de que con esta última Constelación hemos redondeado el seminario. Hubo tal plenitud durante estos dos días, sobre todo hoy, que podemos llevarnos mucho que se irá moviendo en el alma y nos dará nuevos impulsos, y también nuevas esperanzas y nuevas posibilidades en el trabajo que se nos presenta.

Sobre todo se mostró que en lo profundo, el alma siempre intenta unir los opuestos. Trabajando de esta manera, confiando en los movimientos profundos del alma y dándoles un espacio, este proceder se convierte en un servicio para la paz y la reconciliación.

Esto también implica que uno mismo se entregue a los movimientos. Si el ayudador sólo observa, pensando: ‘Esto ya funciona solo’, no está integrado. Hay que entrar personalmente en los movimientos. Hay que captar estos movimientos en nuestra propia alma, hay que permitir que se apoderen de nosotros. Así también se sabe qué está ocurriendo y cuándo hay que intervenir. Pero la intervención no es fruto de la reflexión. El saber nace de la concordancia con este movimiento, eso es.

Por ejemplo, en la última Constelación, el tema de fondo fue la relación entre el marido y la mujer. Eso, en un principio se evitó. Sólo cuando este tema tuvo una oportunidad, todo pudo seguir

adelante. Por sí solo no se habría dado nada. Así, pues, un ayudador, al entregarse también al movimiento, debe captar: éste es el siguiente paso. Cuando nos entregamos a este movimiento, nos hallamos al servicio de la reconciliación, sobre todo, en las familias. De este modo nos convertimos en una bendición.

JORNADAS DIDÁCTICAS EN MADRID JUNIO DE 2003*

*Estas Jornadas Didácticas están documentadas en vídeo.

PRIMER DÍA

HELLINGER Siempre que vengo a España me siento alegre. Esta bienvenida tan cordial es muy especial para mí. He venido con ganas, y os haré participar con ganas también en mis experiencias, de manera que juntos podamos aprender, y juntos, por lo aprendido, crezcamos.

La ayuda lograda

HELLINGER Al principio me gustaría hablar sobre la ayuda.

En los últimos años ya ha quedado claro que este trabajo requiere una actitud especial y que, aquí, ayudar tiene un significado diferente del que normalmente se le da en psicoterapia. Esto, por supuesto, provoca resistencias en las personas acostumbradas a otras maneras de hacer. Por tanto, quisiera compartir con vosotros algunas observaciones. Vosotros podéis sintonizar en vuestras almas para ver hasta dónde, lo que digo, está en concordancia, y también, para ver qué es lo que se le exige a cada uno para poder ayudar de esta manera.

Desde que vine por primera vez a España, el trabajo con Constelaciones Familiares ha conocido un amplio desarrollo, y el acento, ahora mismo, se pone en elementos muy distintos. Es decir, la experiencia que hicimos de que los representantes sintieran como las personas que representaban, ha sacado a la luz unas posibilidades desconocidas en el trabajo.

Ahora, muy pocas veces hago una Constelación Familiar, sino que

empiezo con una o dos personas, poniendo, por ejemplo, sólo al cliente o a un representante del cliente, y después, dando un espacio para que en él se mueva algo. Yo mismo, también me dispongo como un representante, es decir, interiormente entro también en la Constelación, siento aquello que ocurre en el representante y también en la persona que él representa. Y así, muy rápidamente, se inicia un movimiento que saca a la luz algo que hasta ese momento estaba oculto. Así, también se muestra si otra persona tiene que aparecer en la Constelación o no, y muchas veces se muestra también de qué persona se trata. A esa persona la pongo enfrente del cliente, así vemos qué es lo que ocurre entre ellos dos, qué es lo que los separa quizás, y qué lleva a una unión entre ellos dos. De esta manera es posible que se desarrolle algún movimiento más donde sea preciso añadir a más personas, pero ya no hay ninguna solución, muchas veces no hay ninguna solución. La “solución” ya sería una intervención, una intromisión en el movimiento del alma. Es decir, el intento de encontrar una solución rápida, es una intromisión en el alma del otro. Lo importante es que se inicie un movimiento, y una vez iniciado el movimiento, la persona que ayuda se puede retirar. Ese movimiento es de crecimiento, y como todo movimiento, requiere su tiempo. Se trata, pues, de un procedimiento totalmente distinto, y aquí lo demostraré, explicando exactamente los pasos y haciendo ejercicios de percepción con vosotros. De esta manera, todos vosotros estáis integrados en el proceso. Por ejemplo, cuando una persona dice algo, os propongo sintonizar como si vosotros mismos fuerais representantes, para así sentir el efecto que tiene. Al mismo tiempo sentís cuál sería el próximo paso, qué es lo esencial, qué importa, y así, juntos, nos vamos ejercitando en descubrir lo esencial, que solamente es una cosa en cada caso. Una vez que se encuentra y con ello se da un paso hacia delante, lo esencial se ha hecho. En un principio, trabajaré sobre todo con este grupo, aquí arriba, con los casos que ellos presenten. Pero todos estáis en mi mirada y todos estáis incluidos en el proceso.

La madre que falta

HELLINGER a la participante que acaba de sentarse a su lado
Quisiera decir primero qué es lo importante a la hora de trabajar. Uno puede decir con una o dos frases cuál es el problema del cliente. No hay que contar nada de su familia, simplemente cuál es el problema, y si necesito saber más, te pregunto.

LA PARTICIPANTE Se trata de una paciente, de una cliente que hemos estado ayudando en Constelaciones en un proceso de separación..

HELLINGER al grupo Ejercicio de percepción: ¿Le ayudaron?

A la participante ¿Le ayudasteis? Mírame.

PARTICIPANTE Creo que le ayudamos a ver dónde estaba ella en el proceso.

HELLINGER al grupo ¿Dónde se encuentra el problema? ¿Quién es ahora el cliente o la cliente? ¿Qué es lo esencial aquí ahora?

A la participante ¿Quién es la cliente?

PARTICIPANTE Ahora yo.

HELLINGER Exacto. Lo veremos en una Constelación.

Hellinger escoge a una representante para la cliente y le indica a la participante que se ponga en frente.

Al grupo Ejercicio de percepción: ¿Quién es la grande y quién es la pequeña aquí?

Después de unos momentos, Hellinger interviene girando a la cliente de manera que le da las espaldas a la participante.

HELLINGER a la cliente ¿Cómo te encuentras ahora, mejor o peor?

CLIENTE Mejor.

HELLINGER Exacto.

A la participante ¿Está claro?

La participante asiente.

HELLINGER a la participante, cuando ésta quiere volver a su silla
Quédate aquí a mi lado. Ahora puedo decir lo que antes quería decir, porque ahora tenemos una imagen.

Ayudar en concordancia con los padres

HELLINGER Muchos problemas nacen porque una persona posterior intenta ayudar a una anterior. Por ejemplo, un hijo pretende

ayudar a los padres. En ese momento, el hijo se pone por encima de los padres. Por lo tanto, a la hora de ayudar, tenemos que reconocer al padre o a la madre en su grandeza, y el hijo se tiene que retirar e inclinarse ante ellos y honrarlos.

¿Qué es lo que hacen, por otra parte, muchos ayudadores? Se comportan exactamente igual que ese hijo: se ponen por encima del cliente con una energía infantil y con la ceguera de un niño. Y así, de repente, el cliente es el grande, como la madre o el padre, y el que tenía que ayudar, está impotente como un niño que está en un lugar que no le corresponde. ¿Cómo es posible? Porque la persona que ayuda, en su corazón, ha excluido a los padres del cliente, porque no los honra. Si lo hace, los padres son los grandes y no solamente el cliente es el pequeño ante ellos, también la persona que ayuda, es pequeña ante ellos, y de esta manera se da una situación totalmente nueva. Así, el que ayuda se contiene y en el fondo, aquello que quiere o debe hacer, es solamente una cosa: llevar al cliente a una relación correcta con sus padres. Y después se retira.

Y ahora haré una afirmación muy osada y vosotros vais comprobando a ver si es cierta: La persona que pretende ayudar de esta manera arrogante a un cliente, se mantiene en una posición superior ante sus propios padres. Por eso únicamente puede ayudar cuando ella misma es pequeña ante sus padres y los honra.

Después de unos momentos de silencio, a la participante ¿Puedo comprobarlo contigo?

La participante asiente. Hellinger escoge a una representante para la madre de la participante y sitúa a la participante y a la representante frente a frente.

HELLINGER al cabo de unos instantes, al grupo ¿Quién es la grande y quién la pequeña?

A la participante Ahora arrodíllate delante de la madre.

La participante se arrodilla y se inclina hasta el suelo.

Al grupo Sólo ahora se va haciendo pequeña, poco a poco, pero todavía no lo está.

Muy lentamente, la madre se acerca a la hija. La toca con una mano en la espalda, luego se vuelve a enderezar, se acerca aún más, vuelve a tocar a la hija y se endereza de nuevo. La hija levanta la cabeza por un

momento para mirar a la madre, pero inmediatamente vuelve a bajar la frente hasta el suelo.

HELLINGER a la participante, que permanece inclinada ante su madre Y ahora mira a la madre y dile: “Mamá, por favor, bendíceme”.

PARTICIPANTE Mamá, por favor, bendíceme.

La madre la mira cariñosamente y la acaricia en la cabeza.

HELLINGER al grupo Ahora lleva a la madre a su corazón.

La madre abraza a la hija que sigue arrodillada. Luego, la hija se levanta y ambas se abrazan largamente.

HELLINGER Está bien.

A la participante cuando ésta quiere volver a su silla No hemos acabado todavía.

A la representante de la madre Tú te pones detrás de ella.

A continuación, Hellinger llama de nuevo a la representante de la cliente, la sitúa enfrente y le pone a una representante de su madre detrás.

Al grupo, refiriéndose a la participante ¿A quién está mirando ella?

¿Y a quién debería mirar?

A la participante ¿Está claro para ti?

La participante asiente.

HELLINGER Ahora le das un lugar en tu corazón a la madre de ella, de una forma humilde.

A la cliente ¿Cómo te encuentras ahora?

CLIENTE Aliviada.

HELLINGER De acuerdo, ya está.

Al grupo Quien ha aprendido esto, sabe hacerlo todo. Éste es todo el secreto para tener éxito cuando ayudamos.

No obstante, quisiera entrar en unos cuantos detalles. Se pudo ver lo difícil que es para un hijo o para una hija, abandonar la posición superior. Por supuesto había otra cosa más detrás.

A la participante En tu caso había otra cosa más detrás. No la saqué a la luz, pero lo sé. Tú eres la hija de papá, tú te sientes como la mujer mejor.

La participante se encoge de hombros en un gesto de duda.

Cuando una hija tiene esa arrogancia, entra en una rivalidad con su madre ante el padre, y de esta manera, expulsa a la madre de su corazón.

A la participante Aquello que viene de la madre, no puede actuar en tu alma o solamente de una forma limitada.

Al grupo Por eso le costó tanto. Y cuando respiró profundamente, llevó a su madre a su corazón. Ése fue un movimiento enriquecedor, sanador. Y después, cuando se encontraba enfrente de la cliente, nuevamente entró en una pequeña rivalidad. De la misma manera se sintió superior, como ante su madre. Y de esta manera, no tiene fuerza. Pero cuando miró a la madre de la cliente y la honró, la madre de la cliente se mostró muy emocionada. ¿Qué ocurre, pues, en ese movimiento? Honrando ella a la madre, la madre recibe la fuerza para su propia hija. Es decir, la terapeuta le da a la madre la posibilidad de mostrar amor para su hija. Y así, la cliente también aprende a hacerlo. Y ése es el movimiento esencial en sí.

La mayoría de los problemas en el alma nacen por la separación de la madre. Cuando se le rechaza, quizá, o recriminándole y poniéndose por encima de ella, sintiéndose mejor o rebajándola. De esta manera se corta el acceso a la fuente original de la vida y se tiene muy poca fuerza. Ahora bien, cuando se logra encontrar nuevamente el camino original hacia la fuente de la vida, y se bebe de este manantial a grandes bocanadas, hasta que uno está realmente lleno, se tiene la vida en su plenitud. Como ayudador y como terapeuta, no hago más que eso, nada más.

Eso sería lo fundamental. Naturalmente, hay muchas otras cosas que tienen que ver con traumas, etc., entonces se puede complementar esto o ampliarlo, pero ésta sería la realización fundamental. Como persona que ayuda, únicamente puedo hacerlo si yo he bebido de mi propia madre, si yo he tomado la plenitud de la vida, y si en el cliente veo inmediatamente a su madre y lo acompaño a ese encuentro.

Por supuesto, me he dejado una parte esencial ahora: el padre. Él ocupa el segundo lugar, también importante, pero está en segundo lugar. Ahora bien, muchas personas que ayudan como terapeutas, excluyen al padre, no solamente excluyen a la madre sino también al padre. Lo que ocurre en estos casos es algo extraño. La mayoría de los psicoterapeutas se comportan como una madre ante su cliente, desarrollando sentimientos maternos, y así, el padre del cliente se convierte en su rival. Por tanto, las relaciones terapéuti-

cas –las así llamadas relaciones terapéuticas, porque en el fondo son relaciones terribles–son las relaciones de la madre con el hijo, y por tanto, se excluye al padre. Muchos psicoterapeutas, también hombres, hacen eso. Si, por lo contrario, el terapeuta lleva al padre en su corazón y lo respeta, ya no puede cultivar esos sentimientos maternos hacia el cliente. El ayudador queda un poco reducido, más pequeño, pero como tiene al padre a su lado, tiene más fuerza, y así no solamente puede acompañar a su cliente en su camino hacia la madre, sino también hacia el padre.

Y aquí ya podría terminar el curso, porque ya he dicho todo lo esencial.

Risas en el grupo.

HELLINGER Pero seguiré trabajando un poquito.

A la participante ¿Está bien para ti?

PARTICIPANTE Sí. ¿Puedo decir algo más?

Hellinger asiente.

La seriedad

PARTICIPANTE El caso de esta cliente era complejo, porque su esposo se suicidó, bueno, no puedo decir se suicidó, se mató en un accidente de coche a alta velocidad hace dos semanas. Pero, curiosamente, esta mañana cuando me levanté, mi primer pensamiento fue en la madre de ella.

HELLINGER Espera.

Al grupo Otro ejercicio de percepción. Cuando ella habló del marido de la cliente ¿quién sintió compasión con él? ¿Quién entre todos nosotros, quizá, pensó: ‘¡qué horror!’? –Ella seguramente pensó que era algo terrible, tanto para la cliente, como para el marido.

A la participante ¿Qué ocurre con ellos si tú lo encuentras terrible?

Al grupo ¿Están más fuertes o más débiles? –Más débiles. El querer ayudar, hace imposible la ayuda. Una ayuda con este tipo de compasión, que nace de este encontrar algo terrible.

A la participante Dios, si es que existe, ¿lo encontraría horrible?

La participante sacude la cabeza.

Al grupo ¿Y nosotros pretendemos ser mejores que Dios? ¿Qué ocu-

re por este tipo de compasión? –Es un reproche secreto contra Dios y contra el destino.

A la participante Haré otro ejercicio contigo ¿de acuerdo? Es importante para todos y para ti. Y todos aprendemos un montón. Pero esta vez es algo muy simple.

Hellinger le pide a la participante que se ponga de nuevo de pie en el escenario. Después escoge a un representante y lo sitúa frente a ella.

HELLINGER Éste sería el destino de aquel hombre.

a la participante Y tú, ahora te inclinas ante él.

La participante se arrodilla y se inclina hasta el suelo ante el destino.

Hellinger escoge a otro representante para el marido de la cliente y lo posiciona a un lado, mirando a la participante y a su destino.

HELLINGER a la participante Y ahora te levantas de nuevo y te retiras.

La participante se levanta y empieza a retroceder. Luego se para a una cierta distancia y se queda mirando al marido de su cliente y a su destino, el uno al lado del otro. Finalmente, la participante se da la vuelta y mira hacia fuera.

HELLINGER a la participante Eso es, lo has hecho muy bien.

Mientras tanto, el destino se ha retirado unos pasos. El marido de la cliente, poco a poco, se va dando la vuelta para primero mirar a su destino, luego dirige su mirada hacia el suelo.

Hellinger elige a una representante y le indica que se estire boca arriba en el suelo entre el marido de la cliente y su destino. El marido mantiene la mirada fija en ella.

HELLINGER a la participante La muerta es su destino.

PARTICIPANTE Su primera mujer, se suicidó.

HELLINGER Sí, eso es lo que sale. Ya no tenemos que ir más allá.

A los representantes Gracias a todos vosotros.

HELLINGER a la participante Son muchas cosas importantes que salen a la luz a través de lo que aportas.

Al grupo Podéis ver que a través de movimientos muy sencillos surge algo esencial. El hombre inmediatamente miró al suelo, y cuando estaba delante del destino, también miró al suelo. Cuando una persona mira hacia el suelo, siempre –yo no he visto ninguna excepción– mira a una persona muerta. Por tanto, uno coloca a una

persona ahí en el suelo.

A la participante Y así hemos sacado también a la luz la dinámica en tu cliente. ¿Dónde tiene que ir ella?

PARTICIPANTE Con su familia, con su madre.

HELLINGER No, tiene que ir con esa mujer.

PARTICIPANTE ¿Honrarla?

HELLINGER No, ella se siente atraída, ella siente una fuerza que la lleva con ella, y también al hombre le lleva una fuerza hacia esta mujer. –Y ahora hay otra seriedad.

¿Qué significa aquí una separación? Es algo muy superficial. Haremos otra prueba.

Hellinger llama de nuevo a los representantes de la cliente, de su marido y de la primera mujer de éste, y les pide que se estiren en el suelo, la primera mujer en medio.

HELLINGER al marido ¿Cómo te encuentras aquí? ¿Mejor o peor?

MARIDO Mejor.

HELLINGER a la cliente ¿Y tú?

CLIENTE Mejor.

HELLINGER a la participante ¿Tienes el derecho de intervenir aquí?

PARTICIPANTE Por lo visto, no.

HELLINGER Pero ahora que lo has visto, si esta cliente vuelve a tu consulta ¿quién es grande?

PARTICIPANTE El destino.

HELLINGER Y tú. Porque tocas la seriedad. Y una vez que se reconoce la realidad tal como es, el destino abre una puerta. Ahora, todos ellos indicando los tres representantes que yacen todavía en el suelo han experimentado un cambio; cada uno de ellos tiene una fuerza especial y así, quizá, pueda avanzar algo. Creo que ahora sí lo tenemos.

PARTICIPANTE Gracias.

HELLINGER Gracias por haberte expuesto aquí.

A los representantes Gracias a vosotros también.

Al grupo Hubo otra cosa más entre ella y yo. Fue un trabajo que se desarrolló completamente en el nivel de adulto, ninguno de los dos fue inferior, ninguno superior. Juntos nos expusimos a una realidad, por tanto, no hay ninguna relación terapéutica, ninguna

transferencia, de ella hacia mí o de mí hacia ella. Tú estás libre de mí, y yo estoy libre de ti.

PARTICIPANTE Gracias a Dios.

HELLINGER Y éste es el resultado final de un trabajo: ambos quedan libres y, a la vez, enriquecidos. Ella está enriquecida y yo, también. Fue una experiencia nueva y maravillosa para mí y, por supuesto, para todos nosotros.

Meditación: La mirada clara

HELLINGER Haré una pequeña meditación. –Podéis cerrar los ojos. –Y ahora os imagináis a vuestros clientes, uno tras otro, y sentís dónde sois pequeños y los clientes, grandes; dónde, quizá, sintáis compasión o encontréis algo horrible para el cliente y qué es lo que eso hace en vuestra alma. –Y después, dais unos cuantos pasos hacia atrás, miráis a sus padres... y detrás, a los padres de éstos... y más allá, al destino de estos clientes... y os inclináis. –Mientras os inclináis, percibís cuál es el cambio que empieza a darse en el cliente. ¿Qué es lo que cambia en la relación con ese cliente y de ese cliente hacia vosotros? –Y en el momento oportuno, os enderezáis de nuevo y los miráis a todos, con una mirada clara.

La relación terapéutica

HELLINGER Me gustaría decir algo más sobre la relación terapéutica. En este ejercicio he mostrado un camino, un camino de salida de una relación terapéutica, un camino para interrumpir lo que se llama “relación terapéutica”. A pesar de todo, seguís estando en una relación, pero ya no en una relación terapéutica, sino en una relación en la que lo esencial es el actuar, donde tanto vosotros como el cliente habéis ganado fuerza para poner en marcha lo posible y dejar atrás las imágenes ilusorias, los deseos ilusorios, tanto vuestros como los del cliente.

Ahora, me gustaría referirme más detalladamente a la relación terapéutica. ¿Cómo se inicia? Empieza cuando una persona acude a otra en busca de ayuda, mostrándose necesitada, es decir, se muestra

como un niño necesitado. Naturalmente, también los adultos están necesitados, necesitan algo. Y lo que necesitan, lo buscan como adultos para luego poder aprovecharlo, para poder hacer algo. Cuando en mi casa se apagan las luces necesito a un electricista. Lo voy a buscar, le digo lo que ocurre y luego me enseña cómo encender la luz otra vez. Yo le pago y él se va. Ya no mantenemos ninguna relación más, pero yo lo necesité y él me ayudó.

De esta forma, algunos acuden a psicoterapia o a una persona que ayuda, porque como adultos necesitan algo. Porque no saben cómo realizar el siguiente paso, la actuación siguiente que les toca. Y entonces, la persona que ayuda, que tiene una cierta formación, les puede enseñar un camino, de la manera que yo lo acabo de hacer aquí. Yo le he mostrado un camino. En cambio, en cuanto un cliente se presenta, por ejemplo, diciendo: “Me siento tan solo, no tengo más que fracasos, mi mujer se me va”, se presenta como un niño. ¿Hay alguna persona que pueda ayudar en ese caso, mientras el otro permanece en esa actitud?

Pero ¿qué es lo que ocurre por regla general? El que ayuda empieza a sentir compasión o siente el reto de ayudarlo al otro, como una madre ayuda a su hijo. Así, da buenos consejos, lo consuela, diciéndole que todo mejorará u otros cuentos, y de esta manera se establece una relación terapéutica que se va profundizando cada vez más. ¿Y quién tiene el control en la relación terapéutica? –El cliente. Al cabo de un tiempo, el terapeuta o el ayudador se enfada con el cliente, porque ve que no hay resultados. Y que todo ese tiempo se perdió. Cuando una persona acude de esta manera, uno interrumpe inmediatamente la relación terapéutica que acabo de describir, por ejemplo, preguntando: “¿Qué quieres hacer?” O una pregunta muy eficaz y que inmediatamente desenmascara al otro: “¿A quién amas?” Después de esta pregunta, el otro sabe qué tiene que hacer. Ya no puede permanecer en la posición del hijo.

Ahora bien, si entramos en una conversación y el cliente puede alegar razones y motivos, obligando al terapeuta a escucharle, o si el cliente se enfada si el terapeuta no escucha, nuevamente se hace con el control y nuevamente se establece la llamada relación terapéutica. En las primeras frases se decide si habrá una relación terapéutica o

no. Por eso, al principio, es tan importante ser breve, no mantener ninguna conversación larga, iniciar inmediatamente algo que saque a la luz una realidad. Por ejemplo, se coloca al cliente enfrente de su madre. Y el terapeuta lleva en el corazón a la madre. –Ya no es posible ninguna relación terapéutica, pero sí, una relación que impulsa algo, no sólo para el cliente, sino para toda la familia. Espero que lo haya expuesto de una forma comprensible. Lo que aquí queda patente es que este trabajo no es ninguna psicoterapia. En cuanto se le llama psicoterapia, muchos exigen que los ayudadores tengan que comportarse como psicoterapeutas y así miden este trabajo con sus ideas, y pretenden obligarnos a convertirnos en psicoterapeutas. ¿Y qué ocurre entonces si escuchamos esas voces? Se crea una relación terapéutica. Ellos se comportan como los padres y nosotros nos convertimos en los niños. ¡Otra vez hemos caído en la trampa! Quiero decir que es este trabajo: es un servicio a la vida tal y como es, muy simple.

Ayudar en casos de depresión

HELLINGER ¿De qué se trata?

UNA PARTICIPANTE Bueno, es un hombre de 34 años que viene por una depresión. Dice que no puede tolerar la pérdida de su mujer, que lo ha dejado.

HELLINGER De todos modos, trabajar con depresivos es muy difícil. Yo nunca abordo un caso así.

Al grupo ¿Por qué? ¿Cómo se comporta él ante la terapeuta?

A la participante ¿Cómo se comporta este hombre contigo?

PARTICIPANTE Como un niño.

HELLINGER Exacto.

PARTICIPANTE Yo me siento incómoda.

HELLINGER Naturalmente, la pregunta es: ¿Cómo te puedes deshacer de él? ¿Quieres que te lo diga? Le dices que tú piensas que es una bendición para su mujer. Y lo es. Si ante ti se comporta de esta manera, ante su mujer también se comportaría así. Y también le puedes dar otro consejo, un consejo paradójico. Pero tienes que ir con mucho cuidado cuando lo digas. Primero tienes que permitir

que eso pase por tu alma, y después, lo presentas de una manera efectiva. –Puedes decirle que de momento no va a tener salida de esta situación, que lo intente otra vez con otra mujer, hasta que también ésa le abandone. Y después, quizá se encuentre mejor. ¿Cuál es el efecto? Primero, tú quedas libre de él; segundo, ya no puede actuar como antes, se da cuenta. ¿Está claro?

La participante asiente.

HELLINGER Bien y eso ya es todo.

Al grupo ¿Cómo se cura una persona de su depresión? Cuando ya no le queda ninguna otra posibilidad más que actuar por sí misma.

A la participante Esta intervención le obliga a actuar. En algún momento escribí una pequeña historia sobre la depresión, el efecto del cliente depresivo sobre el terapeuta: Dos amigos. Uno se metió en la cama, depresivo, y enfermó. El otro pasó toda la noche velando a su lado y, por la mañana, se murió. El primero, se levantó.

Esa fuerza que nos arrastra hacia un cliente depresivo, requiere otra fuerza para resistirla. Pero uno se imagina la solución con un placer secreto, así el cliente ya no tiene ningún poder. De la misma manera que lo hicimos aquí, porque de hecho, todo es como una obra de teatro y uno mismo también desempeña algún papel, pero un papel que me guste.

La ayuda que libera a todos

UNA PARTICIPANTE Una madre presenta el miedo de una hija de 8 años y yo creo que mi miedo a afrontar el caso hizo que no se pudiera llevar a término una Constelación a nivel individual. Ella no quiso constelar cuando la envié a un grupo, y a nivel individual no me atreví.

HELLINGER ¿Qué le pasa a la hija?

PARTICIPANTE Tenía miedo. La hija tenía miedo, lloraba, muchos miedos y no dejaba nunca a la madre.

HELLINGER Bien, trabajaré con movimientos del alma. Únicamente pondré a una persona, a la madre, y después veremos qué ocurre.

Hellinger escoge a una representante y la sitúa en la sala. Tras un tiempo, la representante avanza un paso y luego retrocede varios. Se da la

vuelta y sigue caminando.

Hellinger elige a un representante y le dice que se estire boca arriba en el suelo. Luego gira a la madre hacia ese muerto. Ella se altera, llora, se arrodilla y no quiere mirar.

Hellinger escoge a una representante para la hija y la pone de pie junto al muerto. La hija parece atemorizada. Se aparta del muerto.

La madre se levanta de nuevo, se da la vuelta y se va. Hellinger le indica que mire al muerto y a la hija.

La hija, poco a poco se va acercando al muerto, se arrodilla junto a él y, con expresión desesperada, mira alternativamente a la madre y al muerto.

La madre ha pasado al otro lado del escenario y se mantiene de espaldas a todos. De vez en cuando intenta girarse hacia la hija y el muerto, pero no lo consigue.

Finalmente, Hellinger introduce a un representante para el padre, colocándolo enfrente de la hija y el muerto.

Cuando la madre la llama con un gesto, la hija se acerca aún más al muerto.

HELLINGER a la hija Ve con tu padre.

La hija se levanta y se acerca a su padre, que la abraza cariñosamente. Sin embargo, la hija se retira rápidamente de sus brazos.

HELLINGER a la hija Dile: “Por favor, mantenme con vida”.

HIJA Por favor, mantenme con vida. –Pero sigue habiendo mucho miedo, no me siento segura tampoco al lado del padre.

Hellinger lleva a la hija a un lugar apartado tanto del padre como de la madre y del muerto, pero tampoco allí consigue tranquilizarse.

Finalmente, Hellinger llama a otro representante y lo coloca delante de la hija, mirándola.

HELLINGER a este representante Tú eres su destino.

La hija empieza a tranquilizarse.

HELLINGER a la hija Acércate y apoya tu cabeza en su pecho.

La hija se abraza a su destino y apoya su cabeza en su hombro.

HELLINGER a la participante Aquí ha habido un crimen. Tu miedo ante ella muestra que ella es peligrosa. La hija está temblando ante la madre.

PARTICIPANTE Yo no me atreví a trabajarlo porque había tres

hermanos epilépticos de la madre, y en la sesión individual yo hubiera tenido que hacer de un epiléptico y no me atreví. Porque había tres, no me atreví.

HELLINGER Claro. Tú tienes que mantenerte fuera. Es peligroso, es peligroso. —Si ahora tienes esta imagen, que en tu corazón acompaña a la hija hacia su destino, hacia el encuentro con su propio destino, la sacas de la implicación en el destino de su madre y también del destino del padre, porque ahí también hay algo.

Señalando al muerto que yace en el suelo Éste es un niño, su hijo.

PARTICIPANTE Había un hermano muerto, tres epilépticos, la madre murió en el parto con otro niño y el padre los abandonó a todos...

HELLINGER Es su hijo (indicando a la madre).

A los representantes Puedo interrumpirlo aquí, gracias a todos.

A la participante Quédate un momento aquí, por favor. Ahora, imagínate interiormente que estás mirando al destino de esta cliente, y permites que ella mire a su destino.

La participante cierra los ojos.

También miras a su madre —y al niño que murió. —Y dejas a la cliente allá. —Y te imaginas que tú sostienes a la hija, la tienes de la mano, y junto con ella miras hacia allá. —Tú la sostienes. Sea lo que sea lo que esa niña quiere, tú la sostienes.

HELLINGER al cabo de un largo silencio en el que la participante permanece con los ojos cerrados ¿Cómo te encuentras ahora?

PARTICIPANTE Más libre.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la mujer?

PARTICIPANTE Más tranquila.

HELLINGER ¿Y la niña?

PARTICIPANTE También.

HELLINGER Bien.

Al grupo Éste ha sido un ejercicio de cómo contenerse y, al mismo tiempo, estar totalmente orientado hacia el otro, orientado hacia un conjunto.

A la participante Primero, la fuerza que ganas en todo esto y la fuerza que ganan los demás. Cada uno queda libre de los demás. Ésta sería una ayuda con éxito, cuando al final cada uno queda libre de

todos los demás.

Al final sí que tuve la imagen de que la madre se siente arrastrada hacia su propia madre y hacia ese niño muerto. Y si tú la miras, ella también la mirará. El máximo peligro es para la hija. Por tanto, tú la sostienes durante un tiempo, para que no se vaya corriendo hacia allá, y cuando la madre gane su independencia allí, la hija quedará libre.

La fuerza mayor

UNA PARTICIPANTE Se trata de una dificultad propia como terapeuta. Es mi miedo a las emociones fuertes en un trabajo terapéutico.

HELLINGER ¿Qué emociones?

PARTICIPANTE Sobre todo, al descontrol, a la rabia.

HELLINGER O sea ¿tú sientes rabia?

PARTICIPANTE Sí, seguro.

HELLINGER No te quedaría mal sentir una buena rabia...

La participante ríe.

Al grupo ¿Veis cómo va cambiando?

A la participante Tienes que comportarte de manera que los clientes sientan miedo ante ti. ¿Tienes una determinada cliente o un determinado cliente en mente?

PARTICIPANTE Sí, a una mujer.

HELLINGER De acuerdo.

Elige a una representante para la cliente y sitúa a la participante enfrente de ella .

HELLINGER a la participante Y ahora siente la fuerza de la rabia, sin expresarla.

Al cabo de unos instantes, al grupo Ya vuelve otra vez a la debilidad.

A la participante Cierra los puños, así está bien.

Al ver que la participante cierra los puños, la cliente adopta una postura desafiante ante ella.

HELLINGER a la participante, señalando a la cliente Ella levantó la cabeza, porque de hecho es una persona agresiva. Únicamente se presenta como una persona necesitada y éstas son las más peli-

grosas. Pero ahora, tú lo encaras. Más fuerte, otra vez has vuelto a la debilidad. Con superioridad. Tú estás al servicio de la fuerza mayor, ella, al servicio de la fuerza más débil. Tú estás realmente al servicio de la vida. Mantente fuerte.

Hellinger escoge a un hombre y lo sitúa detrás de la cliente.

HELLINGER a este representante Tú eres su muerte.

Al aparecer la muerte detrás de ella, la cliente se afloja, retrocede un poco y se apoya de espaldas contra al muerte.

HELLINGER a la participante Y tú, lo miras. Tú miras a la muerte de ella y asientes a ella. –Mantente fuerte. Otra vez has caído en la debilidad. Mantente al servicio de una fuerza superior.

Al cabo de unos instantes Y ahora, te das la vuelta y puedes soltar los puños.

La participante se da la vuelta, se relaja y da unos pasos hacia delante.

HELLINGER a la cliente ¿Cómo te encuentras aquí?

CLIENTE Bien, muy bien.

HELLINGER a la participante ¿Y tú?

PARTICIPANTE Bien.

HELLINGER a los representantes Gracias a todos vosotros.

A la participante ¿Has aprendido algo?

PARTICIPANTE Sí

HELLINGER Fuerza.

PARTICIPANTE Tengo que aprender a mantenerla.

HELLINGER ¿Sabes lo que tienes que hacer ahora? Tú miras a tu propia muerte. Imagínate que se encuentra allá lejos y tú la miras sonriendo, con respeto. Deja los ojos abiertos.

La participante se queda mirando largamente.

HELLINGER Después, te imaginas a la muerte a tus espaldas. Y ahora, nuevamente, te imaginas a la cliente. Te inclinas muy levemente ante ella, y ante su muerte.

La participante inclina la cabeza.

HELLINGER Mantén los ojos abiertos. Y ahora te enderezas interiormente, así.

Al grupo Ahora imaginaos cómo se encontrará la cliente si se vuelven a encontrar ¿cuál será la diferencia?

A la participante ¿Te lo puedes imaginar?

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER Así, al mismo tiempo siente miedo ante ti y confianza ¿lo puedes sentir?

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER Y tú estás libre y ella también.

Al grupo Muchos de vosotros habéis seguido este ejercicio, me imagino, y así, pudisteis experimentar en vosotros mismos lo que significa fijar la mirada en la muerte del cliente. Y os inclináis ante ella sin meteros entre esa muerte y el cliente. De hecho, gran parte de la psicoterapia es un intento de interponerse entre el cliente y su destino, sobre todo, entre el cliente y su muerte. De esta manera, uno esta perdido, no tiene ninguna fuerza.

A la participante En cuanto estás en concordancia con la muerte, ella se hace cargo de la ayuda, de la ayuda decisiva, sea cual sea el rumbo que este asunto tome luego. Y únicamente podemos hacerlo estando en concordancia con nuestra propia muerte, sin miedo, como con un amigo, ya que la muerte es la que completa, la que lleva a la plenitud. Ella es grande. Y después nos damos la vuelta, de manera que la muerte quede a nuestras espaldas, no delante.

No necesitamos mirarla todo el rato, eso debilita. Entramos en concordancia y después se halla a nuestras espaldas. Y nosotros, miramos a la vida.

En este trabajo, sobre todo en este último, se ve hasta qué punto esta tarea nos obliga a un crecimiento personal y, por otra parte, también lo posibilita. Ésta es, a la vez, nuestra ganancia.

La prueba

UNA PARTICIPANTE Se trata de una clienta mía de 39 años, que tiene una relación de pareja desde hace quince años. Y la relación está estancada porque su pareja tiene miedo, pánico de comprometerse.

HELLINGER Ya está comprometido.

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER ¿Con quién?

PARTICIPANTE No lo sé.

HELLINGER Con su madre, por supuesto. En un caso así, uno se pone como un policía de tráfico y le enseña cuál es la dirección a tomar ¿de acuerdo?

PARTICIPANTE riendo Sí.

HELLINGER ¿Puedo dejarlo aquí?

PARTICIPANTE Por supuesto.

HELLINGER Bien.

PARTICIPANTE Muchas gracias.

Al levantarse, dice: “Ya lo sabía”.

Risas en el público.

HELLINGER al grupo Ella me puso a prueba, por supuesto. Pero así son algunos clientes. Ya lo saben todo y después ponen a prueba a la persona que pretende ayudar. Y si no supera la prueba, los otros triunfan interiormente. Así es. Pero la persona que ayuda, tiene en cuenta el conjunto, aquí, por ejemplo, también a la madre, a la madre del cliente. Así es difícil que me engañe. Ahora bien, si únicamente nos fijamos en el cliente y en lo que éste presenta, una y otra vez caemos en la trampa.

Reflexiones: El amor de la persona que ayuda

Por una parte, el amor es simple porque tiene que ver con una unión, con un vínculo. Así, el hijo está unido a sus padres, y los padres, unidos al hijo. También en la relación de pareja, el hombre y la mujer están vinculados. En este vínculo, el amor va fluyendo entre unos y otros, y este amor intrínseco al vínculo satisface nuestras necesidades más profundas. Por eso nos resulta tan importante en todos los aspectos.

Muchas veces, también las personas que ayudan se vinculan a un cliente, y el cliente se vincula al que ayuda, por lo que su relación acaba siendo similar a la relación entre padres e hijos o, a veces, similar a la relación de pareja. El resultado, sin embargo, no es ninguna ayuda que realmente ayude. Este amor entre el ayudador y su cliente, tanto para el que ayuda como para el cliente, es un sustitutivo de otras relaciones. En consecuencia, esta relación impide los vínculos reales, sobre todo entre el hijo y sus padres, pero también

en la pareja, ya que a veces la persona que ayuda ocupa el lugar de la pareja, convirtiéndose la relación terapéutica en una relación de triángulo que pone en peligro el vínculo real.

Por tanto, mantenerse fuera, resistirse al vínculo, es un arte y un logro especial. En esta actitud, la persona que ayuda ama de una manera totalmente distinta, diferente de todo cuanto es posible o indicado en el amor del vínculo. El ayudador está al servicio de estos vínculos, pero no interfiere en ellos. De esta manera mantiene su independencia y su fuerza, ayudando realmente.

Rabia asesina

UNA PARTICIPANTE Quiero hacer una consulta por el caso de una mujer que vino a verme por un hijo de 5 años, que se golpea la cabeza contra la pared. Aparte de estos síntomas, también llora y amenaza con suicidarse.

HELLINGER al grupo Siempre que una madre o un padre acuden al ayudador preocupados por un hijo, se parte de la idea de que aquel que acude es en realidad el cliente.

A la participante Lo sabes ¿verdad?

La participante asiente.

HELLINGER Por tanto ¿con quién empezamos?

PARTICIPANTE No sé si con la mujer o conmigo.

HELLINGER No, no, con la mujer. No vale la falsa humildad. Lo has presentado muy bien y obviamente sabes de qué se trata, y ahora lo miramos juntos.

Hellinger elige a una representante de la madre y la posiciona en el escenario. La madre empieza a tambalearse hacia delante y hacia atrás, haciendo esfuerzos por mantenerse recta.

HELLINGER a la representante ¡Grita!

La madre grita.

HELLINGER ¡Más fuerte!

La madre grita con más fuerza.

HELLINGER ¡Con fuerza! ¡Cierra los puños! ¡Resiste a la debilidad, con fuerza, con rabia!

La madre grita cada vez más fuerte con los puños cerrados.

HELLINGER Ahora ya nos vamos acercando. ¡Con agresión!

La madre grita con todas sus fuerzas, encogiéndose y tirando los puños hacia delante.

HELLINGER Eso, eso fue, esa fue la rabia asesina. Todo lo demás estaba oculto.

La madre, erguida y con los puños cerrados, llora.

Hellinger escoge a un representante y le indica que se estire boca arriba ante la mujer. La mujer llora y se sienta junto a él, tapándose la boca con un puño.

HELLINGER a la mujer Dile: “Yo te maté”.

CLIENTE Yo te maté.

HELLINGER “Con placer”.

CLIENTE Con placer.

HELLINGER “Yo te maté con placer”.

CLIENTE Yo te maté con placer.

Hellinger elige a un representante para el hijo y lo posiciona de pie al otro lado del muerto.

HELLINGER a la madre Míralo y dile: “Te mato con placer”.

CLIENTE Te mato con placer.

HELLINGER a la madre Quédate en la rabia y en la agresión.

A la participante Inmediatamente puedes ver que está en contacto con ella misma; todo lo demás es resistencia.

HELLINGER a la madre “Te mato”.

CLIENTE al hijo Te mato.

La madre se levanta y se acerca al hijo que, a su vez, retrocede unos pasos. Finalmente, la madre se para a dos pasos de su hijo y se pone en jarras. El hijo la mira fijamente, con los puños cerrados.

HELLINGER al grupo Mirad sus manos.

Al hijo Dile a la madre: “Mátame. Si no, acabaré siendo como tú”.

HIJO Mátame. Si no, acabaré siendo como tú.

La madre pone su mano derecha en el pecho del hijo y empieza a empujarlo hacia atrás.

Hellinger escoge a un representante para el padre, colocándolo detrás del hijo. El padre pone las manos en los hombros del hijo y lo sostiene por detrás. La madre empuja con más fuerza apretando ambas manos contra el pecho del hijo. El hijo, aprisionado entre ambos padres, hace

esfuerzos por no caerse.

HELLINGER al hijo Sal de aquí.

Quedan ahora los padres enfrentados. El padre avanza con rabia hacia su mujer que primero cruza los brazos y echa una mirada desafiante al marido, luego se da vuelta y se va. El padre la sigue con pasos rápidos y se coloca nuevamente delante de ella, desafiándola.

HELLINGER ¡Nada de violencia!

El padre y la madre permanecen el uno mirando al otro, tensos.

HELLINGER Yo lo paro aquí.

A todos los representantes Gracias a todos vosotros y salid de vuestros papeles.

A los representantes de la madre y del padre Tienes que inclinarte ante esa mujer, y tú también ante el padre. Imaginaos que están delante de vosotros dos e inclinaos profundamente, más profundamente.

El representante del marido se resiste. Hellinger intenta acompañar la inclinación poniéndole la mano en la nuca, pero el representante no consigue bajar la cabeza.

HELLINGER Aquí hay energía.

Hellinger llama a otro representante para el padre del niño y le indica que se coloque delante del primero.

HELLINGER al primer representante del padre Ahora te inclinas ante él.

El primer representante del padre se inclina profundamente, luego se arrodilla y baja la cabeza hasta el suelo.

HELLINGER Así, bien, así. Luego te dejas caer hacia un lado, déjate caer hacia un lado y vas rodando, vas rodando.

El primer representante del padre se deja caer hacia un lado y va rodando por el suelo hasta llegar a su silla.

HELLINGER a la representante de la madre ¿Tú has salido?

REPRESENTANTE DE LA MADRE Sí.

HELLINGER al grupo Aquí podéis ver lo peligroso que es cuando una persona permanece en el papel.

Al representante del hijo ¿Tú has salido?

HIJO Sí.

HELLINGER De acuerdo.

HELLINGER a la participante Imagínate que vas al teatro y miras

todo esto como una obra de teatro, desde la última fila.

PARTICIPANTE Ése era mi sentimiento, por eso no sabía si era algo mío o del sistema.

HELLINGER Viene de ahí y esa energía es asesina. Tampoco sabemos dónde llega esto en las generaciones anteriores. No debes abordarlo, para nada.

PARTICIPANTE Gracias, porque éste fue mi sentimiento, sentí miedo, sentí que yo no tenía que intervenir en el sistema, sentía esa energía asesina por parte de ambos padres.

HELLINGER Te deseo todo lo mejor.

Al grupo Imaginaos que alguien abordara este caso con compasión, con compasión por esa cliente ¿qué ocurriría? Todo acabaría siendo aún peor. Este contenerse, este retirarse, este decir claramente: “esto es demasiado peligroso para mí”, es una intervención terapéutica. En ese momento tienen que encararlo.

Quisiera explicar algo acerca del procedimiento. Pudisteis ver lo difícil que resultó llegar al punto esencial, a esa rabia asesina que había en el fondo. ¡Cuánto tardamos en llegar! Y si sintonizáis con lo que acaba de ocurrir, pudimos ver que la representante, en un principio, se fue a la debilidad. También el grito fue el grito de una niña, no tuvo su plena fuerza, y por su cara se podía ver que aún no había llegado al punto central. Entremedio, aún había alguna risa. Ante esta situación no hay que desistir. Uno tiene que mantenerse con su percepción y no hay que darse por satisfecho con lo que aparece en un primer plano. Lo decisivo salió en un respiro que hizo; por un momento se vio la agresión.

A la representante de la madre Tú también lo pudiste sentir y después, pudimos seguir adelante.

Al grupo Y en cuanto dijo: “yo te maté”, se tapó la boca para esconder su risa, pero yo no se lo permití.

Ha sido un trabajo atrevido, muy osado. Pero si sintonizo como ayudador, por lo que al mismo tiempo siento como ella y así percibo qué es lo esencial, lo decisivo. Por eso pude decir esas frases. En el hijo, también estaba clarísimo que era agresivo. Y también aquella frase tan curiosa fue cierta, se podía ver que era cierta. A continuación lo tuve que sacar de ahí y así, de repente, se vio la

guerra real. De esta manera, quizá puede haber alguna salvación para el niño; pero el asunto entre los padres aún acabará mal. Ahí, las fuerzas son demasiado grandes como para poder ofrecer algo desde la ayuda. Ahí actúa algo más poderoso.

A la participante ¿De acuerdo?

La participante asiente.

Ir con la fuerza

UN PARTICIPANTE Se trata de un chico de 20 años con una idea fija por un problema que tiene en la piel, con enrojecimiento, que hace que los demás lo vean muy feo...

HELLINGER ¿Y cuál es la solución? –Le dices que realmente es muy feo, y...

PARTICIPANTE Ya se lo dije así.

HELLINGER ¿Y qué pasó?

PARTICIPANTE Mejoró.

HELLINGER Claro.

PARTICIPANTE Sí, pero...

HELLINGER Espera. –¿Y aguantaste? ¿Aguantaste con la fuerza? ¿O caíste en la debilidad?

PARTICIPANTE Quizá caí, lo veo ahora, quizá caí.

HELLINGER al grupo Éste es un ejercicio de percepción. La persona que ayuda, constantemente comprueba en él mismo, si sigue estando en la fuerza o ya no, si cede o se mantiene. Todo lo que conlleva una pérdida de fuerza es equivocado. Y si no sabes qué hacer, interrumpes el trabajo. Eso siempre es lo más seguro. Por ejemplo, en este caso le dices: “Eres feo y asúmelo, yo también lo asumo”. Y ya está. –¿Qué ocurre entonces en el otro lado? ¿Hay más fuerza o menos fuerza?

PARTICIPANTE Más.

HELLINGER Claro. Eso significa que la intervención fue buena, si el cliente sale más fuerte. Conozco a un terapeuta que al mismo tiempo es pintor. Hizo un cuadro muy bonito, todo muy claro y bonito. Pero ahora imagínate que después lo fuera corrigiendo y siguiera pintando durante veinte años. ¿Qué sería de aquel cuadro tan boni-

to? Eso sería lo que se llama una terapia de larga duración.

Al participante ¿Lo tenemos?

PARTICIPANTE riendo Sí.

HELLINGER De acuerdo, te deseo lo mejor.

La intervención paradójica

UNA PARTICIPANTE Mi pregunta es hasta dónde se puede trabajar o qué se puede hacer con un cliente que reconoce que está muy resentido con su padre.

HELLINGER tras unos momentos de reflexión Una intervención paradójica. Puedes decirle: “Mirándote a ti, tu padre se lo merece”.

PARTICIPANTE Eso es lo que piensa él también.

HELLINGER No, no, no.

Al grupo ¿Qué es lo que acaba de hacer?

Después de mirar a la participante en silencio durante unos momentos

Hay una gran diferencia entre lo que él piense y lo que tú digas. Y, sobre todo, en una intervención paradójica siempre está encerrado lo contrario, y él se da cuenta. Por eso, la paradoja nunca se logra, porque la verdad se trasluce. Tienes que decirlo de manera que se trasluzca la verdad, que el cliente no esté seguro de qué quieres decir realmente. ¿Quieres que hagamos un ejercicio?

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER De acuerdo.

Elige a un representante para el cliente y le pide a la participante que se coloque enfrente de él.

HELLINGER a la participante Y ahora céntrate primero y después se lo dices de manera que surta efecto, con un doble sentido.

PARTICIPANTE Viéndote a ti, tu padre se lo merece.

HELLINGER al cliente ¿Cómo te llega?

CLIENTE Me confunde.

HELLINGER Exacto.

A la participante Lo has hecho muy bien. –Siéntate un momento a mi lado. Por supuesto tienes que tener a ese padre en tu corazón cuando lo digas. Entonces queda clarísimo.

Comportamiento paralelo

HELLINGER ¿Algo más?

PARTICIPANTE Bueno, es que yo asocio este resentimiento con su padre con el hecho de que él, periódicamente, dice que pierde las ganas por la vida, que hace las cosas pero que no siente.

HELLINGER Eso ni siquiera se escucha. Tú, ahora, ponte en el lugar del cliente y me dices a mí: “He perdido las ganas de vivir”.

PARTICIPANTE “He perdido las ganas de vivir”.

HELLINGER Eso me pasa a mí desde hace veinte años.

Risas en el público.

HELLINGER De esta manera se disfruta ayudando.

Al grupo Me gustaría explicar lo que acabo de hacer. Esto se llama un comportamiento o una actuación paralela. Normalmente, cuando un cliente le habla así al terapeuta o al ayudador, éste ocupa la posición contraria: empieza a dar vueltas sobre qué hacer para que el otro tenga otra vez más ganas de vivir.

A la participante ¿Y qué ocurre entonces con él? Se vuelve aún más depresivo. Ahora, si tú te mantienes en el mismo camino, si sigues la misma línea —“¿Ganas de vivir? Desde hace veinte años, yo tampoco las tengo.” Ya no puedo hacer nada más. Su estrategia pierde cualquier poder, y de esta manera, la ayuda se convierte en arte.

Al grupo El comportamiento paralelo impide la relación terapéutica. En cuanto él dice: “No tengo ningunas ganas de vivir”, se presenta como un niño y ella, inmediatamente se convierte en la madre. Lo impide a través del comportamiento paralelo, tiene que reírse y de esta manera acaban en otro nivel.

España y Perú

UN PARTICIPANTE Yo soy fotógrafo, soy de Perú, trabajo en Barcelona, siempre he trabajado ilegalmente, como muchos latinoamericanos.

HELLINGER tras un silencio reflexivo Haré un ejercicio muy simple. Hellinger elige a un representante para España y coloca al participante

enfrente.

HELLINGER al participante Tú te pones enfrente y te inclinas.

El participante se inclina ante España hasta el suelo. Al finalizar, el representante de España primero intenta acercarse, luego se retira rápidamente.

Hellinger elige a tres representantes más y les indica que se estiren boca arriba en el suelo entre España y el participante.

HELLINGER al participante que mantenía los brazos cruzados sobre el vientre Suelta las manos.

España baja lentamente al suelo y se sienta al lado de los muertos. Unos momentos más tarde, también el participante baja y ambos se estiran al lado de los muertos.

HELLINGER al cabo de unos instantes, al participante y al representante de España Ahora vosotros dos os volvéis a levantar y os ponéis otra vez el uno frente al otro.

Tras un rato, se abrazan.

HELLINGER a los representantes Bien, ya está, gracias a todos vosotros.

Al participante Ven aquí. ¿Cómo te encuentras ahora?

PARTICIPANTE Bien, tranquilo.

HELLINGER al grupo Es curioso lo que acaba de pasar aquí. ¿Cómo llegué a esto? Cuando él pronunció la palabra ilegal, hubo un tono de triunfo.

Pensé: es muy simple, él no siente ningún respeto ante España y ningún respeto ante el hecho de que aquí pueda trabajar. Pero después ocurrió algo curioso, España retrocedió, se sintió débil ante él y culpable, se pudo ver. Hubo algo que se interpuso, los muertos de la conquista por parte de los españoles.

Al participante Tú te sientes como su vengador. Por eso te sientes superior. Y España se sentía débil. Después, España se agachó para honrar a los muertos y tú hiciste lo mismo. Os pusisteis en un mismo nivel, ambos honrasteis a los muertos. Y así podéis levantaros de nuevo, para encontraros de una manera nueva. Y lo antiguo puede ser pasado.

Al grupo ¡Lo importante que es escuchar detenidamente y mirar detenidamente! Así, lo esencial inmediatamente surgió.

Homeopatía y alopatía

HELLINGER A un participante Tú querías aportar un caso.

PARTICIPANTE Sí, tengo una paciente que no mejora. Bueno, yo soy homeópata, y el padre ama la homeopatía y la madre odia la homeopatía.

HELLINGER ¿Se trata de una niña entonces?

PARTICIPANTE Sí, de una chica, sí.

HELLINGER ¿Cuál es la enfermedad?

PARTICIPANTE Artritis reumatoide.

HELLINGER Tengo que sintonizar interiormente.

Al grupo Si lo miramos ahora desde el punto de vista sistémico, es una familia de tres personas: el padre, la madre y la hija.

Al participante Y ahora se añade otra persona que serías tú. Imagínate por un momento que te vas con cada una de esas tres personas.

¿Al lado de quién tienes más fuerza?

PARTICIPANTE De la madre.

HELLINGER Exacto.

Cuando el participante quiere seguir hablando Espera un poquito.

–Le dices a la niña que lo mejor sería que fuera a un tratamiento alopático de fondo y que únicamente la tratarás bajo esta condición. Uno puede ejercer la homeopatía secretamente ¿no? Pero aún hay otro hecho importante: ¿Quién necesita encontrar un lugar en tu corazón?

PARTICIPANTE La alopatía.

HELLINGER La alopatía, exacto, así ganas fuerza. Es como si excluyeras a uno de los padres. Si únicamente te diriges al padre y menosprecias a la madre, eres débil. Si únicamente te diriges a la madre y menosprecias al padre, eres débil. Y en el alma ¿quién de los dos es la madre? Es la alopatía, curiosamente.

A continuación, Hellinger le pide al participante que se levante. Luego elige a una representante para su madre y la posiciona enfrente.

Al grupo ¿Quién es grande y quién es pequeño?

Al participante Ahora inclínate ante ella de la misma manera que antes lo hiciste ante España.

El participante va bajando lentamente la cabeza, luego se arrodilla y baja la cabeza hasta el suelo. Hellinger se acerca al participante y le presiona las lumbares hacia abajo.

Al grupo El trasero elevado, es la cabeza bien erguida.

Al participante Y ahora te enderezas.

Al ver que el participante quiere precipitarse hacia la madre No, no, no. Ahora te echas boca abajo.

El participante se estira boca abajo delante de la madre.

Hellinger elige a un representante para el padre y lo coloca a la derecha de la madre.

Al grupo En cuanto el padre está al lado de la madre, el hijo queda débil, sobre todo si pudiera ver esto, cómo los dos se sonríen.

Al participante Y ahora enderézate de nuevo, muy centrado.

El participante se levanta y se mantiene ante los padres con la cabeza inclinada.

HELLINGER Eso es, ahora está bien.

A los representantes Gracias a todos vosotros.

Al grupo Si en un iceberg se sabe cuál es la punta, uno entra en contacto con un montón más. –¿Y dónde acaba todo? –Con la madre.

Al participante Está bien, te deseo todo lo mejor.

El peligro

UN PARTICIPANTE Se trata de una familia con la que trabajo, es un niño que ha sido adoptado y el problema ha sido su comportamiento destructivo en casa.

HELLINGER ¿Quién es el cliente?

UN PARTICIPANTE Los clientes son todos: la madre, el hijo y un poco también el padre.

HELLINGER ¿Quién acudió a tí?

PARTICIPANTE La madre.

HELLINGER Ella es la cliente, por tanto. Así ya he reducido todo esto. Lo otro lo olvidamos de momento. ¿Cómo te sientes así?

PARTICIPANTE Yo también lo intuí, pero no estaba seguro.

HELLINGER ¿Cómo te sientes ahora? ¿Más fuerte o más débil?

UN PARTICIPANTE Más fuerte.

HELLINGER Exacto. ¿Y qué haré yo ahora? ¿Qué piensas que haré?

¿A quién pondré aquí?

PARTICIPANTE A la madre.

HELLINGER De acuerdo.

Elige a una representante para la madre y la sitúa. La representante empieza a tambalearse y cierra los ojos.

HELLINGER a la representante Mantén los ojos abiertos.

Al grupo Lo primero que vemos es que hay algo que ella no quiere mirar, por eso cierra los ojos.

Al participante Ves que otra vez aparta la vista; algo que no quiere ver.

La madre, lentamente, se va girando para mirar hacia fuera.

HELLINGER al participante Si sintonizas con tu propio interior:

¿De quién se trata? ¿De una persona viva o una persona muerta?

PARTICIPANTE Viva.

HELLINGER al grupo ¿Vosotros qué percibís? Comprobadlo también. Imaginaos que vosotros mismos sois ella. ¿Qué estáis mirando?

¿O qué no queréis mirar?

Hellinger escoge a una representante y le indica que se estire detrás de la madre. Cuando Hellinger gira a la madre, ésta empieza a retroceder, apretando la mano izquierda contra el vientre.

Al participante Está claro que es verdad. ¿Sabes lo que podría ser?

PARTICIPANTE No tengo la información.

HELLINGER No importa, la sacaremos. El hijo es un niño ¿verdad?

PARTICIPANTE Sí, ella teme que su hijo pueda matar.

HELLINGER al grupo ¿Visteis el gesto que la cliente hizo con las manos? Se frotó las manos un segundo cuando se apartaba de la muerta.

Al participante ¿Lo viste tú también?

PARTICIPANTE No.

HELLINGER ¿Qué significa eso? –‘Estoy afilando el cuchillo’.

Al participante ¿Tiene algún sentido para ti?

PARTICIPANTE Sí.

La madre, lentamente se va acercando a la muerta, siempre con la mano izquierda apretada contra el vientre. La mano derecha se abre y se cierra nerviosamente. Después de mucho tiempo, la madre consi-

que agacharse para, durante un instante, tocar a la muerta con la mano derecha. Después se arrodilla a su lado, a una cierta distancia.

Hellinger elige a un representante para el hijo adoptado y lo coloca al otro extremo del escenario, mirando a las dos.

La madre se levanta y pasa al otro lado de la muerta, donde se arrodilla de nuevo, interponiéndose entre la mujer en el suelo y el hijo adoptado.

Hellinger gira al hijo de manera que éste se queda de espaldas a la madre y la muerta.

HELLINGER al hijo ¿Qué tal así?

HIJO Mejor.

HELLINGER al grupo, indicando a la madre Si ella mira eso, él queda libre.

A los representantes Gracias.

Al participante ¿Queda claro para ti? ¿Puedo dejarlo aquí?

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER ¿Y qué haces ahora con ella? ¿Qué puedes hacer?

Piensa. ¿Puedes decirlo?

PARTICIPANTE No ayudarla más, confrontarla.

HELLINGER ¿Cómo lo haces sin intervenir? Porque esto es peligroso. –Te daré lo que sería mi imagen: cuando ella vuelva a tu consulta, le dices que ves que aún falta otra persona más. Y le dices que aún quieres esperar unas cuantas semanas más y después, puede volver a llamarte. Así, tú estás libre y ella tiene que trabajar ¿de acuerdo?

PARTICIPANTE Sí.

SEGUNDO DÍA

Permanecer en el amor

HELLINGER Buenos días, hoy es un día festivo. Los cristianos celebran Pentecostés, la venida del Espíritu Santo. Los cristianos dicen que es el espíritu del amor, por tanto, me gustaría hablar del amor. Pero quizás sea algo diferente de lo que ahora esperáis.

A veces, escuchamos frases como: “permaneced en el amor”. ¿Qué significa eso, permanecer en el amor?

Conocemos el amor del vínculo, es decir, estamos atados a nuestros padres, vinculados a ellos por un amor especial. Lo mismo ocu-

re con nuestra pareja y también con nuestros hijos. Sin embargo, al estar vinculados de esta manera especial, al mismo tiempo nos hallamos separados de otros.

Por tanto, mantenernos en el amor, significa amarlo todo, tal como es. Significa recibirlo todo en el alma, tal como es, asintiendo a ello tal como es. Amarlo todo tal como es, justamente de la manera que es, significa asentir a la vida en su totalidad, tal y como es, justamente como se presenta. A nuestra propia vida, a la de los demás, tal como es, a la creación como es, justamente así.

A esta vida también pertenecen las luchas —la vida de unos lucha con la vida de otros para ganar espacio—, y si nos mantenemos en el amor, también amamos eso: los opuestos, la lucha, la victoria y la derrota, vida y muerte, los vivos y los muertos, el pasado tal como fue, el futuro, como venga. Justamente así. En este amor vivimos amplios, estamos en concordancia con todo y también de acuerdo con todo. Este amor es una entrega a todo. Ésta es la auténtica religión. En este amor estamos en plenitud, serenos, capaces de observar, de mirar cómo todo va transcurriendo, entregados a nuestro propio destino y, a la vez, respetuosos con el destino de todos los demás, con el destino del mundo. Estar entregados de esta manera al Todo, significa mantenernos en el amor.

Esto también tiene consecuencias para nuestro trabajo. Quien se mantiene en el amor de esta manera, puede observar cómo van transcurriendo las cosas, puede observar la felicidad y la desdicha, la vida y la muerte, las implicaciones y el dolor, y dado que ama el conjunto y está entregado al conjunto, a veces también se convierte en perpetrador en el cauce de la vida, sin caer en la soberbia, siempre en concordancia —y de acuerdo con el todo. Quien ayuda de esta manera, no conoce la preocupación, está libre. Y aquéllos a quienes ayuda, también están libres, y todos siempre se mueven a un mismo nivel, de igual importancia en el conjunto. No hay nadie mejor o peor. En el conjunto simplemente estamos.

Los movimientos sanadores del alma para la esquizofrenia

UN PARTICIPANTE Una hermana gemela pide a su madre que yo trate a su hermana gemela porque la van a ingresar en un hospital, porque está tomando antipsicóticos.

HELLINGER ¿Quién acudió a tí?

PARTICIPANTE La madre con la hija, con la hermana gemela de la hija psicótica, y el padre de la madre, el abuelo. En esa casa viven las dos gemelas, la madre, el padre de la madre y su mujer, la abuela.

HELLINGER ¿Y qué pasa con el padre de las chicas?

PARTICIPANTE El padre no está con ellas desde que nacieron, dio el nombre y el apoyo económico, pero nunca estuvo.

HELLINGER después de un largo silencio ¿Y qué es lo que tú quisieras conseguir?

PARTICIPANTE Después de dos años de tratamiento conmigo, la chica está trabajando por primera vez, con su horario normal, no toma ningún medicamento. Pero sigue sin hablar apenas nada, habla muy bajito, mientras que la otra hermana habla normal, tiene éxito profesional.

HELLINGER Pondré a tres personas ¿quién crees?

PARTICIPANTE La madre y quizás las dos hermanas gemelas.

HELLINGER Pondré a la madre, la hija enferma y al padre.

PARTICIPANTE Sí, fueron las personas protagonistas de la historia en la primera visita.

HELLINGER No, no, no, el padre de la chica.

PARTICIPANTE Ah, sí, muy bien.

HELLINGER al grupo Ahora vais sintonizando con lo que dije: la madre, la hija y el padre. ¿Os dais cuenta de la diferencia, de repente, en la energía? ¿Cuánta más energía hay de repente?

Al participante Cuando uno procede de manera sistémica, se incluye a la persona excluida. Allá está la clave, y sólo si también tú abres tu corazón para el padre y le das un lugar, tienes la clave.

PARTICIPANTE Mi percepción del padre había sido siempre como muy psicótica, que podría ser una persona importantísima.

HELLINGER ¿Lo conoces?

PARTICIPANTE No, no.

HELLINGER Mucho cuidado, mucho cuidado.

Elige a representantes para el padre, la madre y la hija psicótica. Posiciona a los padres el uno enfrente del otro, y a la hija, un poco apartada, a la misma distancia de ambos padres y mirándolos.

Al cabo de unos instantes, la madre empieza a mostrarse inquieta, cerrando los puños. El padre se ha girado un poco y mira a la hija. Ésta se tambalea y parece llevar una gran carga en los hombros.

HELLINGER al participante, señalando a la madre Aquí ves la agresión. Ella es la perpetradora, el padre, la víctima.

El padre se acerca lentamente a la hija. Al observar este movimiento, también la madre se dirige hacia la hija. Al ver a ambos padres cerca de ella, la hija se asusta e intenta retroceder, mirando alternativamente a la madre y al padre.

Hellinger aparta a los padres de la hija, posicionándolos juntos, el uno enfrente del otro. La hija sigue mirándolos con inquietud, sacudiendo de vez en cuando la cabeza y los hombros.

HELLINGER señalando a los padres Aquí se encuentra el conflicto.

A la madre Dile: “Te mato”.

MADRE al padre, con voz firme Te mato.

HELLINGER al grupo ¿Lo habéis escuchado?

La hija va bajando lentamente al suelo y se estira de lado, mirando a los padres. Éstos, a su vez, la miran. La madre hace el ademán de acercarse a ella.

HELLINGER No, no, no.

Al grupo Se acaba de convertir en una terapeuta ¿lo veis? Ya no estaba en contacto con la situación, eso se ve cuando una persona se mueve con tanta rapidez, ya no está en contacto.

La madre vuelve al lugar delante del padre. Al padre empiezan a flojearle las piernas y está a punto de caerse para atrás.

Hellinger escoge a una representante de la hermana gemela sana y la coloca de pie al lado de la hermana enferma, mirando a los padres.

El padre baja al suelo y acaba arrodillado delante de la madre. La hermana sana se queda mirando a la hermana que yace en el suelo.

HELLINGER señalando a la hermana sana Ella tiene la energía del perpetrador, y ella señalando a la hermana enferma la de la víctima.

Ella representa a la madre y ella, al padre. El conflicto entre los padres se representa entre las hijas. ¿Tiene sentido para tí?

PARTICIPANTE Sí, el síntoma más grave para llamarme de urgencias eran peleas tremendas entre las dos hermanas.

HELLINGER Exacto.

Mientras tanto, el padre también se ha estirado en el suelo delante de la madre. Él y la madre, y la hermana enferma y la sana, forman una perfecta imagen de espejo.

HELLINGER Es exactamente la misma imagen. Es un espejo.

La hermana enferma se arrastra hacia el padre.

A la hermana sana Y tú también te echas a su lado.

La hermana sana se estira de lado, detrás de su hermana. Por delante, la abraza el padre.

La madre rompe a llorar y se deja caer al suelo donde permanece sentada, mirando a los otros tres. El padre acaricia a la hija enferma.

Después de mucho tiempo, la madre se acerca lentamente a las hijas y al padre, todavía llorando. El padre se pone de rodillas, tocando al mismo tiempo a su hija y a la madre. También la madre abraza a la hija enferma y se estira a su lado.

Al grupo La hija enferma respira muy profundamente. Ahora, ambos padres se van uniendo en su alma.

Después de un tiempo, ambas hermanas se incorporan y se miran. La madre pone una mano en una hija, y la otra, en la otra hija. Finalmente, ambas hijas acaban abrazadas a la madre. El padre sostiene a las tres por delante.

Al grupo ¿Quién de las dos hermanas lo tiene más difícil? La segunda, porque todavía está en la energía de la perpetradora. Ella mantiene el puño cerrado. Después de un tiempo Ahora también esta hija empieza a unir a sus padres en su interior. Y también abrió la mano. —Ahora mostraré cuál sería la solución.

Se acerca a la familia que sigue sentada en el suelo.

HELLINGER a la hermana sana Apóyate contra el padre.

Al grupo La perpetradora está con la víctima, y la víctima con la perpetradora.

A la hermana sana ¿Qué tal?

HERMANA SANA Mejor.

HELLINGER a la hermana enferma ¿Y tú?

HERMANA ENFERMA Vivo de nuevo y estoy aliviada.

HELLINGER Gracias a vosotros.

al participante ¿Ya sabes lo que tienes que hacer?

PARTICIPANTE sonriendo Sí.

HELLINGER al grupo Aún quisiera explicar algo sobre este caso. Aquí pudimos ver de una manera preciosa cómo se despliegan los movimientos del alma. Cuando uno da espacio a los movimientos profundos y también se adentra en ellos, estos movimientos se realizan también en nuestro propio interior. Estos movimientos unen lo que antes estaba opuesto: al padre y a la madre, perpetradores y víctimas, buenos y malos, padres e hijos, todos. Son movimientos de una profundidad increíble, y si uno contacta con ellos, se puede hacer de todo, es decir, el alma lo hace y uno se deja guiar por ella.

PARTICIPANTE En tiempo concreto, pienso que había que citar al padre, trabajar con la gente que hay, con la madre y las hijas, hacer un relato para la madre...

HELLINGER No, no, porque entonces, tú te pones en activo y ya no estás en contacto con el alma. Esto que acaba de transcurrir aquí, ya está actuando en la familia. Tú ahora confías en los movimientos del alma allá, y así ellos ya no te pueden involucrar en la confusión, tampoco te ponen en posición de tomar partido. Tú ahora tienes en tu corazón el conjunto y así, también se inicia un movimiento en tu interior y sabes cuándo toca hacer qué, no más. Tú sigues al alma. Si, por lo contrario, tú vas por delante, ella se queda atrás.

Al grupo Se ve que esta mañana tenemos un tema principal, con variaciones.

Después de unos momentos de reflexión En la Constelación dije una frase, la puse en boca de la madre: “te mato”. ¿Cómo pude decir algo así? Yo también sintonicé con ella y de repente surgió esa frase. Muchos, cuando perciben algo así, cogen miedo de la frase, porque es tremenda ¿cómo podemos poner en boca de la madre una frase así? De todos modos, yo me fié de esa frase, y cuando la madre la pronunció estaba clarísimo que era cierta. Y sólo por pronunciarse esa frase, el proceso pudo seguir adelante. Esa fue la verdad, eso fue lo esencial. Quien tiene miedo de seguir su percepción, se queda estancado, no puede seguir adelante. Si la frase hubiese sido equivocada, también nos habríamos dado cuenta en

seguida y la habríamos corregido. Puede ocurrir así, todo puede darse de una manera muy humana, no hace falta ser perfecto. Pero aquí se mostró que ésa era la verdad.

Madre heroinómana

UNA PARTICIPANTE Es un contexto de servicios sociales. Se trata de una mujer de 18 años con una hija de 3 años que está a cargo de su madre, de la abuela materna. Está embarazada otra vez y...

HELLINGER ¿Cuál es el problema?

PARTICIPANTE El hospital de Sevilla ya tiene los papeles para interrumpir un embarazo (actualmente en curso) y es toxicómana.

HELLINGER ¿Qué es lo que esa mujer dice en su corazón? Te lo diré para que vayas practicando.

Al grupo ¿Qué dice ella en su corazón? –Ya que tengo que morir tan pronto, que al menos quede algo de mí.

Hellinger deja pasar unos momentos.

A la participante ¿Qué acaba de ocurrir ahora mismo en tu relación con esa chica? ¿Te encuentras más fuerte o más débil?

PARTICIPANTE Más débil.

HELLINGER Y más fuerte, porque miras a los ojos de su muerte.

Está clarísimo que ella quiere morir, y cuando los hijos crezcan y la madre esté muerta ¿qué se les dice? ¿Qué les ayudará a los hijos?

–“Vuestra madre quiso seguir viviendo a través de vosotros”. De esta manera, uno permanece en el amor en todos los aspectos.

Pero además, hay otra tarea muy importante para ti: tienes que ir a buscar a los padres de ambos hijos.

Cuando la participante intenta contestar Espera. –Llévalos a tu corazón.

Al grupo Ella ya los tenía excluidos.

A la participante Ahora abre tu corazón para todo el sistema, así sabes lo que puedes y debes hacer ¿de acuerdo?

PARTICIPANTE De acuerdo.

HELLINGER Ya está, gracias.

Padre e hijo

UNA PARTICIPANTE Hola, se trata de un alumno, 9 años. Yo lo tengo una hora a la semana.

HELLINGER ¿Quién acudió a tí?

PARTICIPANTE El alumno.

HELLINGER ¿Viene solo?

PARTICIPANTE Está en la escuela, yo lo tengo una hora a la semana.

HELLINGER ¿Trabajas en una escuela?

PARTICIPANTE Sí, también.

HELLINGER ¿Conoces a sus padres?

PARTICIPANTE A su madre.

HELLINGER ¿Ella también te vino a ver?

PARTICIPANTE No.

HELLINGER al grupo Haré otro ejercicio de percepción. Imaginaos cómo se encuentra este niño si él acude a ella con un problema, y cómo se encuentra el niño si ella le dice: “hablaré de esto con tus padres”. Es decir, ella tiene que tener en cuenta que el problema se encuentra exclusivamente con los padres.

La participante intenta decir algo.

HELLINGER Espera un poco. Todavía estamos en el ejercicio de percepción.

Al grupo Si ella tiene la imagen de que el problema se encuentra con los padres, y si ella mira a los padres ¿cómo se encuentra el niño cuando acude a ella?

A la participante ¿Te das cuenta de la diferencia? Así, el niño no siente tanto el lastre, está menos cargado, porque tú, en tu alma, miras a los padres. De esta manera, él está fuera de peligro.

Mira a la participante unos momentos.

HELLINGER No estoy seguro de que lo hayas entendido. El peligro es que te comportes con el niño como una madre ¿te das cuenta?

PARTICIPANTE He intentado evitar eso. El niño hace conmigo como si yo fuera su madre, porque él es el grande en la relación.

HELLINGER No, no, no, para mí tú eres la cliente ahora. Ahora yo te tengo que alinear antes de dirigirme al niño. Mientras tú no puedas desligarte de él, mientras tú te sientas o te consideres la madre mejor, no se le puede ayudar. Sobre todo, entras en

competencia con la madre, y ella lo nota. Así estará en contra y el niño entra en un conflicto. Y, naturalmente, también tienes que darle un lugar en tu corazón a su padre. ¿De qué se trata en el caso del niño?

PARTICIPANTE Siento que este niño está en riesgo de cometer algún delito.

HELLINGER ¿El padre es un delincuente?

PARTICIPANTE Sí, parece, el niño es violento.

HELLINGER ¿EL padre es un delincuente?

PARTICIPANTE Sí, ha estado saliendo y entrando de la cárcel.

HELLINGER Cuando más pretendas ayudarle al niño, tanto más empezará a ser como su padre. Y el primer paso sería que tú amaras a su padre.

Pasan unos momentos de silencio en los que Hellinger sigue observando a la participante.

HELLINGER a la participante Ahora creces, vas siendo mayor. Trabajaré con esto para que lo miremos.

Al grupo También será una buena pieza didáctica para vosotros. El cliente, en realidad es el padre y con eso empiezo.

Hellinger elige a representantes para el padre y para los padres de éste, los abuelos del niño. Sitúa a los abuelos juntos frente al padre.

Los abuelos se giran el uno hacia el otro y permanecen un tiempo mirándose.

Al cabo de unos instantes, el abuelo se aparta de la abuela y se da la vuelta, quedando de espaldas a su mujer y a su hijo. La abuela empieza a distanciarse del abuelo, pone sus manos en el pecho y mira alternativamente al padre y al abuelo. El padre se coloca en una postura de defensa-ataque mirando a sus padres.

HELLINGER al padre ¡Grita!

El padre grita hacia la madre.

HELLINGER ¡Fuerte!

El padre grita con más fuerza.

HELLINGER ¡Más!

El padre va gritando más y más fuerte, pero a la vez le flaquean las piernas. Hellinger le insiste varias veces más en que grite. A medida que va lanzado los gritos, el padre va perdiendo fuerza, hasta quedar

estirado en el suelo, boca abajo y exhausto. Ahora, tanto el abuelo como la abuela lo miran.

HELLINGER al abuelo Ve hacia él.

El abuelo se acerca al padre, se arrodilla a su lado y le pone la mano derecha en la espalda. Luego, el abuelo lo coge con la otra mano en el hombro. El padre se gira de espaldas a su padre y se arrima a él. Finalmente, también la abuela se sienta junto a ellos dos, acariciando al padre.

A continuación, Hellinger elige a un representante para el niño, hijo del padre, y lo coloca delante de su padre y los abuelos. El niño mira con gran interés a su padre abrazado por ambos abuelos.

Hellinger elige a una representante para la madre del niño y la posiciona al lado de su hijo, mirándolo. Ella abre los brazos en un gesto de bienvenida, pero el niño va retrocediendo ante ella.

Al grupo ¿De quién siente miedo el niño? De la madre.

Finalmente, la madre se gira hacia el padre, que ahora se encuentra sentado en el suelo, apoyado contra ambos abuelos. Al verlo, la madre rompe a llorar.

Tras un rato, el padre, con cierta dificultad empieza a levantarse, siempre sostenido por ambos abuelos. El hijo avanza y abraza al padre.

HELLINGER al padre Dile: ‘Hijo mío’.

PADRE Hijo mío.

Padre e hijo permanecen así un buen rato. Los abuelos se han retirado un poco y se mantienen abrazados.

Finalmente, la madre, todavía llorando, se acerca lentamente al padre y al hijo, y los tres se abrazan.

HELLINGER Creo que lo hemos conseguido, gracias a todos vosotros.

A la participante Mi imagen es que con el padre del niño debe haber ocurrido algo muy horrible cuando él era pequeño. Por tanto ¿tiene ahora un lugar en tu corazón?

PARTICIPANTE Me costaba darle al padre un lugar en mi corazón.

HELLINGER ¿Y ahora?

PARTICIPANTE Ahora, sí.

HELLINGER Exacto, ahora el niño estará bien.

Al grupo Si ahora siguiéramos investigando sobre lo que ocurrió

realmente con el padre del niño, para saberlo exactamente ¿qué pasaría? Todo esto se destruiría. El secreto tiene fuerza porque puede seguir siendo un secreto. De esta manera, todos están protegidos y, a la vez, son humildes.

La buena ayuda

HELLINGER De hecho, aquí estamos aprendiendo sobre la ayuda, sobre la ayuda buena. Y esta ayuda que aquí aprendemos, se diferencia precisamente mucho del otro tipo de ayuda que muchos de nosotros hemos aprendido donde, en el fondo, uno se inmiscuye sin ningún tipo de reparo en los misterios del alma, queriendo saberlo todo con exactitud. Después se hace un diagnóstico, luego se aplica un método científicamente probado —¿Y dónde queda entretanto el alma? El alma se retira de este tipo de ayuda. Esa psicoterapia, es una psicoterapia sin alma. Ésta es la diferencia. Lo que aquí hacemos, significa caminar con el alma. Eso es todo.

Después de unos momentos de silencio

Mi impresión es que hemos hecho bastante, ha habido tal plenitud en este curso que no tengo el derecho de añadir más, para que lo vivido conserve su fuerza.

Os deseo todo lo mejor a todos.

JORNADAS DIDÁCTICAS EN ZURICH JUNIO 2003

El arte de la ayuda

Éste es un curso dedicado a la ayuda. ¿Cómo se ayuda de forma efectiva? Además, en la ocasión indicada ¿cómo se abstiene uno de ayudar? Darse cuenta cuándo es posible e indicada la ayuda, y cuándo debe uno retirarse de este trabajo, es un arte. Ayudar por compasión es algo que muchos saben hacer; en el fondo, todos lo saben. Pero ayudar desde la sintonía con el otro, con su destino, con su alma, de forma que el otro pueda y deba crecer en ello, eso es un arte.

Aquí indagaremos juntos, para ver cuál es la esencia de este arte. Es decir, trabajaré con casos de supervisión, explicando los diferentes pasos hacia una solución. También realizaré ejercicios de percepción con vosotros, para que podáis comprobar hasta dónde un paso es factible o no. De esta manera, juntos aprenderemos el arte de la ayuda que ayuda.

Hace un tiempo, escribí un aforismo acerca de la ayuda: “quien pretende ayudar, ya no puede hacerlo”. En ese mismo momento ya interfiere en el alma del otro. El otro admite la ayuda; únicamente así es segura e indicada para el ayudador. Cuando la ayuda se exige, por regla general ya no se puede ayudar, excepto en caso de un accidente grave u otra situación similar. La persona que exige ayuda se comporta como un niño, y en ese momento el ayudador tiene que actuar como si fuera la madre o el padre. Así inician una llamada relación terapéutica de transferencia y contratransferencia. Ésta siempre está expuesta al fracaso.

Otro detalle más, antes de empezar: también cuando alguien diferencia entre lo bueno y lo malo, ya no puede ayudar. En cuanto establecemos estas diferencias, excluimos a alguien. Nos posicionamos en contra de la persona que recibimos como mala. Sin embargo, la auténtica ayuda para todos únicamente es posible cuando todos, de igual manera, tienen un lugar en el propio corazón, cuando reconocemos que todos ellos tienen el mismo derecho a existir y que cada uno, a su manera, aunque quisiéramos calificarlo de malo, está implicado sistémicamente. Lo mismo ocurre cuando nosotros nos hallamos quizá implicados en lo bueno y pensamos que es bueno. Por regla general y visto desde sus resultados, sin embargo, aquello que consideramos bueno no suele ser tan bueno. Así, por ejemplo, aquellos que hicieron algo con buenas intenciones, siempre han errado. De lo contrario, no necesitarían alegar sus buenas intenciones.

La gran ayuda y la ayuda como arte requieren fuerza. Y también requieren este amor más amplio.

La tristeza

UNA PARTICIPANTE La cliente vive separada, sola con sus hijos, desde hace dos años. Económica y profesionalmente le va muy bien, pero sigue sintiendo la necesidad de llorar, sigue sintiendo una presión en el pecho...

HELLINGER interrumpe De acuerdo.

Al grupo Es una típica ayudadora que siente compasión.

A la participante Sientes compasión por la cliente.

PARTICIPANTE En el fondo no lo puedes saber.

HELLINGER Pero si todos lo notamos.

Al grupo Un ejercicio de percepción para vosotros: ¿Puede ayudarle?

PARTICIPANTE Si siento compasión, no.

HELLINGER No le puedes ayudar. Por tu compasión has excluido a la persona más importante.

PARTICIPANTE A mí misma.

HELLINGER Al marido.

La participante se ríe.

HELLINGER Él tiene mi empatía. Por lo que contaste, pienso que ya era hora de que el marido la dejara.

PARTICIPANTE Eso ha hecho.

HELLINGER Exacto. Ahora, ponte tú en el papel de la cliente por un momento y yo me pongo en tu papel.

La participante se gira un poco para mirar a Hellinger más de frente.

PARTICIPANTE No sé qué me pasa. Todo me va bien. Mis hijos y yo tenemos una casa maravillosa, un jardín precioso, me encanta trabajar, pero con voz llorona siempre tengo que llorar, siempre tengo que llorar.

HELLINGER Es bueno que llores. ¿Sabes por qué? –De lo contrario se notaría que eres peligrosa.

Silencio prolongado.

Al grupo ¿Y qué ocurre ahora con la relación terapéutica? Ya no es posible. Ahora se le exige.

PARTICIPANTE Si tú lo crees así.

HELLINGER Te lo demostraré.

Elige a una representante para la cliente y la posiciona.

HELLINGER a esta representante Ahora te centras y, pase lo que pase, tú lo expresas, exactamente cómo es, ni más ni menos.

REPRESENTANTE DE LA CLIENTE ¿Sin palabras?

HELLINGER Sin palabras.

La cliente mira al suelo. Hellinger pide a una mujer que se estire de espaldas en el suelo, delante de ella.

La cliente se acerca a la mujer y se sienta a su lado. Después se echa a su lado.

HELLINGER Exacto

A la cliente Ahora mira a la muerta una vez más y dile: “Te maté”.

CLIENTE Te maté.

La cliente se levanta, da unos cuantos pasos hacia atrás y se gira.

HELLINGER a la participante ¿Por qué está depresiva la cliente? – Porque no lo mira. En el fondo quiere morir. Por eso se puso al lado de la muerta inmediatamente. –¿Sabes quién es la persona muerta?

PARTICIPANTE ¿La cliente?

HELLINGER No, la confundes.

PARTICIPANTE Sí, es la hermana de... Estoy confusa.

HELLINGER Es un niño abortado.

Silencio prolongado.

HELLINGER a las representantes De acuerdo, esto ya basta. Gracias a las dos.

A la representante de la cliente ¿Cómo fue cuando dijiste “te maté”?

CLIENTE Era cierto. Fue un alivio.

HELLINGER Exacto.

A la participante Depresión significa: hay algo que no miro. Detrás de la depresión se esconde la agresión. Una vez que sale a la luz, la mujer tiene que actuar.

La participante sonrío y asiente con la cabeza.

Al grupo Incluso si mantenemos una conversación muy larga con una cliente así, esto no sale a la luz. Cuando se configura la Constelación, incluso si colocamos sólo a una persona, se ve inmediatamente qué ocurre. Aquí, la persona miraba al suelo. Eso significa que en el suelo se encuentra una persona muerta. En cuanto introdujimos a la muerta, la cliente inmediatamente se quiso poner a su lado.

Eso significa que sentía que merecía morir; de lo contrario, no se habría puesto a su lado. Así dejé que lo pronunciara en voz alta:

“Te maté”. En ese momento, todo sale a la luz

A la participante La pregunta sería ahora: ¿Qué haces cuando vuelva contigo? ¿Volverá contigo?

PARTICIPANTE Sí. –Se lo contaré.

HELLINGER ¡No, así no! Lo hacemos con gracia. Haré un ejercicio contigo. Tú serías la cliente.

Al grupo Y vosotros podéis participar en el ejercicio.

A la participante Lo hacemos con elegancia.

La participante ríe.

HELLINGER Cierra los ojos. Te iré hablando como le hablaría a la cliente: Hace unos días visité el cementerio. Iba caminando, pasando de tumba en tumba y mirando todos los nombres. Entre dos lápidas había un hueco. Al verlo, pienso: ‘quizá haya alguien, pero sin nombre, sin lápida’. Después pienso: ‘Llevo a esta persona muerta a mi corazón’. Me arrodillo y me inclino. Después surgen los recuerdos, muchos recuerdos, y empiezo a sentirme triste. Me pregunto: ‘¿De dónde me viene esta tristeza?’ Y empiezo a llorar.

Silencio prolongado.

HELLINGER al cabo de unos instantes, a la participante ¿Está bien así?

PARTICIPANTE Muy bien.

HELLINGER al grupo Éste es un taller didáctico, por tanto explicaré lo que acabo de hacer. Éste ha sido un ejercicio hipnótico de alguna manera. Cuento una historia de mí mismo; la cliente en sí ni siquiera se menciona. Por tanto, tampoco necesita sentirse aludida. Es decir, interpongo algo entre ella y yo. Sin embargo, ella no puede hacer otra cosa más que acompañarme en mi visita al cementerio. De esta manera, se le acerca a algo que falta, pero no se dice de quién o de qué se trata. Después me voy al sentimiento que para ella sería necesario. Lo describo: me acuerdo, empiezo a sentir tristeza y comienzo a llorar. Su alma sigue el movimiento sin que ella sepa el por qué.

A la participante Eso es todo. Cuando hayas terminado, le dices que quieres cerrar la sesión de ese día ahí. ¿De acuerdo?

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER Te deseo lo mejor.

La relación de triángulo

UN PARTICIPANTE Estoy trabajando con una pareja, pero últimamente sólo viene la mujer. Hace dos años tuvieron una crisis en su matrimonio...

HELLINGER interrumpe Ya basta. Se trata de una pareja que tuvo una crisis en su matrimonio, y ahora sigues trabajando sólo con la mujer. ¿Lo he reproducido correctamente?

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER al grupo ¿Qué pasó en ese tiempo?

Al participante ¿Quieres que te muestre lo que pasó?

Hellinger elige a dos representantes para el marido y para la mujer, posicionándolos el uno enfrente del otro. Posteriormente coloca al participante a una cierta distancia, mirando a los dos.

Al grupo Ahora observaremos lo que ocurre.

La mirada del participante se dirige alternativamente al marido y a la mujer. Finalmente se acerca un poco más al marido. Éste empieza a acercarse a la mujer con pasos muy pequeños. La mujer sigue sin moverse.

Al cabo de unos instantes, Hellinger gira al participante.

HELLINGER al marido ¿Cómo te encuentras ahora? ¿Mejor o peor?

MARIDO Mejor.

Risas en el grupo.

HELLINGER a la mujer ¿Cómo te encuentras tú? ¿Mejor o peor?

MUJER Todavía estoy temblando. Aún no lo sé.

HELLINGER al grupo Esto es una relación de triángulo. Al trabajar sólo con ella, se metió en una relación de triángulo. Él se interpone en la relación de la pareja.

A los representantes Gracias.

El participante se ríe.

HELLINGER al participante Esto nos muestra lo peligrosa que puede ser la ayuda.

Cuando el participante quiere decir algo Espera, lo explicaré un poco más. De hecho, aquí tuvimos toda la información; yo no necesitaba saber nada más.

Al grupo ¿Qué pasó exactamente? Él se compadeció de la mujer –y por eso ella sigue viniendo con él–, excluyendo al mismo tiempo

al marido. La mujer se comporta ante él como una niña, y él se comporta ante ella como una madre. Si fuera como un padre, el marido tendría un lugar en su corazón. Pero su comportamiento es el de una madre. Muchos terapeutas actúan como madres con sus clientes. Todos los que actúan así no respetan a los hombres y excluyen a los padres y a los maridos. Ésta es la consecuencia de esta relación terapéutica, de esta llamada relación terapéutica.

Al participante Ya ves lo peligroso que es.

Al grupo Y lo cauteloso que hay que ser al comienzo para no dejarse atrapar en una relación así. Uno se queda atrapado cuando el cliente se presenta como necesitado.

Al participante Entonces se despiertan tus instintos maternales. Es maravilloso, pero no sirve de nada.

El participante se ríe.

PARTICIPANTE Cuando estaba ahí (en la Constelación) quería acercarme al marido.

HELLINGER Lo vi, pero no podías hacerlo. La mujer te atrajo fuertemente. El marido no estaba totalmente excluido para ti, pero tú eras un rival. Un segundo hombre en una relación es un rival. Ya sólo por su estructura es una relación de triángulo.

Al grupo Muchos asesoramientos o terapias de parejas en los que el terapeuta trabaja sólo con un miembro de la pareja, inevitablemente acaban convirtiéndose en una relación de triángulo, así evitan la solución.

Si ahora trabajáramos con la pareja ¿con quién habría que seguir trabajando?

Al participante ¿Quién es el o la cliente? —La mujer, claramente. El marido estaba orientado hacia la mujer. En este caso se sospecharía que habría algún asunto a resolver en la familia de origen de la mujer.

Hellinger llama de nuevo a la representante de la mujer, la posiciona y pone a una representante de su madre enfrente.

HELLINGER al participante Haré otro ejercicio contigo. Ponte detrás de la madre.

La mujer y su madre miran al suelo. Hellinger le indica al participante que se acerque más a la madre y le ponga las manos en los hombros. La mujer da un paso diminuto hacia la madre.

HELLINGER al cabo de unos instantes, a la madre Échate en el suelo. La madre se echa en el suelo. La mujer se pone la mano izquierda en el vientre y tiembla. Avanza dos pasitos hacia la madre. Después se sujeta el brazo derecho con la mano izquierda. Hellinger le indica al participante que se retire un poco.

La mujer, con gran resistencia, se acerca más a su madre, se agacha a su lado, pero no se atreve a tocarla. Finalmente, se estira a su lado. El participante se ha retirado todavía más, finalmente se da la vuelta.

Hellinger pide al participante que vuelva a tomar asiento a su lado.

HELLINGER al participante Está clarísimo que esto no tiene nada que ver con la relación de pareja. La mujer quiere morir. Se pudo ver que su madre estaba totalmente ausente. Quizá la madre quería morir o murió muy joven; de hecho, no lo sabemos. Primero, la mujer estaba enfadada con su madre, quizá también porque había estado reprimiendo su amor hacia ella. Pero aquí se ve que quiere estar con la madre, que quiere morir. Así, el problema aparece bajo otra perspectiva totalmente distinta. Ahora se trata de vida o muerte. Y ahora lo vemos también en su dimensión sistémica. No partimos de lo que las personas sienten; esto aquí es sistémico. Y ahora miraremos para encontrar una solución ¿de acuerdo?

PARTICIPANTE Sí.

Hellinger vuelve a colocar al marido y a la mujer el uno enfrente del otro.

HELLINGER a la madre Y tú te pones detrás de tu hija, tal como lo sientas. La madre da unos pasos hacia atrás, luego aún retrocede un poco más.

Al cabo de unos instantes, a la mujer Dile a tu marido: “Hay una fuerza que me arrastra hacia mi madre”.

MUJER Hay una fuerza que me arrastra hacia mi madre.

HELLINGER al cabo de unos instantes, al marido Dile: “Por favor, quédate”.

MARIDO Por favor, quédate.

La mujer respira profundamente. Después, ambos se acercan con pasos muy pequeños. Primero se dan una mano, después la otra. El marido se acerca aún más y la toma de los brazos. Ambos se miran largamente. La mujer se resiste a acercarse del todo. Finalmente se abrazan.

HELLINGER ¿Cómo está la madre ahora?

MADRE Me siento aliviada.

HELLINGER al participante Me parece que ya está.

PARTICIPANTE Gracias.

HELLINGER a los representantes Gracias a todos vosotros.

Al participante He ido avanzando paso a paso, para que se viera cómo se desarrolla la ayuda. Aquí quedó todo claro, pero ¿qué haces cuando vuelva la cliente? Te diré lo que se me ocurre al respecto; naturalmente puedes corregirlo en cualquier momento.

Podrías decirle que te gustaría hablar a solas con su marido alguna vez.

El representante del marido se ríe.

HELLINGER al grupo ¿Habéis visto la reacción del marido?

Al participante Cuando venga el marido, le dices que tu impresión es que la mujer quiere marcharse, que incluso quiere morir, y le pides que te cuente algo de la familia de origen de la mujer. Así te lo ganas y lo recuperas. Después, quizá averigües algo importante que te permita hacer algo por los dos. De la manera que aquí viste. No obstante, se vio claramente que la mujer se resistía mucho. Es decir, en su caso, la fuerza que la arrastra hacia la muerte es muy fuerte. Pero confía en el conjunto. Y por otra parte, puedes estar seguro de que lo que acaba de ocurrir aquí ya está actuando sobre los dos. Y ahora ve y muestra todo tu arte.

La ayuda sistémica

La ayuda que pretenda ser eficaz tiene que ser una ayuda sistémica. Eso significa que, al observar al cliente, siempre tiene en cuenta también a su sistema. La psicoterapia tradicional se estructura de la siguiente manera: cuando acude un cliente, se establece una relación entre el cliente y el terapeuta. Ninguna relación terapéutica como las que antes mencioné es posible cuando, al ver al cliente, el terapeuta o ayudador ve detrás a los padres de su cliente y los lleva a su corazón, cuando lleva también a su corazón a los antepasados, se inclina interiormente ante el destino de éstos y lo respeta. Si, además, siente que su propio destino está a sus espaldas, siente a sus padres y antepasados allí, el terapeuta ya no está solo. A partir de ese momento tiene lugar una relación entre adultos que

buscan una solución y actúan. Ésta es la diferencia.

La acusación

HELLINGER ¿Hay preguntas?

UN PARTICIPANTE Lo que acabas de explicar ¿tiene que ver con lo que explicaste de la posición detrás del cliente, que es mala para el terapeuta?

HELLINGER La mayoría de los clientes se quejan de algo, de una persona o de una situación. Si tú, interiormente, te pones detrás del cliente o de la cliente, te sumas al movimiento de acusación, excluyendo así aquello que ellos excluyen. De esta manera quedas impotente de inmediato. En cambio, si te colocas detrás de aquellos que acusan, todo cambia inmediatamente, es totalmente distinto.

La relación terapéutica

UNA PARTICIPANTE Dices que a partir de ese momento ya no es ninguna relación terapéutica. ¿Quieres decir que una relación terapéutica siempre es una relación en la que el cliente busca a un padre o a una madre?

HELLINGER “Relación terapéutica” en este sentido significa que el cliente se presenta necesitado y débil –en el fondo se presenta como un niño– y que el ayudador inmediatamente inicia la contra-transferencia, comportándose como un padre o una madre. Esa es una relación terapéutica. Cuando este tipo de relación se impide ya desde un principio –mediante determinadas técnicas como aquí las presento–, es una gran liberación para todos.

El ruso

UN PARTICIPANTE A mi consulta acudió un hombre de mi edad. Su padre estuvo en la guerra y volvió. El hermano de su padre murió en el frente. Después de la guerra, el padre se casó con la mujer de su hermano. Este hermano tenía un hijo que fue adoptado por

el padre de mi cliente.

HELLINGER En Alemania encontramos con frecuencia una situación como esta: alguien tiene a su madre a costa de un hombre que murió en la guerra. De eso se trata este caso. ¿Y dónde se halla la salvación para el cliente?

PARTICIPANTE Que tome a la madre.

HELLINGER Probablemente, la salvación viene de su tío que murió en el frente. Lo comprobaremos. Configuraremos la Constelación del cliente y de su tío; así veremos qué ocurre entre ellos dos.

Al grupo Al principio de una Constelación se trata de captar exactamente de qué personas se trata y de trabajar sólo con esas personas. Únicamente introducimos a más personas cuando es absolutamente necesario, no antes.

Hellinger elige a representantes para el hijo y para el tío que murió en la guerra y coloca a uno enfrente del otro. Al cabo de unos instantes, coloca al padre del cliente al lado de su hermano muerto.

El tío muerto apoya la cabeza en el hombro de su hermano. Éste lo rodea con el brazo y lo sostiene. El tío está muy triste. El hijo parece indeciso y hace ademanes de apartarse; retrocede unos pasos y cierra los puños.

HELLINGER al participante ¿Sabes dónde cayó el tío?

PARTICIPANTE Estuvo en Rusia.

Hellinger elige a un representante para un ruso y lo introduce en la imagen. Al introducirse el ruso, el hijo vuelve a mirar al grupo y da unos pasos hacia atrás.

Al cabo de unos instantes, el ruso se arrodilla para luego echarse de lado en el suelo, detrás de los hermanos, mirándolos.

El hijo está indeciso, se gira por un momento, luego vuelve a mirar al grupo, siempre con los puños cerrados. Ambos hermanos se giran hacia el ruso muerto. Éste se aparta de ellos y se estira boca abajo. El tío muerto se acerca y se echa a su lado, queriendo tocar al ruso con la mano, pero éste lo rechaza y se retira. Finalmente aparta al tío con una patada. Durante todo este tiempo, el hijo se va tocando la espalda con la mano derecha. Hellinger lo lleva con el ruso muerto. El hijo se arrodilla y después se estira de lado, siempre tocándose la espalda con una mano. El tío muerto intenta acercarse más al ruso, pero éste se aparta

aún más de él.

Hellinger introduce a una representante de la madre del hijo. La madre y el padre se acercan a los muertos y a su hijo, que yacen en el suelo. El padre se arrodilla, coge al hijo y se lo acerca. El hijo pone la cabeza en el regazo del padre. Éste lo sujeta y el hijo empieza a sollozar desconsoladamente. Finalmente, la madre también se arrodilla a su lado.

HELLINGER a la madre Pon una mano en el ruso y la otra en tu primer marido que murió.

La madre abraza a ambos, pero no logra reconciliar al ruso.

Así, la madre se levanta de nuevo y se retira un paso. El hijo sigue respirando con mucha dificultad mientras su padre lo sujeta.

HELLINGER al participante ¿Sabes en qué unidad estuvo el hermano del padre? ¿Quizá estuviera en las SS?

PARTICIPANTE Creo que no.

HELLINGER Este hombre debe haber cometido algo grave entre los rusos. El hijo está identificado con los rusos.

Hellinger le pide al hijo que se eche entre su tío y el ruso. Se echa de espaldas entre ambos. El padre se levanta y se coloca al lado de la madre. El tío pone su brazo encima del hijo. Éste se gira hacia el ruso. Finalmente, el ruso lo toca suavemente.

HELLINGER al grupo Ahora, el ruso toca suavemente la mano del hijo. El hijo es el único que siente compasión y se abre al duelo.

Al cabo de unos instantes, al hijo Por favor, levántate ahora y ve con tu padre.

Hellinger lleva a los padres un poco para atrás y coloca al hijo enfrente de ellos.

El hijo se acerca lentamente a su padre, sollozando. En un primer momento, el padre intenta apartarlo con un gesto brusco, pero después pone la cabeza en su hombro. Ambos se abrazan intensamente.

La madre, desde atrás, pone la mano en la espalda del padre.

HELLINGER al ruso ¿Cómo te encuentras ahora?

RUSO Mucho mejor. Indica al hijo y su padre. Esto es precioso.

HELLINGER Ponte detrás del hijo y pon tus manos en sus hombros.

El ruso se coloca detrás del hijo y lo abraza a él y a su padre. El hijo llora desconsoladamente. La madre se retira y mira a su primer marido que sigue en el suelo. Al cabo de unos instantes, el ruso empieza a retirarse.

HELLINGER al ruso Vuelve a tu lugar de antes.

A la madre Y tú te echas al lado de tu primer marido.

La madre se estira al lado de su primer marido. El ruso se retira. El hijo sigue sollozando en brazos de su padre.

HELLINGER Creo que ya está.

A los representantes Gracias a todos vosotros, y volved aquí.

Al participante Qué bien que hiciéramos la Constelación, porque lo que aquí surgió fue una dimensión totalmente distinta.

La ayuda al servicio de la reconciliación

HELLINGER al grupo Las soluciones se dan cuando nuestro amor abarca a todos. Aquí hubo un indicio significativo: el hijo, una y otra vez fue cerrando los puños. Era agresivo; tenía sentimientos agresivos. El ruso también tenía sentimientos agresivos. Es decir, había una unión entre el hijo y el ruso. Viendo esto, la persona que ayuda puede intervenir adecuadamente. Se ve adónde se dirige el movimiento y se puede apoyar este impulso. Sin apoyo no habría sido posible resolver este caso. Dejar que la Constelación se desarrolle por sí sola, no funciona. El ayudador tiene que sumergirse junto con los otros para sentir cuáles son los movimientos. Al final, cuando la mujer se retiró, estaba claro que ella quería unirse a su primer marido. Uno tiene que aceptar este hecho. Los grandes movimientos se conservan cuando, habiendo reconocido ese hecho, uno deja de trabajar y buscar soluciones. Al final se ve que la reconciliación entre Rusia y Alemania, entre los soldados alemanes y los soldados rusos, es un proceso largo. Si se pretendiera intervenir para acelerarlo, sería fatal. Esas serían “Constelaciones políticas”, que no tienen en cuenta los movimientos del alma. Eso no funciona.

Lo que aquí acaba de darse, en cambio, nos ha conmovido a todos. Nos ha permitido contactar con los sentimientos de los rusos y de las víctimas rusas, y también con los soldados alemanes. En el fondo, con todos. Todos ellos tienen ahora un lugar en nuestros corazones. Cuando todos ellos, indistintamente, reciban un lugar en nuestros corazones, nos encontraremos en una posición fuerte, unidos a las grandes fuerzas. Así, estas fuerzas actúan a través de nosotros sin

que nosotros mismos tengamos que hacer gran cosa. Actúan a través de nuestra presencia, simplemente por estar en contacto con ellas. Entonces nos convertimos en verdaderos ayudadores.

Comentario

HELLINGER al grupo Aún habría que añadir algo a este último trabajo, ya que, de hecho, fue incompleto en algunos aspectos. Tampoco disponíamos del espacio suficiente aquí. Yo pensé que detrás de ese hombre ruso, en el fondo debía poner a su madre. El representante del hijo lo percibió.

A ese representante ¿Quieres explicarlo?

REPRESENTANTE DEL HIJO Nada más colocarme en la Constelación, empecé a buscar a mi madre, o a una figura maternal. Era ella la que me faltaba, y por eso se hizo tan fuerte la tensión en mi interior, y la confusión también.

HELLINGER Se trataba de la madre del ruso.

Al grupo En este tipo de Constelaciones es de gran ayuda introducir también a los padres. Thomas, nuestro cameraman, me dijo que detrás de ambos muertos vio a sus padres. Si hubiéramos introducido también a los padres, la reconciliación quizá se habría iniciado entre ellos, y así habría sido más fácil para los muertos. Estos son aspectos a tener en cuenta también.

Sinti y romanís(4)

UNA PARTICIPANTE Una chica joven, de 15 años, vive en una familia de acogida(5) desde sus 8 años. A la madre de la madre biológica la encontraron ahogada en un estanque. Se dice que fue esquizofrénica. Los padres biológicos fueron perseguidos durante la Segunda Guerra mundial, por ser gitanos de descendencia sinti y romaní.

4 Los gitanos están divididos en grupos que a veces reciben el nombre de 'naciones', definidas generalmente por el área geográfica de asentamiento o de procedencia reciente.

Entre estos grupos están los sinti --que provienen de Alemania y Europa central-- Bajo la influencia del nacionalismo, que pone especial énfasis en

la unidad cultural y étnica, la palabra ‘gitano’ se está sustituyendo progresivamente por la de romaní, que significa ‘la gente’.

Fuente: Biblioteca de Consulta Microsoft ® Encarta ® 2005.

5 El término “familia de acogida” es usual en España para referirse a la familia que temporalmente acoge a un niño en tutela, pero no en adopción.

La acogida siempre se realiza con autorización de las autoridades y bajo un control legal, que garantice la preservación de los derechos del niño.

HELLINGER al grupo En pocas frases nos ha dado toda la información importante.

A la participante Lo has hecho muy bien. Así sabemos inmediatamente cómo abordar este tema. —¿Por qué la niña no se quedó con sus padres?

PARTICIPANTE Los hijos estuvieron a punto de morir de hambre. Los padres no podían hacerse cargo de ellos, y por eso entregaron a sus hijos a una familia de acogida, porque ellos los podían cuidar mejor.

HELLINGER ¿De qué tipo fue la persecución de los sinti y romanís?

PARTICIPANTE No sé nada de eso.

HELLINGER ¿Fue en Alemania?

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER al grupo Si permitimos que lo expuesto nos impacte, podemos sintonizar para darnos cuenta cuál es el tema y cuáles son las personas en las que se concentra la mayor energía. Y con ellos se empieza.

A la participante Para ti ¿con quién está la mayor energía?

PARTICIPANTE Con los padres biológicos.

HELLINGER ¿Con los sinti y romanís?

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER Para mí también. Allí está la máxima energía. Por eso empezaré con ellos.

Hellinger elige a dos representantes para los padres y los coloca el uno al lado del otro. Enfrente de ellos pone a cuatro representantes para los perseguidores.

El primer perseguidor se vuelve hacia la izquierda. El segundo perseguidor se sacude y tose. El padre mira al suelo. Hellinger elige a cuatro representantes para los sinti y romanís asesinados y les pide que se

estiren en el suelo.

El padre y la madre se encogen y aprietan los brazos contra el cuerpo.

El padre solloza desoladamente. Hellinger introduce a una representante para la hija.

La hija está a punto de caerse a un lado. Hellinger introduce a dos representantes para los padres que la acogieron.

La madre tutelar sostiene a la hija y mira al padre que sigue llorando, profundamente conmovido. Después, también la hija mira a sus padres y rompe a llorar. Los padres tutelares llevan a la hija hacia sus padres.

Los cinco se abrazan llorando. Mientras tanto, uno de los perseguidores se ha acostado al lado de la cuarta víctima y la abraza.

El otro perseguidor se sienta al lado de la tercera víctima.

A continuación, Hellinger pone a la hija enfrente de los padres, y a los padres tutelares, detrás de ella. La hija se seca las lágrimas.

HELLINGER a la hija ¿Qué tal ahora?

HIJA Todavía estoy un poco triste, pero está bien.

HELLINGER a los padres Coged a la hija entre vosotros dos, acercaos a las víctimas y, los tres juntos, inclinaos ante ellos.

Padres e hija se acercan a las víctimas y se inclinan profundamente.

También los padres tutelares se giran hacia las víctimas.

HELLINGER al cabo de unos instantes, a los padres y a la hija Ahora daos vuelta.

A los padres de acogida Y vosotros os colocáis detrás de ella.

A la hija ¿Qué tal ahora?

HIJA Mucho más llevadero.

PADRE Ahora está bien.

MADRE Mejor.

PADRE DE ACOGIDA Algo mejor.

MADRE DE ACOGIDA Me siento impotente, terriblemente impotente.

PADRE DE ACOGIDA mira hacia las víctimas Todavía estoy con ellos.

Hellinger gira a los padres tutelares hacia las víctimas.

HELLINGER a los padres tutelares Inclinaos también vosotros.

Ambos se inclinan profundamente.

Al cabo de unos instantes Ahora enderezaos y daos la vuelta.

A los padres tutelares ¿Qué tal ahora?

PADRE TUTELAR Mejor.

MADRE TUTELAR Mejor.

La hija y sus padres se miran cariñosamente. Los padres la sostienen por detrás. Todos avanzan unos pasos más.

El duelo que libera

HELLINGER al grupo Aquí acaba de manifestarse algo fundamental para cualquier solución: el pasado únicamente puede ser pasado cuando hacemos el duelo por los muertos, por las víctimas. Y sólo si permitimos que también los perpetradores hagan el duelo por las víctimas. Simplemente así. Después, uno se inclina ante ellos y se da la vuelta, hacia el futuro. Así, los muertos también alcanzan su paz, sólo así. Y los vivos quedan libres para su futuro. Es decir, el duelo es la condición previa para que algo pueda ser pasado, y es también la condición previa para la reconciliación —el duelo compartido—.

Ahora bien, si uno vuelve a mirar hacia atrás —algunos pretenden “cumplir” con los muertos, quizá incluso vengándolos—, el resultado es nefasto para todos los implicados, para los muertos igual que para los vivos. Permitir que el pasado sea realmente pasado, sin volver sobre ello, es una realización religiosa, un acto interior muy profundo. Pero únicamente puede darse después de mirar el pasado, después de fijarnos en los muertos, de inclinarnos ante ellos y de dejarlos descansar en paz.

Los padres y la hija siguen avanzando algunos pasos más.

HELLINGER a la participante Los padres no pudieron hacerse cargo de la hija porque estaban identificados con los muertos. ¿Lo comprendes?

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER a los representantes Gracias a todos vosotros.

A la participante ¿Con quién exactamente trabajas?

PARTICIPANTE Con la madre tutelar.

HELLINGER Le puedes contar lo que ha ocurrido aquí; le irá bien.

¿Mantienen el contacto con los padres biológicos?

PARTICIPANTE El padre murió el año pasado. Los padres tutelares

fueron con los hijos al entierro. La madre biológica todavía vive. El hermano de 8 años también está en la misma familia de acogida.
HELLINGER ¿Por qué no organizáis un encuentro familiar? Quizá podríais ver juntos el vídeo de nuestro trabajo. Quizá sea una buena idea. ¿Algo más?

PARTICIPANTE Para mí ya está.

HELLINGER Entonces te deseo mucha suerte.

Lo adecuado

HELLINGER a una representante ¿De qué se trata?

PARTICIPANTE Se trata de una mujer de 30 años cuyos padres son de la India y viven en Alemania. Ella se crió aquí. Cuando ella nació, su madre estuvo a punto de morir en el parto. La cliente está discapacitada, está como partida en dos. Su cara estaba torcida, pero se arregló bastante. Ahora sólo le queda una leve disminución de sus capacidades físicas.

Hellinger elige a una representante para la cliente, una representante para la India y un representante para Alemania, y los posiciona. La India y Alemania se encuentran el uno enfrente del otro.

La cliente está un poco apartada, a la misma distancia de ambos. Al cabo de unos instantes, se inclina hacia la derecha, hacia el representante de la India, y lo mira. Después se gira enteramente hacia él y se acerca. Ambos se abrazan cariñosamente.

Mientras tanto, Alemania se ha ido acercando a la cliente. Ésta se vuelve un instante para mirar a Alemania, pero después sigue acercándose a la India. Cuando la India y la cliente se abrazan, Alemania se da la vuelta.

HELLINGER al cabo de unos instantes, a los representantes Gracias a todos vosotros.

A la participante Uno sólo puede estar entero cuando está en casa.

PARTICIPANTE asiente con la cabeza Le costará aceptarlo. Pero me lo suponía.

HELLINGER ¿A quién le cuesta?

PARTICIPANTE Quizá me cueste a mí.

HELLINGER Claro, a ti te cuesta.

Ambos se ríen.

Al grupo El proceso que acabamos de observar es importantísimo.

Se acaba de mostrar una solución aquí.

A la participante ¿Cuál sería la actitud facilitadora por parte de la persona que ayuda?

PARTICIPANTE Mantenerse al margen.

HELLINGER Que se alegrara por la solución. Eso sería como una bendición para la solución que se acaba de mostrar.

La participante asiente.

HELLINGER De esta bendición, de esta alegría, la cliente gana la fuerza para actuar en el momento idóneo. En cambio ¿si el ayudador dice que ella no lo hará...?

PARTICIPANTE Ya se lo propuse; yo ya había visto esta solución.

HELLINGER Yo me mantengo con aquello que aquí se acaba de mostrar. Aquí se mostró claramente: primero, cuál es la solución desde el movimiento interior, no desde la cabeza. Y segundo, que tú formulaste una objeción: “no lo hará”. ¿Cuál es el efecto en el alma de la cliente? Incluso si la terapeuta tan sólo lo piensa ¿cuál es el efecto? ¿Te das cuenta?

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER Así ocurre muchas veces con los ayudadores. ¿Qué ocurre para ti en el momento en el que asientes a la solución? La pierdes. Hiciste una objeción, porque te encuentras en una relación terapéutica con ella, una relación de madre-hija. La objeción nace del miedo de la madre de perder al hijo. Así se ve cómo esta relación terapéutica obstaculiza la solución, y cómo obstaculiza la libertad de la cliente.

A la participante Bien ¿y qué hacemos ahora en la práctica? No me lo tienes que contar. Aquí me toca a mí demostrar las soluciones.

De esta forma, también protejo a los ayudadores; yo lo asumo con todas sus consecuencias.

Bien, la próxima vez que la cliente vuelva contigo, puedes comentarle: “He leído un libro sobre la India, es fascinante”. Se lo dices sin ningún comentario más. Y después le puedes decir: “De momento haremos una pausa de medio año en las sesiones”.

La participante asiente con la cabeza. Risas en el grupo.

HELLINGER al grupo ¿Os dais cuenta de la fuerza que la cliente recibe?

Es independiente, inmediatamente. La relación terapéutica se acaba, la relación madre-hija se acaba, y la cliente llega a su plena fuerza. A la participante Haga lo que haga después, tú ya no te tienes que preocupar. Si vuelves a preguntar por lo que hizo, te conviertes de nuevo en una madre para ella. El indagar es peligroso; sólo los ayudadores en relaciones terapéuticas indagan.

Cuando he hecho una compra en el supermercado –a veces me compro una piña–, la dependienta me la da, yo la pago, vuelvo a casa y disfruto comiéndola. Si la dependienta, más tarde, me pregunta: “¿Qué tal estaba?”. –¿Os dais cuenta de lo extraño que resulta? De repente me convierte en un niño y ella me pregunta como una madre solícita.

De alguna manera, las terapias son un negocio. ¿Te parece bien?

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER Realmente hay libros preciosos sobre la India.

Risas en el grupo.

Las reglas básicas en la ayuda

HELLINGER al grupo Aquí se trata sobre todo de percibir las diferencias sutiles, los efectos de determinadas ideas y palabras. Así cobramos una sensibilidad para los efectos.

La diferenciación fundamental sería: ¿Fortalece o debilita a los clientes? Todo lo que los fortalece, es bueno. Lo que los debilita –y eso se sabe inmediatamente– no es bueno. Y también: ¿qué me fortalece a mí o me debilita? O, aquí, en este caso, también se puede preguntar: ¿hasta qué punto me resta o me da libertad? Y: a la cliente ¿le resta o le da libertad?

Éstos serían unos cuantos principios fundamentales. Conociéndolos, rápidamente se puede encontrar lo apropiado ya que, por una parte, lo apropiado es simple y por la otra, no hay elección posible. Sólo hay una opción correcta, todo lo demás es totalmente equivocado.

Risas en el grupo.

HELLINGER Más o menos.

Anexo

HELLINGER Quisiera retomar este último tema.

Hellinger llama a la representante de la cliente y coloca a la participante enfrente de ella. Al cabo de unos instantes, la cliente retrocede lentamente.

HELLINGER a la cliente ¿Qué ocurre?

CLIENTE Me da miedo.

HELLINGER al grupo La terapeuta sigue en la transferencia.

A la participante ¿Está claro para ti?

PARTICIPANTE Supongo que será así.

HELLINGER Ahora dile: “He leído un libro precioso sobre la India”.

PARTICIPANTE riendo He leído un libro precioso sobre la India.

CLIENTE Inmediatamente me parece más simpática.

HELLINGER a la participante Eso es lo que quería demostrar.

A la representante Gracias.

Al grupo El trasfondo es que la participante me abordó en la pausa para decirme que la cliente también se sentía agradecida con Alemania, etc. Le respondí: “Sigues en la transferencia y eso no es bueno para la cliente”. También le pregunté: “Si dices esto ¿la cliente tiene más o menos energía?” Y le prometí demostrarlo.

Despedirse de la transferencia

Despedirse de la transferencia resulta difícil. ¿Sabéis por qué? Quien se coloca como padre o como madre en la transferencia para el cliente, sigue siendo un niño. Por eso resulta tan difícil desprenderse. Sólo quien esté dispuesto a colocarse en un nivel de iguales, puede encarar este hecho.

Y aún quisiera comentar algo más: quien asume la transferencia, ofreciéndose al cliente como madre, sobre todo como madre, en algún momento adoptó una postura arrogante ante sus padres, pensando que podría ayudarles. Es decir, la superioridad del niño ante los padres se perpetúa en la superioridad del ayudador ante el cliente. Como veis, aquí se trata de algo grande para cualquier ayudador, de algo que quizá lo confunda. Pero el resultado es bellísimo.

La dignidad

PARTICIPANTE Se trata de una cliente que en su pueblo se ve marginada. Todos sus amigos se distancian de ella. La mujer contó que tuvo cuatro relaciones de pareja. A tres de estos hombres los dejó ella, y con cada uno de ellos abortó. Con el cuarto hombre se casó y tuvieron un hijo.

HELLINGER ¿Qué edad tiene el hijo?

PARTICIPANTE 7 años.

HELLINGER cuando la participante intenta seguir hablando. Creo que ya basta.

Al grupo La manera en que lo relató ¿qué nos muestra? ¿Qué ha hecho con la cliente?

A la participante Estableciste una relación terapéutica con ella.

La participante se ríe.

HELLINGER Y de esta manera estás perdida, ya no la puedes ayudar. Ella se presenta ante ti como una pobre desgraciada. Sin embargo logró abortar y separarse de tres hombres. ¡Hay que ver la agresión que lleva esa mujer!

PARTICIPANTE Exacto.

HELLINGER Y esa agresión la recibirás tú si sigues así.

Al grupo De hecho, por regla general, una relación terapéutica termina con una agresión. Solo puede terminarse a través de agresiones. Por tanto, la persona que ayuda con sensatez lleva a su cliente al punto en el que empieza a sentir rabia. Pero, en la medida de lo posible, de forma elegante, para que uno mismo no se vuelva agresivo o enfadado también.

PARTICIPANTE Eso no lo logré.

HELLINGER Lo configuraremos para ver el trasfondo y poder aprender cómo hacerlo. Elige a una representante para la cliente y la posiciona.

La cliente respira con dificultad. Intenta dar un paso hacia delante, pero se queda dudando y mira al suelo. Hellinger elige a tres representantes para los hijos abortados y les pide que se estiren de espaldas en el suelo, delante de la cliente. La cliente da varias patadas en el suelo.

Al grupo En sus pies reconocéis la agresión.

Los primeros dos hijos abortados se toman de las manos y apartan la mi-

rada de la madre. La cliente empieza a acercarse lentamente a los hijos.
HELLINGER a la cliente Échate a su lado.

A la participante En su movimiento se ve que desea echarse a su lado.
La cliente se echa encima de los hijos abortados, abrazando a los tres desde arriba. Los mira y luego deja caer también la cabeza.

Hellinger elige a representantes para el cuarto hombre, marido de la cliente, y para su hijo, y los introduce en la Constelación.

En un primer momento, el padre abraza al hijo por la cintura. Después se pone detrás de él y lo toma de los hombros.

HELLINGER al cabo de unos instantes, al hijo Sigue tu impulso, gírate hacia el padre.

A la participante Se ve que éste es el movimiento.

El hijo se gira hacia el padre. La cliente levanta brevemente la vista para mirarlos, después vuelve a colocar la cabeza encima de los hijos abortados. El hijo pone la cabeza en el hombro derecho del padre. Éste lo abraza, pero el hijo deja caer los brazos.

HELLINGER a la participante Ésta es la solución para el hijo. Para la cliente no hay solución.

Indicando la imagen de la cliente echada sobre los hijos abortados Ésta es la solución. La mujer quiere morir. Y tú no debes ponerte en su camino.

PARTICIPANTE Su abuela...

HELLINGER No necesitamos saberlo. Mirar el trasfondo sólo desvía la atención. Esto de aquí es un movimiento muy claro.

Finalmente, también el hijo se abraza a su padre.

Al grupo Mirando esto, el movimiento de la mujer muestra dignidad.

A la participante De esta forma recupera su dignidad y su grandeza.

Todo lo demás le resta dignidad. Asintiendo a este hecho, tal y como se muestra, está bien. ¿Y para tí?

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER a los representantes Gracias a todos vosotros.

El aborto y sus consecuencias

HELLINGER al grupo En este contexto me gustaría puntualizar algo más. Cuando se trata de abortos, muchos ayudadores, inclusive yo

mismo, sentimos reparos de mirarlos y abordarlos, porque el tema da miedo.

Muchas veces sentimos también el deseo de minimizarlo. Así decimos, quizá: “¡Ay, la pobre mujer, era tan joven!”, o algo similar. Pero el alma no se lo cree, no sigue estos razonamientos. Naturalmente, un aborto es asunto de dos y afecta a ambas partes de la pareja, a la mujer y al hombre. Pero en la mujer tiene efectos más profundos, de un alcance mucho mayor: ella pierde algo de su alma -su alma se queda con los hijos-, y también pierde algo de su salud; ella deja algo de su cuerpo con el hijo abortado. A través del aborto, la mujer entrega algo de ella misma. Si uno busca, de la manera que sea, una excusa para el aborto, esta persona pierde su dignidad y su fuerza.

En cambio, si uno lo mira en toda su brutalidad, haciendo que la mujer diga, por ejemplo, “te maté”, o aún más radical: “te asesiné”, nos choca. El efecto en la cliente, sin embargo, es liberador, curiosamente.

Es decir, no es tan fácil encarar este tema.

Por otra parte, existen situaciones en las que la madre no quiere acercarse en absoluto, donde el hijo, por así decirlo, está perdido. En un caso así, naturalmente existe el peligro de que el ayudador que aborda el tema, de repente sienta una agresión contra esa mujer, que la excluya o la condene; que se olvide de la ayuda que trasciende el bien y el mal.

Aquí, la solución consistió en que la mujer se acercara a los hijos abortados. Pero ahora quisiera mostrar algo más.

Hellinger les pide a los representantes de la cliente y de los tres hijos abortados que retomen sus posiciones, de pie o estirados en el suelo. A continuación coloca enfrente de ellos a un representante del destino de la mujer. Después elige a tres mujeres que representan el destino de cada uno de estos hijos abortados y las coloca delante de ellos. También al representante del hijo, Hellinger le pide que vuelva a la Constelación y le coloca su destino enfrente.

Al cabo de unos instantes, el destino de la cliente se acerca a ella y se pone a su izquierda. La cliente se gira y extiende los brazos hacia él. Después, se acerca también ella y apoya la cabeza en el pecho del re-

presentante de su destino. Al cabo de unos instantes, éste la abraza. La cliente, con la cabeza apoyada en el pecho de su destino, mira hacia los hijos abortados, que yacen en el suelo. El destino del hijo coge a éste de la mano y se coloca con él delante de los hijos abortados. En ese momento, la cliente se retira un poco de su destino y le mira a los ojos. Ambos dan unos pasos hacia atrás mientras se mantienen cogidos de las manos. Después se abrazan entrañablemente.

El destino del hijo se pone detrás de él y lo toca con la mano derecha en la espalda. El destino del primer hijo abortado se sienta a su lado y coloca la cabeza del hijo en su regazo.

La tercera hija abortada, sentada en el suelo, se apoya de espaldas contra su destino. Éste se inclina hacia ella, la levanta, se pone detrás de ella y le pone las manos en los hombros.

La cliente se ha girado de manera que su destino se encuentra ahora a sus espaldas, cogiéndola de ambas manos. Ella mira firmemente hacia delante.

La tercera hija abortada se inclina hacia atrás y apoya su cabeza en el hombro de su destino. Después, se da la vuelta y se abrazan intensamente.

La segunda hija abortada, todavía echada de espaldas, extiende los brazos hacia su destino. Éste la toma de las manos y la incorpora. Finalmente, la hija se encuentra sentada delante de su destino, mirándolo.

El destino le pone una mano en la cabeza.

El destino del hijo se ha colocado detrás de éste.

HELLINGER a la cliente ¿Cómo te encuentras ahora?

CLIENTE Mejor.

HELLINGER al hijo ¿Cómo te encuentras tú ahora?

HIJO Habría querido salir corriendo, pero mi destino me lo impidió y me obligó a mirar hacia ellos.

HELLINGER Espera un momento.

A continuación, Hellinger gira al hijo para que mire a su propio destino.

HELLINGER ¿Qué tal ahora?

HIJO Así me encuentro bien.

HELLINGER a la tercera hija abortada ¿Cómo te encuentras tú?

TERCERA HIJA ABORTADA Ahora me encuentro bien.

HELLINGER al grupo También en los otros hijos abortados se ve

que su estado es otro.

A los representantes Gracias a todos vosotros.

Al grupo En la ayuda, muchas veces trabajamos primero con una sola persona en relación a su tema personal. De repente, no se avanza, y hay que añadir algo más. Así añadimos a su familia, en el sentido extenso de la palabra. Pero también aquí nos topamos a veces con un límite en el que no podemos avanzar, un límite que quiere ser superado. Lo que hace falta en un caso así, lo acabamos de ver: se mira hacia otro ámbito más grande; quizá, allí pueda darse una solución. Pero en ese ámbito nos mantenemos muy humildes.

La unión en el destino

HELLINGER al grupo Hay una bella canción que dice: “La libertad que yo deseo, que llena mi corazón”. Acerca de este tema he escrito un pequeño aforismo: el caballo que otea la libertad, directamente salta a la trampa.

¿Y cuándo respiramos más este aire de libertad? Cuando nos enamoramos. Y la trampa, la descubrimos pronto.

Risas en el grupo.

¿Qué es la trampa? ¿Es algo pequeño? ¿Es algo grande? Es algo inmenso: la unión en el destino. Tal como somos, nos convertimos en destino para otros. Y otros, tal como son, se convierten en destino para nosotros. Quizá sea en la relación de pareja donde más intensamente podamos observar esto. ¿Por qué nos sentimos tan atraídos por otra persona? ¡Si ni siquiera la conocemos! Sin embargo, ya existe una unión en el destino, entre mi destino –es decir, entre aquello que ocurrió en mi familia y que en mi familia aún necesita resolverse, quizá incluso muchas generaciones atrás– y el destino del otro y aquello que quizá necesite resolverse en su familia, muchas generaciones atrás.

Aquí tuvimos un bello ejemplo, cuando el representante de un hijo tuvo que ver cómo su padre yacía al lado de un ruso. (véase p.210) El hijo no pudo escapar del destino de ellos dos. Justamente por eso les ayudó a concluir su destino; el hijo formaba parte de esta unión en el destino. Y eso es grandeza. ¡Con qué trampa! Es

la máxima exigencia.

El ayudador conoce estas uniones en el destino y las respeta. Imaginaos la locura, si alguien pretendiera cambiar el destino de otro, o quisiera intervenir o resolverlo. ¿Dónde se sitúa esa persona? También se ubica en un vínculo del destino: utiliza a los otros para su destino. Pero no de una forma liberadora, respetuosa, sino de una forma que lo agrava y atrasa la solución, o atrasa la reconciliación, en lugar de enfócala.

Este trabajo únicamente puede ser comprendido —éste sería el primer paso—, y luego también realizado adecuadamente, por una persona que respeta igualmente todos los destinos. Que sabe que, más allá del bien y del mal, las fuerzas que obran son sumamente poderosas. Que las mira y, de vez en cuando, allá donde lo alcanzan, se pone a su servicio.

Sólo con estas fuerzas somos grandes nosotros mismos, tenemos fuerza y ayudamos, aparentemente de una forma muy humilde; en lo más profundo, sin embargo, el efecto es inmenso.

El alma perdida

PARTICIPANTE Se trata de un eritreo de 47 años. Con 16 años se fue de su poblado. Proviene de una familia de farmacéuticos, es decir, de una familia de un nivel social más elevado. Después se fue a Adis Abeba, a la resistencia clandestina. Se afilió al partido comunista y luchó contra el régimen militar. Los padres no sabían nada. Cuando tenía 19 ó 20 años, en todo el país se proclamó un pedido de búsqueda y captura, por lo que vino a Alemania, a través del Sudán.

HELLINGER ¿Cuál es su problema?

PARTICIPANTE Siempre tiene la sensación que no es él, que es otro y que está en otras personas.

HELLINGER Claro. Ha perdido su alma. —¿Con quién la dejó? No hace falta que digas nada, simplemente conecta y déjate sentir.

Al grupo Dejaos sentir vosotros también.

A la participante ¿Dónde se quedó su alma? -¿Lo tienes?

PARTICIPANTE En el país al que pertenece.

HELLINGER Con las víctimas que él mató. Es un asesino, no un

hombre que lucha por la libertad. Es simplemente un asesino. ¿Qué consiguió en sus luchas, sino muchos muertos? No consiguió nada más. Un verdadero guerrero que lucha por la libertad al menos consigue algo.

Al grupo Pero ella estaba en la transferencia, se compadecía de él. Cuando la participante intenta contestar Lo escuchamos. La manera en que lo relataste lo dejó claro inmediatamente. –Sé que aquí vivimos una disciplina dura, pero si nos fijamos en el resultado de esta disciplina vemos que es liberador. –¿Quién tiene un lugar en mi alma?

PARTICIPANTE Los muertos.

HELLINGER Todos los muertos, exacto. ¿Notas la diferencia en la fuerza?

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER Lo demostraré aquí. Elige a alguien para él.

La participante elige a un representante para su cliente. Hellinger lo posiciona.

HELLINGER a la participante Yo te represento ahora. ¿Qué acaba de ocurrir en mi interior? –Lo que estuvimos comentando: miro a los muertos. Ahora confronto al cliente como una persona que honra a los muertos.

Hellinger, en representación de la participante, se pone enfrente del cliente. Al cabo de unos instantes, Hellinger da un paso hacia el cliente; también éste da un pequeño paso hacia delante. Después, Hellinger se gira lentamente y mira al suelo. El cliente retrocede unos pasos. Finalmente se da la vuelta y aparta la vista. Hellinger elige a cuatro personas como representantes de las víctimas y les indica que se estiren de espaldas en el suelo, delante de él. A continuación se acerca a ellos, mirando al cliente. Al cabo de un tiempo, el cliente se da la vuelta. Se acerca lentamente a los muertos y se estira a su lado, fijando la mirada en ellos. Hellinger abandona la constelación.

HELLINGER a la participante ¿Está claro para ti?

PARTICIPANTE Sí, está claro.

HELLINGER Esa es su única posibilidad de recuperar su dignidad. ¿Sabes lo que sería aún mejor? Que volviera y se dejara fusilar. Entonces tiene su plena dignidad.

En ese momento, el cliente en la Constelación se gira y se estira boca

arriba.

HELLINGER cuando la participante quiere hacer una objeción. Se trata de las imágenes y si eres capaz de encararlo. No, de lo que él realmente haga o pueda hacer.

PARTICIPANTE Gracias.

HELLINGER a los representantes. Gracias a todos vosotros. Volved a la vida.

Al representante del cliente. ¿Cómo te fue a ti ahí abajo?

CLIENTE En un principio ni sabía quién era. Cuando tú te retiraste me di cuenta de que me tenía que apartar. Tenía que girarme hacia fuera, no debía mirar hacia el centro.

HELLINGER ¿Y ahora, al final?

CLIENTE Bien, muy bien.

HELLINGER Gracias.

La salvación

UN PARTICIPANTE Se trata de una chica de 15 años que acudió a mí tras varios intentos de suicidio. La historia es que creció en dos familias de acogida diferentes. Ambos padres están psíquicamente enfermos.

HELLINGER ¿Qué quiere decir psíquicamente enfermos?

PARTICIPANTE La madre tiene una esquizofrenia grave y vive en un centro. Del padre no sé absolutamente nada hasta ahora, sólo que está desaparecido.

HELLINGER Creo que tenemos toda la información.

PARTICIPANTE Quizá una más: la chica vive en un centro de acogida desde que en las familias de acogida se dieron varias situaciones de abuso.

HELLINGER ¿Qué tipo de abusos?

PARTICIPANTE Hubo una historia de abuso sexual con el tío de uno de los padres de acogida, y en la otra familia, con el padre mismo.

HELLINGER después de unos momentos de reflexión. Con esta información ¿puedo trabajar mejor o peor?

PARTICIPANTE Peor.

HELLINGER Exacto. Porque se acaba de hacer una distinción entre

buenos y malos.

Ambos se miran.

HELLINGER Se da con tanta facilidad. La palabra “abuso” moviliza la agresión. ¿Quién tiene ahora un lugar en mi corazón?

PARTICIPANTE riendo ¿Los padres de acogida?

HELLINGER Sobre todo, la madre. Está clarísimo.

Al cabo de unos instantes de reflexión ¿Se puede salvar a la niña?

¿Mirándolo desde fuera? Míralo desde fuera por un momento.

PARTICIPANTE tras otro momento de reflexión No lo sé.

HELLINGER Eso siempre es una respuesta lista.

PARTICIPANTE Tengo miedo de que no se la pueda salvar.

HELLINGER Naturalmente, decir algo así siempre es peligroso. Mirando desde un primer plano está clarísimo que no se la puede salvar.

Pero a pesar de todo intentaré hacer algo.

Hellinger elige a una representante para la madre esquizofrénica y la posiciona enfrente del cliente.

Al participante Inclínate ante ella, desde el corazón.

La madre mira al suelo. El participante se inclina, pero vuelve a levantar la cabeza.

HELLINGER al participante Puedes bajar más, tranquilo. Querías bajar más ¿verdad? Sigue el movimiento hasta el final.

El participante se inclina hasta el suelo, estirando las manos hacia delante. Hellinger introduce a una representante de la cliente y le pide al participante que se enderece de nuevo.

También la hija mira al suelo. Al cabo de unos momentos, Hellinger elige a otro representante más y le pide que se tienda de espaldas en el suelo, delante de la madre.

La madre empieza a estirar los brazos hacia delante. Hellinger coloca a un hombre enfrente de ella. El muerto se encuentra en el suelo entre ellos dos. El hombre muerto extiende su mano derecha hacia la madre, pero al ver que ésta no reacciona, la deja caer de nuevo. La madre, muy lentamente, extiende los brazos hacia el hombre que tiene enfrente. La mirada de la hija oscila entre la madre y este hombre. Éste mira primero al hombre en el suelo. Después intenta retirarse, pero Hellinger lo acerca más hacia el muerto.

Mientras tanto, la madre, con su mano derecha, ha cogido la mano

del muerto. Al mismo tiempo tiende su mano izquierda al otro hombre. Tras unos momentos de duda, éste también toma su mano.

En contra de la resistencia del hombre, la madre tira de él con todas sus fuerzas intentando acercarlo hacia ella. El muerto se toma de ella con ambas manos.

HELLINGER a la madre ¡Grita, grita fuerte!

La madre grita con toda fuerza tirando violentamente del muerto y del otro hombre para acercarlos a ella. El muerto se incorpora y tira de la madre con fuerza, obligándola a bajar a su lado. Hellinger le indica al otro hombre que se arrodille al lado del muerto y le ponga el brazo en el hombro. Finalmente, la madre y el hombre se hallan arrodillados al lado del muerto. Los tres se abrazan mientras la madre sigue gritando fuertemente.

La hija mira al suelo. Después se gira y da unos pasos hacia delante.

La madre, el muerto y el otro hombre se mantienen estrechamente abrazados.

HELLINGER a la hija ¿Cómo te encuentras ahora?

HIJA Mejor.

HELLINGER a los representantes Lo interrumpo ahora. Ya tenemos toda la información importante.

Al participante ¿Cómo te encuentras tú aquí ahora?

PARTICIPANTE Yo también me encuentro mejor ahora.

HELLINGER a los representantes Quedaos aquí un momento.

Al grupo Explicaré lo que ocurrió.

La hija inmediatamente miró al suelo. También la madre miraba al suelo. Por tanto, se trataba de una persona muerta. En los casos de esquizofrenia sé que siempre hay un asesinato en la familia. El esquizofrénico está identificado, representando a una víctima y a un perpetrador al mismo tiempo.

A la representante de la madre Cuando tú te encontrabas allá, estabas identificada con la víctima. Pero retrocediste y empezaste a mirar a otra persona. Por eso te puse enfrente al perpetrador, e inmediatamente te encontrabas mejor. El perpetrador quería retirarse, pero yo no lo permití, lo llevé con la víctima.

MADRE Cuando intenté tirar de la mano del perpetrador y él se resistía, por poco me desgarré.

HELLINGER Sí, exacto, te habría desgarrado. Pero cuando el perpetrador y la víctima se unen, la esquizofrenia termina y ya no es necesario que la hija muera.

El paso sanador

HELLINGER al otro participante De acuerdo, ahora estoy abierto para ti.

PARTICIPANTE Nicole tiene 28 años. Alternativamente, a veces también de forma simultánea, padece de ansiedad y de ideas delirantes, obsesivas.

HELLINGER Por aquello que acabamos de hacer ¿tienes alguna imagen de qué se podría tratar y cómo podríamos proceder?

PARTICIPANTE Respirar profundamente, eso es lo que podría hacer ahora.

HELLINGER Te diré lo que siento yo. También aquí me fijaré en el asesinato, en la víctima y en el perpetrador. Muchas veces nuestro dónde se ha de buscar, ya que puede ser que los hechos ocurrieran varias generaciones atrás. ¿Es así?

PARTICIPANTE Sí, es así.

HELLINGER ¿Qué sabes?

PARTICIPANTE Sé que sus hermanos, sus padres y sus abuelos todos presentan síntomas, miedos y obsesiones similares.

HELLINGER ¿De qué país son?

PARTICIPANTE Por parte del padre, de Alemania, por parte de la madre, de Suiza.

HELLINGER ¿En que parte se encuentran los miedos más grandes?

PARTICIPANTE En la parte de la madre.

HELLINGER De entrada configuraré una fila de antepasados para mirar a ver qué encontramos. También es importante como demostración, para que aprendamos cómo manejarlo.

Hellinger elige a una representante para la cliente y la posiciona. Detrás de ella coloca a una representante de su madre que, al mismo tiempo, también representa a la generación de la madre.

Después, Hellinger elige a más representantes para la abuela, la bisabuela, etc., que también representan a la respectiva generación, y las

coloca en una fila, una detrás de la otra.

Al grupo Ahora miraremos a ver qué ocurre. Sólo tenemos que mirarlo.

La madre mira al suelo. La abuela, desde atrás, va empujando a la madre. La bisabuela retrocede un poco y se apoya en su madre. La sexta antepasada empieza a inquietarse dando vueltas. La hija da un paso hacia delante. De esta forma se abren espacios entre la hija y la madre, la madre y la abuela, y la quinta y la sexta antepasada.

Hellinger elige a más representantes, una mujer y dos hombres, y les indica que se echen boca arriba en el suelo, llenando así los espacios abiertos.

La sexta antepasada se echa al lado del hombre muerto que tiene delante. También la madre se echa al lado del hombre muerto que tiene delante y lo mira. La tatarabuela se deja caer lentamente en el suelo.

La abuela se tiende a su lado. La quinta antepasada se arrodilla al lado de la tatarabuela.

Hellinger le pide a la hija que se dé la vuelta para mirarlo todo.

La sexta antepasada se levanta y se aparta.

HELLINGER al grupo Donde se da un movimiento de huida, se interrumpe.

A la representante de la sexta antepasada Date otra vez la vuelta y mira al muerto.

La hija quiere ir hacia la mujer muerta. Se echa a su lado y ambas se abrazan. Hellinger coloca a la bisabuela delante de ellas.

HELLINGER al participante ¿Sabes algo del origen y de lo que aquí se muestra?

PARTICIPANTE Hasta aquí llegamos precisamente, hasta la bis-abuela.

HELLINGER Aún hay una gran cantidad de sucesos importantes de-trás.

Mientras tanto, la bisabuela se ha arrodillado al lado de los demás. La sexta antepasada se ha vuelto a apartar.

HELLINGER al participante, indicando a la hija que sigue echada al lado de la mujer muerta Esto no aporta nada.

Le pide a la hija que se levante y la lleva con la sexta antepasada.

La sexta antepasada aparta la mirada y se retira de ella respirando con gran dificultad. Se echa de espaldas en el suelo, al lado del hombre muerto, pero inmediatamente vuelve a apartarse de él.

Al participante, indicando a la sexta antepasada Ella es una perpetradora, está clarísimo.

La hija se acerca lentamente a la sexta antepasada, pero ésta se aparta de ella.

Al participante La hija tiene que ir con la persona que se aparta. Allí se halla la solución, con ella se encuentra la solución. Al final, la solución casi siempre se logra a través de un perpetrador, no a través de una víctima. También en la cara de la hija se ve la energía de la perpetradora. Los que tienen más miedo son los perpetradores, no las víctimas. Cuando una persona desarrolla este tipo de miedos, se sabe que hay energía perpetradora.

La hija se agacha al lado de la sexta antepasada; ésta, sin embargo, se levanta y se aparta. Así, la hija acaba estirada en el suelo, en el lugar de esta antepasada. Mientras tanto, también todos los demás yacen en el suelo.

HELLINGER al participante Ahora entra en la Constelación como terapeuta y siente dónde te tienes que colocar. Simplemente sigue tu intuición.

El participante entra en la Constelación sin saber claramente cuál es su lugar.

Al participante Probaré algo. No estoy seguro, pero lo probaré.

Hellinger coloca al participante al lado de la sexta antepasada. Ésta se gira e intenta alejarse de él.

Al participante Síguela.

La sexta antepasada mira hacia atrás, se sienta en el suelo, pero vuelve a levantarse inmediatamente. Luego avanza un paso y gira la mirada brevemente hacia el terapeuta. La hija se ha incorporado y mira hacia ella.

HELLINGER a la hija Dile: “Por favor”.

HIJA Por favor. Por favor.

La antepasada cruza los brazos. El terapeuta se ha retirado un poco.

La antepasada mira hacia la hija, luego se gira nuevamente, dirigiendo la mirada alternativamente hacia la lejanía y hacia el terapeuta.

Finalmente se gira de nuevo y se sienta en el suelo. Entretanto, la hija se ha vuelto a echar en el suelo, extendiendo la mano hacia la antepasada. Ésta se levanta, da una vuelta sobre sí misma y se acerca al terapeuta.

HELLINGER al participante Ponle el brazo en el hombro.

Al cabo de unos instantes, la antepasada se pone en el otro lado del participante, pero lo toma de la mano. Después se acerca a las víctimas, suelta la mano y los mira. El terapeuta se coloca detrás de ella, a una cierta distancia. Finalmente, la sexta antepasada rompe a llorar.

HELLINGER al grupo, que no puede ver el proceso con claridad Ahora empieza a llorar.

La antepasada está inquieta, sigue dando vueltas sin saber dónde colocarse, se arrodilla y se inclina hasta el suelo, y se echa al lado de los muertos.

A continuación, Hellinger le indica a la hija que se levante y la aparta. Al terapeuta le pide que se ponga detrás de ella como protección y pantalla.

HELLINGER a la hija ¿Cómo te encuentras ahora?

HIJA Mejor. Aquí atrás noto un calor bueno.

HELLINGER Exacto.

Al grupo Por tanto ¿dónde estaba la clave? —En el amor del terapeuta para la perpetradora. Sólo cuando son amados, los perpetradores se ablandan.

Al participante Estás haciendo un buen trabajo.

A los representantes Gracias a todos vosotros.

Al participante, una vez que todos se han sentado Estabas ya perfectamente encaminado.

PARTICIPANTE ¿Puedo comentar algo más? La sexta antepasada se comportó exactamente de la misma manera que la cliente. Ésta es la clave y éste es el siguiente paso para mí. Es increíble cómo concuerda.

HELLINGER Bien. Aquí no necesitamos saber nada más concreto.

Vemos los movimientos y vemos el paso sanador al final.

También en muchas Constelaciones con perpetradores nazis hemos visto lo mismo: a veces adoptan una postura de una fuerza increíble, como Dios; pero cuando uno los ama como personas, se convierten en personas. ¿No es precioso?

PARTICIPANTE Y también sumamente difícil.

HELLINGER Cuando uno lo sabe, es posible realizarlo. Ésta es la ayuda que va más allá del bien y del mal, que realmente va más allá.

Miedos

UN PARTICIPANTE DEL PÚBLICO Dijiste que los mayores miedos se encuentran en los perpetradores. ¿Podrías comentar algo más al respecto?

HELLINGER Cuando una persona siente este tipo de miedos, su mayor miedo es el de matar a otro. El miedo de que algo pudiera ocurrir sólo cubre este otro miedo. Sabiendo esto, se puede tratar de otra manera. Detrás de este miedo, frecuentemente se encuentra una gran agresión.

“Nosotros los miramos”

UNA PARTICIPANTE Se trata de una cliente curda de Turquía. Tiene cuatro hijos. El padre de sus hijos, su marido, estuvo diez años en prisión en Alemania, por tráfico de drogas. La familia vive en la parte occidental de Suiza. El marido ya no puede volver a Suiza. La mujer, mi cliente, no tiene ninguna energía. Durante los últimos años le va faltando la energía cada vez más y padece de intensos dolores. Tampoco sus hijos tienen energía, ninguna energía, sobre todo los dos varones mayores.

HELLINGER Sí, claro. —¿De quién te compadeces? Todos lo sabemos, lo escuchamos inmediatamente. ¿De quién te compadeces?

PARTICIPANTE De la cliente.

HELLINGER Y de los hijos.

PARTICIPANTE De todos los que conozco.

HELLINGER ¿Por quién siento compasión yo?

Al ver que la cliente quiere contestar inmediatamente No tan rápido.

PARTICIPANTE Por los hijos.

HELLINGER No. Por los que murieron a causa de la droga. El narcotráfico es un asesinato.

La participante asiente con la cabeza.

HELLINGER ¿Te das cuenta de la diferencia en la fuerza?

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER ¿Y dónde se encuentra la salvación para los hijos?

PARTICIPANTE ¿Con las víctimas?

HELLINGER ¿De qué manera concreta? ¿Cuál sería el paso?

PARTICIPANTE Que les dieran un lugar para luego retirarse.

HELLINGER Eso va demasiado rápido. No funciona tan mecánicamente. Primero tienen que dirigir su mirada hacia los muertos. Después le dicen a su padre: “Nosotros los miramos”.

La participante asiente con la cabeza.

HELLINGER Porque él no los mira. Toda la familia no los mira. Y allí se encuentra la solución. Pero no quiero explicitarlo con todo detalle, tú ya sabes lo que tienes que hacer ¿verdad?

PARTICIPANTE Sí.

La salida

HELLINGER a una participante ¿De qué se trata?

PARTICIPANTE Se trata del hijo de una cliente. Tiene 28 años y una psicosis esquizofrénica. Después de lo que acabo de ver, me viene a la mente su abuelo paterno que estuvo en la Legión Extranjera.

HELLINGER Entonces ya está todo claro.

Tras unos instantes de reflexión Yo le sugeriría algo a ese chico. ¿Qué te parece, qué le sugeriría? Afíliate a la Legión.

Ambos se miran largamente.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra entonces, mejor o peor?

PARTICIPANTE Probablemente mejor.

HELLINGER Naturalmente se encuentra mejor. Yo no tengo nada en contra de la Legión Extranjera. Ellos hicieron el trabajo sucio para otros. De alguna manera hay que agradecerse. Si él dice: “Yo también voy” ...

La participante se sonríe.

Al grupo La mera idea ya pone todo “patas arriba” en su cabeza.

A la participante ¿Puedo dejarlo así?

PARTICIPANTE se ríe Un poco insatisfactorio, sí parece.

HELLINGER Porque te encuentras en una relación terapéutica.

PARTICIPANTE riendo Es lo que estuve sospechando toda la mañana.

Carcajadas en el grupo.

HELLINGER Me parece que la gran mayoría de los que estáis aquí aprendéis muy rápido. La pregunta sería, pues: ¿Qué haces para salir de esta relación? Ésta es la supervisión ahora. ¿Qué haces cuando la cliente vuelva a tu consulta? –Piénsalo. ¿Qué tiene fuerza?

Al grupo Tenéis que tener en cuenta un detalle importante. En cuanto se da una transferencia y una contratransferencia, una relación hijo-madre ¿quién toma el control? –Siempre el cliente. Y el terapeuta le lleva la corriente.

A la cliente Una corriente interesante, bonita a veces. ¿Y cómo vuelves a dirigir tú la corriente? En cuanto vuelvas a dirigirla, la relación terapéutica se termina. Puedo hacerte una sugerencia, pero prefiero esperar a que tú misma busques: ¿Cuál sería la posibilidad aquí?

PARTICIPANTE tras un largo tiempo de reflexión La sensación es como si me hubiera quedado en blanco.

HELLINGER De acuerdo, te lo diré. Le dices a la cliente que quieres ver al hijo a solas. No digas nada más, sólo esta frase.

Ambos se miran largamente.

HELLINGER Así, ella te tiene que seguir y tú diriges. –Sea cual sea el resultado, ya no importa. Tú has tomado el control. Y la relación terapéutica se termina.

Los dos se miran riendo.

HELLINGER ¿De acuerdo?

PARTICIPANTE Sí, ahora estoy de acuerdo.

HELLINGER Bien, eso ya es todo.

La confesión

UNA PARTICIPANTE Había preparado un caso con un estudiante de 24 años. Pero ayer recibí una llamada telefónica de una mujer que hace un tiempo hizo una Constelación conmigo. Me contó que su hermana tuvo un bebé y que, como consecuencia del parto, tuvieron que ingresarla dos veces en el hospital. Es algo que no se me va de la cabeza ahora.

HELLINGER riendo Vaya, vaya.

Todo el grupo se ríe con él.

HELLINGER a la participante ¿Con qué trabajo ahora?

PARTICIPANTE ¿Connigo quizá?

HELLINGER Con el tema del estudiante. —Ya sabes que en una época fui sacerdote y también confesaba a la gente.

PARTICIPANTE ¡Ay, Dios!

HELLINGER Era parte de la profesión. Más tarde descubrí algo importante sobre la confesión. Para el cura no es difícil. Él, de alguna manera, trabaja en nombre de Dios y así no se queda con nada.

Pero un terapeuta con el que la gente se confiesa...

PARTICIPANTE riendo Bueno, sí.

HELLINGER La escuchaste. ¿Y qué puedes hacer ahora? ¿Qué le dices a esta mujer? —Que vaya a ver a su hermana —y que ponga manos a la obra. ¿De acuerdo?

PARTICIPANTE Sí, gracias.

HELLINGER De hecho, aquellos que se confiesan quieren que otros hagan algo. Pero ellos mismos no hacen nada. En cuanto se consigue que ellos mismos actúen, el asunto queda resuelto para todos los implicados. ¿Hemos aclarado este caso?

PARTICIPANTE Sí, gracias. Se ríe.

La cara diabólica

HELLINGER a la misma participante Ahora lo otro.

PARTICIPANTE Este estudiante de 24 años sigue viendo una cara diabólica. La Constelación se hizo hace un año y medio. Ve una cara diabólica cuando quiere dormir.

HELLINGER De acuerdo, eso ya me basta. Éstos son los hechos. Con eso trabajamos.

Elige a un representante para el estudiante y lo posiciona.

HELLINGER a la participante ¿La cara es masculina o femenina?

PARTICIPANTE Según mi intuición, femenina.

Hellinger elige a una representante para la cara diabólica y la posiciona enfrente del cliente.

HELLINGER a la representante de la cara Ahora sintoniza, con sensibilidad y con respeto.

A la representante Naturalmente sé quién es la cara diabólica. ¿Te lo digo?

La representante se ríe.

HELLINGER Se lo diré al oído al hombre que tengo a mi lado, él te lo dirá luego.

Hellinger se dirige al hombre que está sentado a su lado, y le habla al oído.

La cara mira al suelo. Hellinger le pide a una mujer que se eche de espaldas en el suelo, delante de ella.

HELLINGER a la participante ¿Sabes qué le dije al oído, quién es la cara diabólica? –Una muerta que no está reconocida. Eso ya se ve ahora.

Al representante del cliente A ti te saco de la línea de fuego. Ahí se va desarrollando el asunto.

Hellinger lo coloca a un lado.

La cara mira sin cesar a la muerta y retrocede ligeramente.

HELLINGER a la participante Bien mirado, la cara diabólica es una asesina que quiere que la verdad se sepa por fin.

A la representante de la cara Dile a la muerta: “Yo lo hice”.

CARA en voz baja Yo lo hice.

Respira con dificultad.

HELLINGER Dilo en voz alta.

CARA Yo lo hice.

HELLINGER “Y lo asumo”.

CARA Y lo asumo.

La cara se agacha, se cubre la cara con las manos e intenta acercarse un poco a la muerta. Ésta, sin embargo, se aparta.

HELLINGER a la participante Por el gesto de retirada de la muerta se ve que fue un asesinato.

Al cabo de unos instantes, la cara se echa en el suelo, orientada hacia la mujer muerta. Al mirar a la muerta, ésta se aparta aún más. A continuación, Hellinger coloca al cliente enfrente de la mujer muerta y de la cara diabólica.

HELLINGER al cliente Dile a la cara: “Yo la veo”.

CLIENTE Yo la veo.

HELLINGER “Y yo la miro”.

CLIENTE Y yo la miro.

HELLINGER “Para mí no está olvidada”.

CLIENTE Para mí no está olvidada.

La mujer muerta gira la cabeza hacia él.

HELLINGER al cliente Mírala.

La mujer muerta se le acerca. El cliente se arrodilla y toma su mano.

Ambos se miran largamente.

HELLINGER al cliente Ahora te levantas, vas hacia la cara diabólica y le acaricias la cabeza.

El cliente se arrodilla al lado de la cara diabólica y le acaricia la cabeza suavemente. Al mismo tiempo mira hacia la mujer muerta. También ésta ha girado la cabeza hacia él y la cara.

HELLINGER a la participante No quiero llevarlo a término ahora. De todos modos, está clarísimo cuál será el movimiento sanador. ¿Para ti también está claro?

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER Al cabo de un tiempo, estos dos se encontrarán. La muerta se acercará a la cara diabólica, y la cara diabólica se acercará a ella. El paso decisivo fue éste: la cara diabólica se apaciguó en cuanto recibió el reconocimiento y el amor del cliente.

A continuación, posiciona al cliente de forma que éste pueda mirar a ambas partes.

La cara diabólica le tiende la mano al cliente.

HELLINGER al cliente Sigue tu impulso; es bueno. Sigue exactamente tu impulso.

El cliente se arrodilla entre las dos mujeres. Primeramente toma la mano de la muerta, después, la de la cara diabólica, mirando alternativamente a una y a otra.

HELLINGER a la participante Ahora, la víctima cierra los ojos. Se ve que quiere cerrar los ojos. Ahora alcanza la paz.

Al cabo de unos instantes, al grupo La cara diabólica todavía mantiene los ojos abiertos. Pero está bien así.

Al cabo de un tiempo más, al cliente Ahora, tú te levantas y das unos pasos hacia adelante.

El cliente se incorpora y avanza unos pasos dejando atrás a ambas mujeres.

HELLINGER al cliente ¿Cómo te encuentras ahora?

CLIENTE Mejor. Bien.

HELLINGER Está claro que te has hecho grande aquí, que has crecido.

Te has entregado a algo grande.

A la participante Eso es lo que ha hecho.

A los representantes Gracias a todos vosotros.

A la participante Ya sabes lo que tienes que hacer. No hace falta que te diga nada más.

Al grupo Aquí de nuevo queda patente que el perpetrador necesita amor y respeto. Al final él es quien más empatía necesita.

Morir en lugar de otro

UNA PARTICIPANTE Se trata de una chica de 19 años, hija de una cliente. La chica quiere morir.

HELLINGER ¿Quién es la cliente que acudió a ti?

PARTICIPANTE La madre.

HELLINGER De acuerdo. —Por tanto ¿quién quiere morir?

PARTICIPANTE La madre.

HELLINGER La madre, está claro. No hace falta que vayamos con rodeos.

Al grupo Cuando alguien acude a la consulta refiriendo el problema de otra persona, siempre se sabe que éste es precisamente el problema de la persona que nos consulta.

A la participante No hace falta que perdamos el tiempo.

PARTICIPANTE sacude la cabeza No estoy segura.

HELLINGER De acuerdo, lo miraremos.

Elige a una representante para la madre y la posiciona.

La participante intenta darle más explicaciones, pero Hellinger no la quiere escuchar.

A la participante ¿Te das cuenta de que no estás en sintonía conmigo cuando haces este tipo de comentarios? Si no estás en sintonía, no puedes ayudar.

En un primer momento, la mirada de la madre se dirige lejos; después, la mujer se arrodilla. Al cabo de unos instantes, se arrastra de rodillas hacia delante y mira al suelo.

Hellinger coloca a un hombre enfrente de ella.

El hombre se gira y aparta la mirada. La madre lo mira largamente. A con-

tinuación se pone primero de cuclillas, después se levanta de nuevo.

HELLINGER a la madre Dile: “Si tú no lo miras, yo sí lo miro”.

MADRE Si tú no lo miras, yo sí lo miro.

El hombre permanece inmóvil. Hellinger elige a otro hombre y le indica que se estire de espaldas en el suelo, delante de la madre. El primer hombre sigue sin moverse.

HELLINGER al grupo En un caso así, el ayudador interviene, naturalmente. Algo así no se puede permitir.

Hellinger gira al primer hombre.

Ambos, el hombre y la madre, fijan sus miradas en el muerto. El hombre empieza a acercarse lentamente a la persona muerta. Cuando también la madre intenta acercarse, Hellinger la obliga a darse vuelta. El muerto se vuelve hacia el hombre y lo mira.

HELLINGER a la madre ¿Qué tal ahora?

MADRE Algo mejor.

Hellinger la lleva más lejos. El hombre se acerca aún más al muerto.

HELLINGER ¿Y ahora?

MADRE Más llevadero.

Hellinger elige a una representante para la hija y la pone enfrente de la madre.

HELLINGER a la madre Dile: “Ahora me quedo”.

MADRE sonriendo Ahora me quedo.

Madre e hija se acercan.

HELLINGER a la participante ¿Está lo suficientemente claro para ti?

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER a los representantes Ya basta. Gracias a todos vosotros. Al grupo Quisiera explicaros los pasos y aquello que se fue desarrollando.

A la participante En un primer momento, la madre empezó a mirar hacia allá, a alguien. Después, su mirada se dirigió al suelo. Estaba mirando al suelo en lugar de otra persona. Por eso coloqué enfrente de ella a un hombre; cuando éste se acercó al muerto, la madre pudo apartarse. Todo es muy simple cuando uno se fía de los movimientos del alma. ¿De acuerdo?

La participante asiente con la cabeza.

El ayudador como guerrero

HELLINGER al grupo Quisiera comentar algo general en relación a la ayuda.

El ayudador es un guerrero, tiene la energía de un guerrero. Y un guerrero espera hasta que el asunto realmente vaya en serio.

Hace un tiempo leí un libro de Georg Groddeck, que hablaba de implicaciones psicosomáticas desde la visión del psicoanálisis. Es un libro muy bueno. Groddeck observaba cuervos y los distinguía: el cuervo que dirigía el grupo, el cuervo alfa, siempre permanece tranquilo; sólo los otros se alborotan.

Lo mismo ocurre en la ayuda. Aquéllos que inmediatamente se vuelcan para ayudar, no tienen fuerza. Por tanto, uno primero se queda mirando y luego se mete en una guerra en la que se juega lo último: vida o muerte. En la terapia decisiva, en la ayuda decisiva, siempre se trata de vida o muerte. Así, uno busca para ver cómo se persevera en este conflicto y cómo se gana. En primer lugar, confrontando abiertamente la muerte del cliente –sin miedo.

En una guerra hay víctimas, algunos se quedan en la estacada.

El ayudador lo tiene en cuenta, sabe que algunos se quedan en la estacada. Si se preocupa por ellos, la guerra está perdida. Uno los deja de lado hasta que aparezca lo decisivo, hasta que lo decisivo sea mirado y vivido.

El guerrero no es valiente, es sensato. Y trabaja estratégicamente. Estrategia significa: ¿Cómo debilito al enemigo? ¿Cómo le resto fuerza? ¿Cómo le hago perder también su arrojo? Se debilita cuanto más tiempo espero yo. Entonces, en el momento decisivo, surge la palabra significativa, se introduce la persona significativa y se da el paso significativo.

Una vez ganada la batalla, del ayudador no se sabe más nada.

Ya está con la guerra siguiente. No asiste a las celebraciones de victoria, no las necesita, ya que los que ganaron fueron otros: las fuerzas con las que él estaba en concordancia.

También quisiera hablaros del orden. El orden se encuentra en equilibrio. Cuando varias partes están en equilibrio, se complementan, se sostienen, se apoyan y se encuentran orientadas hacia una meta, nos hallamos ante un orden bueno, ya que sirve a la meta. A veces los objetivos y las circunstancias cambian, y con ellos también cambia el orden: tiene que encontrar un nuevo equilibrio.

También la ayuda se realiza de acuerdo con un orden. Pero ¿cuál es el orden en la ayuda? ¿Qué partes tienen que estar en equilibrio para servir a la meta de la manera más perfecta?

Cuando un ayudador se encuentra con un cliente que acude a él ¿cómo pueden estos dos encontrar un orden para ellos? ¿Qué ocurre cuando inician una relación terapéutica? ¿Qué es lo que quizá se desordene en el sistema más grande? Es decir, cuando se ayuda se tiene en cuenta el todo mayor que engloba a ambos, tanto al ayudador como al cliente.

A este todo mayor pertenecen en primer lugar los padres del cliente, su familia, su origen y su destino específico que resulta del sistema al que pertenece. Y aquello que él formula como meta ¿resulta beneficioso para todo el sistema? ¿Sirve al orden en este sistema? Trabajando con el cliente ¿soy capaz de reconocer dónde está el desorden, el desequilibrio en este sistema? Si lo encuentro, lo pongo en orden, pero desde una actitud de servicio, desde la posición más humilde. Ya que ésta es la posición correcta para el ayudador: en la totalidad del sistema, él ocupa la última posición. Sólo entonces sus actos concuerdan con el orden, pueden estar en orden y pueden restablecer el orden en un sistema más grande. Una vez que esto ocurre, ya no se le necesita en este sistema, por tanto, se retira.

Esto es lo que habría que tener en cuenta a la hora de ayudar.

Cartas de “amor”

UN PARTICIPANTE Se trata de dos niñas. Tienen 8 años y viven en un centro de acogida. Su deseo sería encontrar una familia de acogida, ir a vivir a otro lugar.

HELLINGER ¿Qué pasa con sus padres?

PARTICIPANTE La niña mayor fue dada en acogida por su madre inmediatamente después de nacer. Según la madre de acogida, la madre biológica dijo que quería matar a su hija. Así la aceptaron en acogida. Antes, la madre de acogida había perdido a un hijo propio de unos cinco o seis meses. Cuando la niña volvió a su casa, la madre biológica estaba embarazada otra vez, y posteriormente tuvo una niña. Las dos niñas se criaron con la madre de acogida y la madre biológica. . .

HELLINGER Eso ya es demasiado para mí. Si recibo más información, me confundo. –Tengo una imagen clara, y en un principio, trabajaré con la primera niña. Configuraré a tres personas: la madre biológica, la hija y –la persona que falta.

PARTICIPANTE riendo El padre.

HELLINGER De éste te olvidaste también tú. ¿Cuál es el cambio de lugar que busca la niña?

PARTICIPANTE Quiere ir con una familia campesina.

Hellinger se ríe.

PARTICIPANTE ¿Con el padre? No sé si ahora. . .

HELLINGER sigue riendo Así son los terapeutas maternas: lo más inmediato se les escapa.

PARTICIPANTE El padre de la primera niña. . .

HELLINGER Lo configuraremos.

Elige a representantes para el padre y para la madre, colocándolos el uno enfrente del otro. Después posiciona a la hija a un lado, a la misma distancia de ambos.

La hija mira primero a la madre, después al padre. La madre se gira y mira al suelo. Hellinger elige a una mujer y le indica que se tumbe en el suelo, delante de la madre.

La hija se aparta y se dirige hacia su padre. Él sale a su encuentro.

La hija apoya la cabeza en su pecho y ambos se abrazan con ternura. La madre se acerca a la muerta. Ésta empieza a temblar, se revuelca en el suelo y retrocede al ver que la madre intenta acercarse.

HELLINGER Ésta es una hija que mató. –Ya no hace falta que si-gamos.

A los representantes Gracias a todos vosotros. Ya hemos terminado.

Al representante ¿Está claro para ti?

PARTICIPANTE No.

Los dos se miran largamente.

HELLINGER Tu amor hacia esta niña es muy incompleto. –¿Y cómo se completa? –Si al mirarla, en ella respetas y amas a su padre. Hazlo por un momento. Cierra los ojos. –Siente la fuerza que ganas con ello. –Y siente el amor que la niña tiene para ti después. –Hazlo solamente en tu interior. Así te sitúas en el orden, y desde el orden tienes fuerza.

El participante asiente con la cabeza.

HELLINGER Haré otro ejercicio más contigo. Cierra otra vez los ojos. Imagínate que encuentras la dirección del padre. Pero no haces nada más que escribirle una carta cada semana, simplemente para contarle de la niña. Cada semana una carta. ¿Qué cambia en ti y en la niña y en el padre? ¿Sólo escribiendo cartas de este tipo?

El participante abre los ojos y mira a Hellinger.

HELLINGER La niña se te echa al cuello con gran amor.

Ambos ríen a carcajadas.

HELLINGER ¿Ahora sí está claro?

PARTICIPANTE Sí, está bien.

HELLINGER Dejemos lo de esta niña. Creo que has comprendido algo esencial y nosotros hemos aprendido algo esencial. Yo también me lo estuve imaginando en los colores más vivos y me alegré de verlo. ¿De acuerdo?

PARTICIPANTE Sí.

HELLINGER al grupo Si se procede estrictamente según nuestro orden imaginado, exigiendo que el padre asuma responsabilidades ¿qué se aporta?

Al participante Es mejor penetrar suavemente en su alma, haciéndole cosquillas, y poco a poco se va abriendo el amor. No es ningún trabajo duro y hace ilusión. Tú eres creativo en lo que le escribes. No hace falta que sea mucho, pero siempre un poco. –Como veo, serás irresistible.

Ambos se ríen.

La retirada

UN PARTICIPANTE La cliente está divorciada. Ella tiene a los hi-

jos. El mayor tuvo problemas con la droga, la mediana va haciendo cortes y tiene graves problemas escolares, y la pequeña adora todo lo que sea militar. El padre de la cliente estuvo en la administración nacionalsocialista del distrito de Posen, en Polonia.

HELLINGER Sintonicemos un momento como antes, como lo acabo de hacer con ella.

Cierra los ojos. –Yo te guío en esta meditación. Primero te inclinas ante su padre y sus víctimas –es posible que fueran millones de víctimas –y ante su Führer y el poderoso destino detrás de todos ellos. –El destino es el velo ante algo más grande que se halla detrás. –Al mismo tiempo encubre y revela lo divino –más allá del bien y del mal. –Ahora, el padre toma a sus hijos de la mano. La madre está a su derecha, y los hijos, entre ellos. Todos se toman de las manos y se inclinan ante este destino, se tienden de bruces en el suelo, extendiendo las manos hacia delante –llorando. –Y tú te retiras. Los dejas allá, pase lo que pase con ellos.

Al cabo de unos instantes, Hellinger posa su mano en la mano del participante. Éste abre los ojos y lo mira. Ambos asienten con la cabeza.

HELLINGER Esto es lo único adecuado.

El asentimiento

UNA PARTICIPANTE Se trata de un hombre de unos 23 años. Nació discapacitado con una parálisis, la espalda abierta y también con una parálisis de vejiga. Tiene brotes psicóticos y actualmente está internado. A temporadas es muy agresivo.

HELLINGER ¿Quién acudió a tí?

PARTICIPANTE La madre.

HELLINGER tras unos instantes de reflexión En su corazón ¿qué es lo que quiere este joven?

PARTICIPANTE Creo que quiere estar con su madre.

HELLINGER Quiere morir.

La participante asiente conmovida.

HELLINGER Sí, eso es lo que quiere. Y hay que permitirselo. ¿Está claro para tí?

PARTICIPANTE Está claro.

HELLINGER La pregunta es: ¿Cómo tratas ahora a la madre? Porque de hecho, ella es la cliente para ti. ¿Qué puedes hacer cuando vuelva a tu consulta? Eso lo podríamos mirar ahora.

PARTICIPANTE ¿Puedo decir algo más? De hecho, yo tengo un determinado papel en este caso, soy la representante de la entidad tutelar. En esta función acudí a mí.

HELLINGER Bueno, creo que en este caso no hace mucha diferencia. Aquí se trata de un asunto de persona a persona, no de rol a rol. Ahora haremos algo juntos: tú eres la madre y yo soy tú ¿de acuerdo? Y tú me dices algo.

PARTICIPANTE Ya no lo puedo cuidar; por favor, hazlo tú.

Meditación: “Estoy aquí”

HELLINGER Cierra los ojos. –Ahora miras al niño recién nacido. Luego miras a tu marido, al padre del niño, y le dices: “Es nuestro hijo”.

PARTICIPANTE Es nuestro hijo.

HELLINGER Después miráis juntos al niño y le decís: “Eres nuestro hijo”.

PARTICIPANTE Eres nuestro hijo.

HELLINGER “Te tomamos como nuestro hijo”.

PARTICIPANTE Te tomamos como nuestro hijo.

HELLINGER “Y te cuidamos como nuestro hijo”.

PARTICIPANTE Y te cuidamos como nuestro hijo.

HELLINGER “El tiempo que nos sea dado”.

PARTICIPANTE El tiempo que nos sea dado.

La participante se muestra muy conmovida.

HELLINGER Y ahora miras al destino detrás de este niño, a su destino. Y miras a tu destino al lado del destino del niño. Y ahora de inclinas ante él.

La cliente se inclina profundamente.

HELLINGER Y ahora pones a este niño en brazos de su destino. Te quedas delante del destino con el niño en sus brazos y le dices:

“Estoy aquí”.

PARTICIPANTE Estoy aquí.

HELLINGER “Y me quedo aquí”.

PARTICIPANTE Y me quedo aquí.

HELLINGER al cabo de unos instantes, cuando la participante abre los ojos Yo también me quedo.

La participante está profundamente conmovida.

PARTICIPANTE Está bien.

HELLINGER De acuerdo. Bien.

Perspectivas

HELLINGER a Christof Eicke, el organizador del curso Creo que hemos redondeado el trabajo con un poco de felicidad humilde. Simplemente dejaremos que siga actuando.

Al grupo Lo que acabamos de vivir aquí muestra lo lejos que ha llegado este trabajo en su desarrollo.

Al final me gustaría volver sobre el principio. Aquí se muestra algo grande: lo esencial comienza donde termina la diferenciación entre bueno y malo, donde obra el destino. En el fondo, todo es muy simple en esta actitud, ya que de repente lo grande toma las riendas.

Qué insignificante resulta toda teoría, toda intención de tener razón sobre aquello que se considera correcto o equivocado. ¡Que pequeño! Es como cuando los niños pretenden construir el mundo en la arena. El mundo sigue avanzando, mucho más allá de la arena. Para terminar os contaré una pequeña historia que resume este desarrollo. Es una historia que escribí hace tiempo. Cuando nos sumamos a este movimiento, seguimos fluyendo con él.

El camino

Al padre anciano llegó el hijo, pidiendo:

“Padre ¡bendíceme antes de que te vayas!”.

El padre dijo: “Sea mi bendición que yo te acompañe un primer trecho en el camino del saber”.

A la mañana siguiente salieron al aire libre, desde la estrechez de su valle

subieron a una montaña –a un curso de formación–.
El día ya se iba aquietando cuando llegaron a la cima,
pero ahora, la tierra se extendía en todas direcciones,
iluminada, hasta el horizonte.
El sol se puso –el curso terminó–.
Se hizo de noche.
En la oscuridad, empero,
las estrellas
brillaban para todos.

Bert Hellinger

Órdenes de la Ayuda

Un libro didáctico

Título original:

“Ordnungen des Helfens”

Ein Schulungsbuch

Carl-Auer-Systeme Verlag, Heidelberg, Weberstr. 2

Primera edición actualizada y corregida, 2003

ISBN 3-89670-421-4

Traducción del alemán: Sylvia Kabelka

Correcciones: Diana Zermoglio

Diseño de interior: Contenido Neto

Diseño de tapa: Andy Sfeir Diseño

Segunda edición papel en español corregida:

Julio 2008

Impreso por: Look impresores s.r.l.

Reservados todos los derechos.

Este libro no puede reproducirse total ni parcialmente,
en cualquier forma que sea, electrónica ni mecánica,
sin autorización escrita de los autores y/o la editorial.

Hecho el depósito que marca la ley 11.723

Impreso en Argentina

ISBN 978-987-1522-01-9

Quito 4231 Buenos Aires

gerencia@almalepik.com www.almalepik.com

Hellinger, Bert

Los órdenes de la ayuda / Hellinger, Bert ; dirigido por Tiiu Bolzmann ; coordinado por Lauro Graciela - 2a ed. – Buenos Aires : Alma Lepik, 2008.

256 p. ; 20x14 cm

Traducido por: Steudel, Rosi

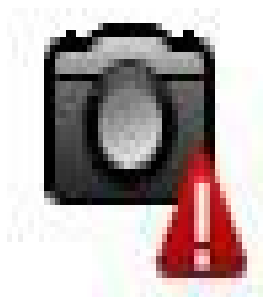
ISBN 978-987-1522-01-9

1. Psicología Sistémica. I. Bolzmann, Tiiu, dir. II. Lauro , Graciela, coord. III. Steudel, Rosi, trad. IV. Título

CDD 150

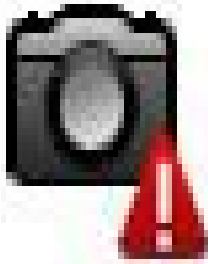
Fecha de catalogación: 02/07/2008

NUESTRO CATALOGO



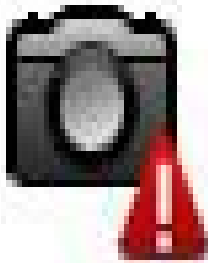
Orden y Amor. El orden viene primero, luego el amor. Bert Hellinger

"El orden viene primero, luego el amor", nos dice Bert Hellinger. En esta reseña, él despliega lo central de esta afirmación, que es un pilar de su filosofía, para que podamos entender interiormente la importancia del orden en el amor y cómo éste fluye solamente si sucede al primero. La sabiduría de Bert Hellinger desde lo esencial y al servicio de la paz en las relaciones interpersonales, al alcance de todos.



Constelaciones familiares del espíritu. Una reseña. Bert Hellinger

Un libro sobre las nuevas Constelaciones Familiares del Espíritu, que contiene las principales líneas de este enfoque hasta llegar al trabajo actual del filósofo alemán Bert Hellinger sobre los caminos hacia la reconciliación. Impulsado por los movimientos del Espíritu, este libro surge como el primero de la colección "Nuevas comprensiones", creada para divulgar modos de apertura que aporten al asentimiento de todo tal cual es, a la unidad y a lo esencial de la vida.



Trauma, una cuestión de equilibrio. Anngwyn St. Just

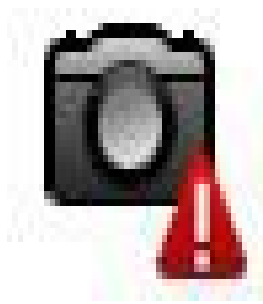
Anngwyn St. Just reunió piezas clave para el conocimiento, piezas que contribuyen a tener una visión sistémica del trauma en todo el mundo, con métodos innovadores que ha desarrollado en su búsqueda de soluciones. La autora aporta estudios casuísticos fasci-

nantes y ejemplos de la historia reciente, y arroja luz sobre las profundas coherencias que se encuentran detrás de muchos traumas tenaces que se perpetúan a través de muchas generaciones.

Al beber de científicos y facilitadores tan diversos como Einstein, Sheldrake, Böszörményi-Nagy, Schützenberger y Hellinger, la autora muestra, en el plano del alma, tanto nuestra profunda interconexión y nuestro compromiso por lograr un equilibrio, como nuestras lealtades inconscientes que estimulan la repetición dolorosa.

Anngwyn guía al lector hacia la búsqueda de recursos y hacia la restauración de la dignidad de víctimas y perpetradores, y acompaña a mirar, más allá de los individuos e incluso de las familias, el tema no resuelto de guerras y otras calamidades. Este libro amplía la base de la compasión y la aptitud de quienes se ocupan de la recuperación de traumas.

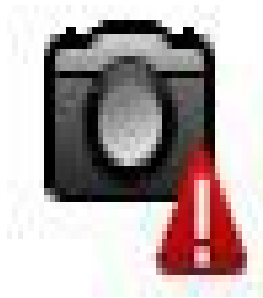
Judith Hemming. Terapeuta gestáltica, facilitadora y cofundadora de The Center for the Study of Intimate and Social Systems, Londres- G.B.



Aunque me cueste la vida. Constelaciones sistémicas en casos de enfermedades y síntomas crónicos
Stephan Hausner

Este libro tiende una mirada al potencial sanador de las constelaciones sistémicas. Tras una breve introducción a los fundamentos de las constelaciones familiares y las formas de proceder en las constelaciones con enfermos, Stephan Hausner cede a los pacientes la palabra.

Mediante numerosos ejemplos de su trabajo con grupos de constelaciones muestra tanto posibles conexiones entre la enfermedad y los temas familiares, como posibilidades para llegar a una solución.

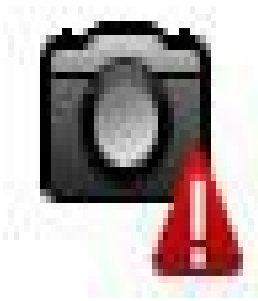


Cuentos de vida. Bert Hellinger

Los cuentos pueden decir aquello que de otra manera no tiene permiso de ser expresado. Porque lo que ellos muestran también saben esconderlo, y su verdad es imaginada al igual que el rostro de una mujer detrás del velo.

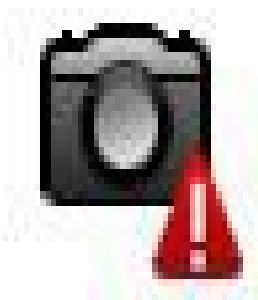
Los cuentos compilados en este libro nos invitan a transitar un camino de entendimiento, superando, a menudo, nuestras ideas habituales. Giran alrededor de un centro y alrededor de un orden oculto que, más allá de los límites de conciencia y culpa, une lo que está separado.

Algunos cuentos tocan lo extremo. Nos llevan a lo largo del camino del entendimiento hasta sus límites, sin temor y sin contemplaciones. Son el corazón de esta colección.



La reconciliación con el Origen y el Destino. Graciela Lauro

"Graciela Lauro es autora de un libro pionero y de lectura necesaria para quienes deseen tener un primer contacto con el método de las Constelaciones Familiares. Expone con sencillez las bases de este trabajo, recorre con respeto sus fundamentos, traza rutas para transitar por todos los ámbitos a los que se puede aplicar esta valiosa filosofía, e invita a los protagonistas a dar su testimonio para seguir avanzando. Como persona, su mirada valiente sirve de guía para muchos, especialmente para quienes empiezan a familiarizarse con este universo que se antoja inmenso. Como periodista, su curiosidad innata y entrevistas magistrales como la que cierra el libro dejan abierto el campo para quienes necesiten mayor profundidad y concreción". Loli Moreno

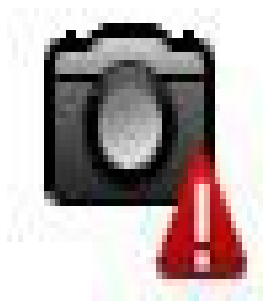


Mística cotidiana. Bert Hellinger

Las experiencias místicas son vivencias comunes a todo ser humano. Como afirma Bert Hellinger, la única condición para poder acceder a ellas es nuestro grado de apertura.

Con esta Mística Cotidiana, el autor nos invita a transitar ese camino que lleva hacia nuestro interior. Es el tramo de experiencia personal más pura y ancestral. Es un viaje interior con sus diferentes estaciones, un recorrido que nos permite acceder a profundas comprensiones sobre nuestro pensar y nuestras formas de actuar. En nuestro día a día, ¿cómo podemos sentir nuestra espiritualidad? ¿Qué nos exige este camino?

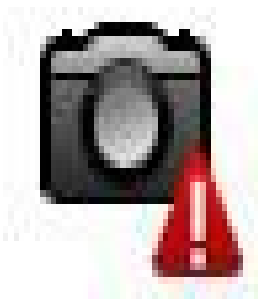
Bert Hellinger nos conduce en esta obra a sentir la profunda felicidad que nos embarga cuando por fin llegamos, cuando tocamos nuestra más profunda interioridad, cuando experimentamos la experiencia última. También si en el recorrido nos encontramos con nuestros miedos más profundos, también si descubrimos cuánta verdad hay en nuestras relaciones. En este camino ejercitamos la humildad.



La verdad en movimiento. Bert Hellinger

Implicaciones por destino, esperanza y amor, odio y reconciliación, responsabilidad y libertad, vida y muerte, y lo divino.

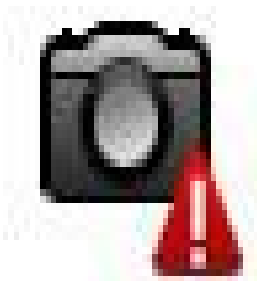
Bert Hellinger muestra cómo todo actuar humano se realiza en un contexto más amplio en el cual el papel del individuo, aunque importante, es limitado. Un contexto que, en definitiva, señala hacia una fuente primigenia que se sustrae a todo entendimiento racional.



Equilibrio relativo en un mundo inestable. Una investigación sobre Educación de Traumas y Recuperación
Anngwyn St. Just

Este libro, una narración autobiográfica que surge de un campo personal para abarcar un entorno mayor, es un ejemplo de respeto e integración: el trabajo con el trauma y su sanación requiere una mirada global que abarque no sólo aspectos psicológicos, sino también aspectos sociales, ambientales y culturales. De ahí la importancia que la autora concede a la Naturaleza, a la sabiduría chamánica, a los métodos multiculturales verbales y no verbales, al trabajo corporal y al poder sanador de la comunidad.

Por la pluralidad de aspectos que toca, esta lectura representa una invitación para ampliar los conceptos habituales del trabajo con los traumas, al tiempo que guía al lector hacia una comprensión más profunda del concepto de trauma personal y social. Un libro que se recomienda a toda persona que haya vivido un trauma profundo o asista a otros en la búsqueda de soluciones sanadoras.

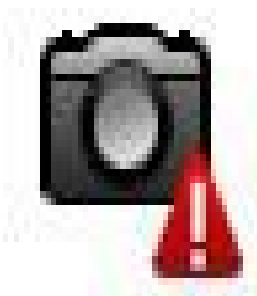


Viajes interiores. Bert Hellinger

Bert Hellinger nos invita a hacer un viaje hacia nuestro centro. Allá donde estamos con nosotros mismos en lo más profundo. Nos describe estos viajes interiores, paso a paso. Pero también nos muestra qué peligros acechan en este camino, qué nos desvía o nos detiene, e incluso, qué nos obliga a retroceder.

A menudo, en estos viajes interiores se nos regala una comprensión; entonces sabemos, de pronto, cuál será el siguiente paso en nuestra vida. Pero a veces también estamos frente a una puerta; entonces esperamos que se abra, como por sí misma.

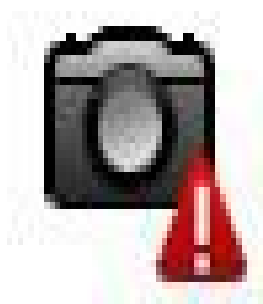
Una mirada espiritual hacia algo escondido que nos atrae a pesar de que, al mismo tiempo, se oculta de nosotros.



El manantial no tiene que preguntar por el camino Bert Hellinger

Bert Hellinger ha llevado a cabo una continua evolución de las cons-

telaciones familiares durante el transcurso de los años. En este libro resume temas que en su trabajo han demostrado ser fundamentales: los órdenes en la familia, hombres y mujeres, ayudar y soltar, enfermedad y sanación, vida y muerte, religión, y movimientos del alma. Entre las numerosas publicaciones personales de Hellinger y aquellas que tratan acerca de su método, faltaba este libro. Es el resumen ideal de declaraciones y entendimientos fundamentales que Bert Hellinger ha ofrecido en diferentes lugares, en diferentes contextos y sobre diferentes temas. Se pone de manifiesto cuán multifacéticos son las ideas y las declaraciones fundamentales de Hellinger y con cuánta claridad describen las dinámicas, los fenómenos sistémicos y la conexión de los efectos que se manifiestan: es un libro que da respuestas sin cercenar ideas e hipótesis propias, un libro que alienta a continuar reflexionando, a contradecir y a permitir que lo que se ha leído fluya e interpenetre el propio trabajo.

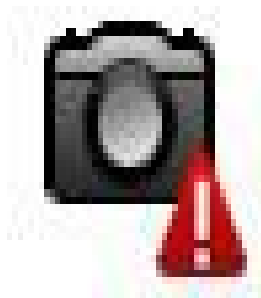


Las lágrimas de los ancestros. La memoria de víctimas y perpetradores en el alma tribal. Daan van Kampenhout

"Este libro es una contribución importante a nuestra comprensión de los problemas arraigados en los traumas colectivos. A las personas que han sido víctimas de una violación les ayudará tomar conocimiento de los patrones del alma cuando responden a las heridas profundas. Quienes quieran investigar las sombras de la historia y la herencia de la guerra, las persecuciones y el genoci-

dio, aumentarán su percepción sobre aquello que nos liga a los grupos de pertenencia y sobre cómo podemos manejar esta pertenencia de manera responsable".

Rabino Dr. Zalman Schachter-Shalomi, coautor de "From Age-ing to Sage-in".

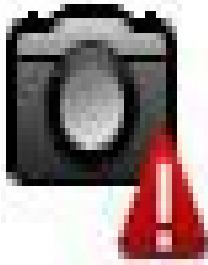


Enfermedad que sana. Dra. Ilse Kutschera-Christine Schäffler

“El cuerpo comienza a clamar cuando se ignoran sus necesidades espirituales”. La doctora Ilse Kutschera, médica especialista en medicina interna y cardiología, ha hecho esta observación una y otra vez en el curso de su práctica de muchos años.

La pregunta central de su trabajo es saber cuándo aparecen los síntomas y dónde radican las causas. En el método de las Constelaciones Familiares creado por Bert Hellinger, ella encontró un enfoque terapéutico que complementa su punto de vista como profesional médica.

“Este libro es una obra precursora de primer nivel. Junto a la profusión de nuevas convicciones, también describe los pasos concretos que conducen a nuevas soluciones muchas veces sorprendentes”.

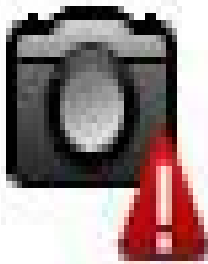


Imágenes que solucionan. Bert Hellinger-Tiiu Bolzmann

Es la transcripción de un taller de Constelaciones Familiares, dirigido por Bert Hellinger en Buenos Aires en abril del 2001. Se trata de historias familiares comunes, secretos familiares, encuentros entre padres e hijos, problemas de pareja, destinos difíciles, y también de historias políticas de la Argentina acerca de la represión.

En el transcurso del taller, Bert Hellinger explica sus pensamientos básicos en base a los Órdenes del Amor. Habla sobre las implicaciones sistémicas que nos desvían de nuestro camino y nos llevan a ocupar en la familia lugares que no nos corresponden, que nos traen desdichas e incluso nos enferman.

“Imágenes que solucionan” es un libro de aprendizaje, y nos permite acceder a respuestas que nos ayuden a comprender los temas familiares y personales.

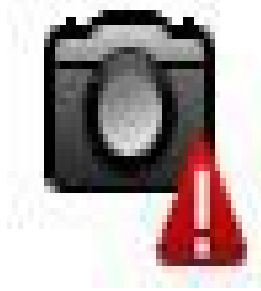


La sanación viene de afuera. Daan van Kampenhout

Daan van Kampenhout y Bert Hellinger tuvieron una correspondencia larga e intensa referente a la relación entre chamanismo y Constelaciones Familiares. Las ideas exploradas en esta correspondencia constituyen el fundamento de "La sanación viene desde afuera", en el cual las dinámicas del trabajo sistémico de Bert Hellinger se describen cuidadosamente desde el punto de vista del chamanismo tradicional.

Este libro señala los principios espirituales que subyacen, tanto en el fundamento de la práctica chamánica, como de las Constelaciones Familiares, e incluye muchas sugerencias prácticas para las personas que toman parte en el trabajo sistémico como participante o como facilitador.

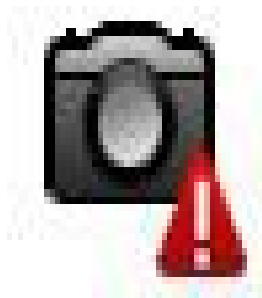
Las explicaciones teóricas se concretan con ejemplos de sesiones con clientes y grupos, con experiencias personales del autor, con rituales en reservas indígenas de los Estados Unidos y con anécdotas de sus estudios con sanadores tradicionales y chamanes.



Eres uno de nosotros. Marianne Franke-Gricksh

Desde este trabajo de orientación sistémica, la autora relaciona el pensamiento de Bert Hellinger, acerca de la unión con la familia de origen, con otros diferentes puntos de partida de la enseñanza sistémica. Por lo tanto, los relatos se basan en ejemplos prácticos de la enseñanza cotidiana. Ante todo, resulta fascinante la forma en que los niños captan y llevan a cabo las propuestas partiendo del

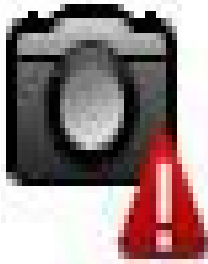
entusiasmo y la riqueza de ideas que les son propios. Este es un libro especial, valioso en experiencia, próximo a lo cotidiano, pleno de ejemplos que dejan sus improntas, que generan esperanza e inducen a la imitación. Es a la vez una guía destinada a padres y docentes para resolver situaciones que parecen difíciles e incluso sin salida.



La punta del ovillo. Bert Hellinger

En las 63 terapias breves documentadas por primera vez en este libro, las soluciones surgen directamente de los acontecimientos y, por consiguiente, son siempre distintas y únicas.

Además, Bert Hellinger intercala comentarios aclaratorios, por ejemplo, respecto del duelo, de los muertos, de las causas de enfermedades graves o del suicidio, y describe asimismo el camino del conocimiento que lleva a la gran variedad de las soluciones aquí documentadas. Es un libro apasionante y de una gran riqueza.

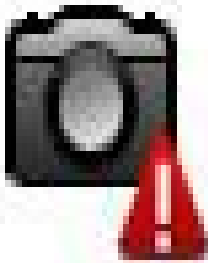


Cuando cierro los ojos te puedo ver. Ursula Franke

La claridad y estructura de este libro transmite a psicoterapeutas, consejeros, pacientes e interesados en la terapia una excelente visión integradora, así como también múltiples sugerencias para procedimientos de orientación resolutive en el trabajo terapéutico individual.

Esta obra brinda a los especialistas que buscan aplicar el enfoque de Bert Hellinger en sesiones individuales, la posibilidad de incorporar esta herramienta a la práctica diaria. Además, ayuda en la preparación de los trabajos de Constelaciones Familiares en grupos.

"Es un libro hermoso y útil que muchos, al igual que yo, han estado esperando". Bert Hellinger



Los Órdenes de la ayuda. Bert Hellinger

El apoyo mutuo y la ayuda son elementos esenciales para los vínculos interpersonales, constituyen la base del trabajo en psicoterapia.

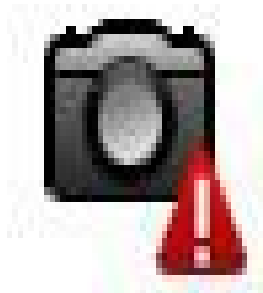
pia y en el ámbito psicosocial.

En este texto, Bert Hellinger se ocupa de los “órdenes de la ayuda” primordiales. Se refiere al dar y al tomar entre personas, una que solicita ayuda y otra que la ofrece. En el campo profesional, tanto la psicoterapia y como la asistencia social son modalidades de la ayuda que invariablemente remiten al vínculo primario, y fundante, entre padres e hijos. Allí donde se respetan los "órdenes de la ayuda" es más fácil lograr un intercambio eficaz.

En este extenso libro didáctico, Bert Hellinger describe las condiciones fundamentales para ayudar. A cada orden de la ayuda le contrapone un correspondiente “desorden” que tendrá consecuencias no deseadas para quienes prestan ayuda y también para quienes la reciben.

Las constelaciones familiares y el trabajo con los “movimientos del alma” son diferentes de otras formas de psicoterapia y asesoramiento, especialmente en lo que se refiere a la actitud de la persona que ayuda.

“Los Órdenes de la Ayuda” tiene consecuencias revolucionarias. Está integrado al proceso de desarrollo continuo en Constelaciones Familiares y muestra el nivel que ellas han alcanzado actualmente.



Después del conflicto, la paz. Bert Hellinger

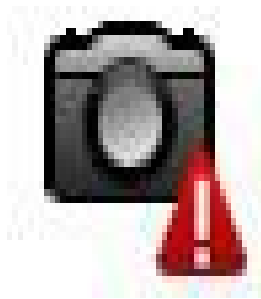
Bert Hellinger presenta su visión global del mundo y se concentra en los mecanismos del alma que llevan a los grandes conflictos: las guerras entre pueblos y religiones.

Los conflictos son parte de la vida del hombre. Nuestros conflictos

pequeños, cotidianos, son normales. En definitiva, sirven para crecer. En contraposición con ellos, existen también los grandes conflictos, los que se manifiestan entre pueblos y grupos étnicos. En los grandes conflictos los humanos despliegan el deseo de aniquilar. Según el autor, la convicción –que por lo general se conecta con una ideología- sería responsable por la dinámica asesina que opera en los grandes conflictos.

También se puede atribuir cierta responsabilidad a la tranquilidad de conciencia con la que los antagonistas entran en el conflicto. La conciencia tranquila, específica en cada grupo, funciona siguiendo el principio de un tablero en blanco y negro: en el bando opuesto sólo ve lo malo y, en casos extremos, le niega al opositor todo rasgo humano. La concepción terapéutica de Hellinger tiene también una dimensión política. Admite que los perpetradores son seres humanos que están implicados, al igual que todos los demás.

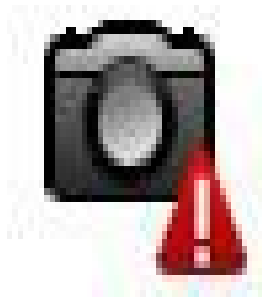
Para Hellinger, la exigencia cristiana de amar a los enemigos es la máxima expresión de un mandato ético y también pragmático: el único camino posible para la sanación consiste en ver que en el asesino hay un ser humano.



Un largo camino. Bert Hellinger- Gabriele ten Hövel

Bert Hellinger ha revolucionado el trabajo terapéutico. En pocos años ha integrado nuevos aspectos fundamentales a la Terapia Sistémica y Familiar, ganándose un amplio consenso entre terapeutas y clientes. En muchos sectores, su trabajo ha suscitado asimismo opiniones discrepantes.

La nueva obra de conversaciones con Gabriele ten Hövel es el libro más personal de Bert Hellinger. Con palabras plenas de información, agudas y polémicas, describe desde experiencias que lo marcaron en su infancia hasta los pasos evolutivos del trabajo sistémico denominado movimientos del alma. Y abre la mirada hacia una nueva visión para unir a perpetradores y víctimas y también acerca de recordar y excluir.



Cuentos que nos unen. Maita Ángeles Cordero

Estos relatos sugieren cuáles pueden ser las ventanas a un mundo desconocido hasta cierto punto, que es el transgeneracional. En este camino al pasado de nuestra familia se iluminan sucesos que han permanecido en la sombra. Para algunos encontrar estos conflictos no resueltos puede ser muy doloroso pero el resultado de encararlos facilita cambiar actitudes y hábitos que nos han limitado para tomar la fuerza de la vida y así desarrollar la creatividad para disfrutarla. Gracias a la mirada sistémica y transgeneracional de la autora, estos cuentos se convierten en un material que pone en movimiento recuerdos, necesidades, íntimos deseos, que descubrimos como nuevos pero que siempre han estado ahí.



Revista Constelando
Publicación temática sobre Constelaciones Familiares
y Soluciones Sistémicas



Historias de Amor
Audiolibro

Bert Hellinger

Temas:

El amor de pareja, el gran amor, el amor del espíritu y el amor de Dios. Duración: 5 horas.

Formato: MP3. Puede reproducirse en PC, notebook, netbook y reproductor de DVD.

#Consulte nuestra oferta de DVDs y otros materiales en www.almalepik.com