

LOGRAR EL AMOR EN LA PAREJA

Johannes Neuhauser (editor)

Lograr el amor en la pareja

El trabajo terapéutico de Bert
Hellinger con parejas

**H
e
r
d
e
r**

Para mi amigo Antón y su padre Antonio Santiago Palacios Núñez que, entre 1940 y 1945, como prisionero español estuvo luchando por su supervivencia en el campo de concentración de Mauthausen.

Diseño de la cubierta: CLAUDIO BADO y MÓNICA BAZÁN

© 1999. *Johannes Neuhauser*
© 2001. *Sylvia Gómez-Pedra*
© 2001. 2002 *Empresa Editorial Herder. S.A., Barcelona*

2da edición: 2002

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

Fotocomposición: gama, sl
Imprenta: TESYS
Depósito legal: B - 36.238 - 2002
Printed in Spain

ISBN: 84-254-2170-5 _____ **Herder** Código catálogo: PSI2170
Provenza, 388. 08025 Barcelona - Teléfono 93 476 26 26 - Fax 93 207 34 48 e-
mail: editorialherder@herder-sa.com - <http://n-n-w.herder-sa.com>

ÍNDICE

1. Únicamente se puede amar lo imperfecto	19
2. Lograr el amor en la pareja	27
3. Amor y dolor en la relación de pareja	191
4. Temas especiales	217
5. Parejas en situaciones especiales	237
6. Orientaciones terapéuticas	321
7. Amor y muerte.....	331
Glosario	339

INTRODUCCIÓN DEL EDITOR

A un curso de Bert Hellinger acudieron dos mujeres y un hombre que vivían en una relación de triángulo. Hellinger les preguntó por el asunto que deseaban trabajar. El hombre contestó: «Hay amor, pero a pesar de todo, nuestro amor una y otra vez no se logra porque a uno de nosotros tres le duele». Como respuesta, Bert Hellinger contó una historia oriental que se le acababa de ocurrir:

Un hombre se acercó a otro y le contó entusiasmado:

*—Ahora tengo a dos mujeres. ¡No te haces idea de lo fantástico que es!
¡Tendrías que probarlo tú también!*

El otro se dejó convencer de buena gana y poco después contrajo matrimonio con una segunda mujer. En consecuencia, la primera se enojó con él y ya no quería acostarse con él. Y también la segunda mujer ya no quería saber nada de él. De repente se encontraba totalmente sólo. Así, a medianoche, acudió a la mezquita con toda su pena. Para su gran sorpresa, allí encontró al hombre que le había dado el consejo de las dos mujeres. Fue hacia él y le dijo:

—¡Pero si es horrible con dos mujeres!

-Sí —contestó el otro—, sólo te lo conté porque por las noches me encontraba tan solo en la mezquita y quería tener compañía.

Tan inusual y polifacético como el principio de esta sesión de terapia también fue la forma de colaboración que llevó a este libro.

Mi aportación consiste en haber filmado, a lo largo de tres años, 180 terapias con parejas y siete seminarios didácticos. Posteriormente hubo que evaluar un sinnúmero de páginas transcritas para adecuarlas al marco de un libro.

La aportación de Bert Hellinger fueron los cursos con parejas que dio en Alemania, Austria, Suiza y Estados Unidos. Un curso especialmente denso, en el que participaron 15 parejas de edades comprendidas

entre los 27 y los 56 años, forma la parte central de este libro. El texto transcrito permite, por primera vez, conocer de cerca el trabajo de Bert Hellinger con grupos y rondas en su forma particular. A lo largo de los tres días del taller, las parejas reportan varias veces al día cómo se encuentran, qué les mueve, dónde avanzan o dónde sienten resistencias.

Bert Hellinger es inigualable a la hora de interrumpir patrones que obstaculizan un desarrollo ulterior. Los destapa de manera contundente y, con gran consecuencia, interfiere en las interacciones destructivas entre parejas, destinadas a mantener el problema. Con sus intervenciones claras, exigentes y orientadoras desafía a las parejas a un cambio inmediato. Todo ello va acompañado de humor, respeto y cariño, facilitando a las parejas experiencias importantes en ámbitos del alma que, por lo demás, apenas se abordan o alcanzan en Psicoterapia. Combinando el trabajo con rondas con la configuración de las Constelaciones de las familias actuales o de origen, Bert Hellinger ha creado un procedimiento terapéutico altamente eficaz.

Con su forma concisa de Constelaciones Familiares, Bert Hellinger logró ampliar considerablemente el repertorio terapéutico. Todo ello le valió también el reconocimiento internacional. En el trabajo con Constelaciones se entrelazan el pasado, el presente y el posible futuro de una pareja en una orientación hacia la solución. Así, la relación puede ser percibida y valorada bajo una perspectiva nueva. En el presente libro, este proceso se documenta en un gran número de constelaciones de parejas y de sistemas familiares con las problemáticas más diversas.

A Bert Hellinger le gustaba aprovechar los largos viajes en tren a algunos talleres con parejas, para leer poesías de Rainer Maria Rilke. Éste, a principios del siglo XX, le escribió a una amiga: «Me alegro de que existas». Hoy, a las puertas de un nuevo milenio, el filósofo André Comte-Sponville amplía la frase de Rilke: «Para amar hay que estar dispuesto a asumir dos soledades, la propia y la del otro. Amar significa decirle a alguien: «Sí, te quiero tal como eres. Aunque no respondas a mis sueños o a mis esperanzas, el hecho de que existas me alegra más que mis sueños.» Bert Hellinger aún da otro paso más, diciendo: «Lo perfecto no ejerce ninguna atracción sobre nosotros. Descansa en sí mismo, lejos de la vida normal. Únicamente podemos amar lo imperfecto».

Durante sus veinticinco años de trabajo terapéutico con parejas, Bert Hellinger llegó a la conclusión de que muchos hombres y mujeres se encuentran atados a sus familias de origen por implicaciones transgeneracionales. Estas implicaciones, muchas veces experimentadas como especialmente dolorosas, suponen una carga abrumadora para la relación de pareja actual. El procedimiento de Hellinger, que abarca a varias generaciones a la vez, destapa las implicaciones y las hace comprensibles para la pareja. Las posibilidades terapéuticas de solución, muchas veces sorprendentes, son documentadas en este libro mediante varios ejemplos terapéuticos con sus correspondientes explicaciones.

Además, las afirmaciones de Hellinger acerca de su Psicoterapia Sistémica y Fenomenológica nos permiten acceder de manera directa a las bases filosóficas y espirituales de su trabajo.

Durante los tres años que estuvimos trabajando en el proyecto de «Lograr el amor en la pareja», mi interés primordial residía en conseguir la colaboración de Bert Hellinger en temas sobre los que aún no había publicado nada o, al menos, muy poco. Así, con los capítulos de «Amor homosexual», «Parejas en situaciones especiales» o «Amor y muerte» se abren nuevos horizontes para el lector.

En los últimos años quedó patente que, conforme va avanzando en edad, Bert Hellinger emplea sus intervenciones terapéuticas de forma cada vez más concisa y precisa. En su claridad y eficacia, sus terapias son comparables a las obras maduras de la época tardía de muchos artistas. Los últimos cuadros de Marc Chagall irradian paz y tranquilidad. Las poesías tardías de Hermann Hesse conducen al mundo interior. Las «Cuatro últimas canciones» de Richard Wagner conmueven por su inmediatez y su profundo asentimiento al carácter efímero de la vida.

Las ideas de Bert Hellinger acerca de temas como *Amor y dolor en la pareja*, *El vínculo*, *La compensación lograda entre dar y tomar*, *Paternidad o esterilidad compartidas*, *Infidelidad y fidelidad*, *Lograr la separación*, *La grandeza de la sexualidad* fueron agrupadas por mí en siete capítulos a modo de *collage*. Dado que combiné mi actividad de psicoterapeuta con el trabajo como director artístico en la producción de documentales para Televisión Austriaca, mi proceder y mi ética como periodista me piden reproducir sin modificaciones las opiniones de mis interlocutores. Por tanto, también aquí mi interés se centraba

en permitir que Bert Hellinger hablara en tono original, conservando en la medida de lo posible el diálogo literal de los talleres con parejas. De esta forma se documenta auténticamente su expresión original y polifacética. Quisiera llamar la atención de los lectores sobre el hecho de que Bert Hellinger siempre hace sus afirmaciones en un determinado contexto terapéutico. Quien, precipitadamente, generalizara lo dicho o pretendiera aplicarlo como panacea, «del fruto únicamente conservará la cáscara». Dejé sin comentarios aquellos pasajes en los que las opiniones de Bert Hellinger diferían de las mías. Mi interés residía en reproducir con la mayor nitidez posible sus ideas y experiencias acerca de cómo se desarrollan problemas en la pareja, cuáles son sus consecuencias y cómo pueden encontrar una solución terapéutica. De esta manera, cada lector puede abordar el texto a su manera.

Algunos temas, como por ejemplo *Dar y tomar*, se retoman y se siguen desarrollando en varias partes del libro, igual que una piedra que cae al agua, formando olas en círculos concéntricos.

Soy consciente de que el título del libro también podría dar pie a malos entendidos. A pesar de todo, lo elegí, porque Bert Hellinger suele hablar en imágenes vigorosas, visionarias, y porque este título refleja el gran sueño de muchas parejas. En un trabajo conjunto con las parejas, Bert Hellinger intenta descifrar este gran sueño para así abrir el camino del enamoramiento ciego al amor que mira y ve:

«El amor se logra a través de la comprensión de los órdenes fundamentales de la vida. Estos órdenes no se inventan, se descubren. Éste fue el camino en el que también yo llegué a estos entendimientos: mirando durante mucho tiempo, para finalmente desentrañar lo que ocurre cuando las personas actúan de una manera u otra. Y mirando no solamente aquello que ocurre inmediatamente, sino aquello que transcurre a través de generaciones.

Esta observación prolongada permite descubrir cuáles son los órdenes vigentes. Por tanto, también aquí, cuando yo hablo de estos órdenes, se trata de mirar detenidamente para ver si realmente es así, aunque algunas afirmaciones puedan parecer chocantes. Pero la realidad a veces está en contradicción con nuestros deseos. Mirando detenidamente podemos comprobar si algo es válido o no. Y cuando surgen otras comprensiones nuevas, me someto a ellas. De hecho, todos estos entendimientos son

como la vida misma, que también fluye constantemente. Crecen paso a paso. Por tanto, les invito a acompañarme en el camino del conocimiento para descubrir cómo se logra el amor.»

Para mí sería una alegría si los textos y terapias de pareja, exigentes y conmovedores, les sirvieran de impulso y, quizás, de ayuda en su propia relación de pareja o en su trabajo terapéutico.

JOHANNES NEUHAUER
Linz, Noviembre de 1998

AGRADECIMIENTO

En un primer lugar, mi agradecimiento se dirige a Bert Hellinger que, como amigo, me animó y me apoyó en este trabajo. La colaboración con él fue un desafío fascinante e inspirador que desencadenó procesos de desarrollo fundamentales para mí. A su mujer, Herta Hellinger, le agradezco su cordial hospitalidad y las charlas enriquecedoras.

Muchas personas hicieron aportaciones importantes a este libro: mi mujer Michaela —periodista excelente- acompañó la redacción del manuscrito de manera crítica, comprometida y cariñosa, indicándome las posibilidades de condensar el texto en muchos puntos, Además, me concedió el espacio que un trabajo de tanta dedicación exige.

Mi amigo Gunthard Weber creyó en este libro, lo apoyó y dio el último toque a la versión definitiva. Heidi y Hans Baitinger, Michaela Kaden, Harald Hohnen, Christoph Eicke y Gabrielle Borkan fueron los que, con mucho esmero y gran empeño personal, organizaron los talleres para parejas documentados en este libro. Martina Lienerbrünn transcribió gran parte de las 180 terapias con parejas. Franz Kób de ORF Radio me ofreció el texto de una conferencia de Bert Hellinger. Otto Brink y Paul Eichinger leyeron y corrigieron el manuscrito, dándome un gran número de sugerencias valiosas. A todos ellos les doy las gracias de todo corazón.

En tiempos de agotamiento, la música del compositor francés Olivier Messiaen, fallecido en 1992, fue para mí una fuente de fuerza y de inspiración.

Especial mención me merecen las muchas parejas dispuestas a autorizar la publicación de sus casos en este libro y en vídeo. De esta manera abren caminos de solución también para otras parejas, alentándoles a confiar en la fuerza del amor.

I. ÚNICAMENTE SE PUEDE AMAR LO IMPERFECTO

Lo perfecto no ejerce ningún atractivo sobre nosotros. Descansa en sí mismo, lejos de la vida normal. Únicamente podemos amar lo imperfecto. Sólo de lo imperfecto nace un impulso de crecimiento, no de lo perfecto.

El hombre y la mujer se necesitan

El hombre toma a una mujer porque nota que como hombre le falta la mujer, y la mujer toma a un hombre porque nota que como mujer le falta el hombre. A cada uno de ellos le falta aquello que el otro tiene, y cada uno puede dar lo que el otro necesita. Por tanto, para que una relación de pareja se logre, el hombre tiene que ser hombre y seguir siéndolo, y la mujer tiene que ser mujer y seguir siéndolo.

El vínculo y sus consecuencias

Ahora bien, cuando el hombre toma a la mujer como su mujer, y la mujer toma al hombre como su hombre, la pareja consume el amor como hombre y como mujer. Esta consumación del amor tiene efectos profundos en el alma. A través de ella, el hombre y la mujer se vinculan de manera indisoluble. Después ya no están libres, aunque lo quisieran.

Lo explicaré mediante algunos ejemplos:

¿Por qué resulta doloroso cuando una pareja se separa? ¿Por qué, en una separación, se dan esos enfrentamientos tan violentos? ¿Y por qué se producen esos sentimientos dolorosos de fracaso y de culpa en una separación? Todo esto se da porque existe un vínculo.

Cuando un hombre y una mujer, vinculados por la consumación del amor, se separan y, posteriormente, buscan y encuentran

nuevas parejas, pronto se darán cuenta que el vínculo con un segundo compañero no es el mismo que con el primero, porque el primer vínculo sigue actuando. Así, pues, también el sentimiento de dolor y de culpa en la separación de un segundo compañero es menor que con el primero, y con una tercera pareja aún es menor, y a partir de la cuarta, casi ya no duele.

Una vez, un hombre me dijo que estaba buscando una relación estable y duradera. Le pregunté:

-¿Cuántas relaciones serias has tenido ya?

Me contestó:

-Siete.

-Entonces ya puedes olvidarte. Ya no puedes establecer ninguna relación duradera.

Él me preguntó:

—¿No hay ninguna solución?

Le respondí:

—Sí hay una. Si respetas y reconoces a esas siete mujeres; si tomas con amor aquello que te dieron y lo honras, y si en tu interior recoges todo aquello que te dieron para luego aportarlo a la nueva relación, entonces tendrá la posibilidad de lograrse.

El hecho de que existan vínculos anteriores no significa que ninguna relación posterior se pueda lograr. Ahora bien, únicamente se logra bajo la condición de que la relación anterior sea respetada y reconocida. Cuando trabajo con personas que se encuentran en esta situación, le pido por ejemplo al hombre que le diga a su primera mujer: «Mi amor perdura». Ésta es una bella frase. Así, la primera mujer es respetada y reconocida y, por regla general, queda reconciliada. Donde no ocurre así, se dan embrollos extraños, ya que la pareja anterior suele ser representada en la relación nueva por uno de los hijos, sin que este hijo ni nadie más sea consciente de ello.

Implicaciones transgeneracionales

En las familias existe una profunda necesidad de justicia y de compensación. La familia y la red familiar actúan como si tuvieran un alma común. Esta alma común vela por que en la familia exista un equilibrio entre ganancias y pérdidas,

equilibrio que abarca varias generaciones. Así, por ejemplo, cuando un hombre se separa de la ligera de su primera mujer y la hiere, y ella se enoja con él, quizás el hombre experimente luego como su hija del segundo matrimonio se enoja con él, mostrando los mismos sentimientos que la primera mujer.

La solución sería que este hombre le dijera a su primera mujer: «Fui injusto contigo. Lo siento. Reconozco todo lo que me diste. Tu amor fue grande, y el mío, también, y de esta forma puede perdurar.» Actuando así, se puede observar que la primera mujer se vuelve afable porque es respetada. El hombre aún le podría decir: «Mira, ésta es mi nueva mujer; con ella tengo estos hijos. Por favor, míranos con buenos ojos.» Por regla general, la primera mujer está dispuesta a hacerlo de buena gana. De esta forma, el primer vínculo es disuelto de manera que pueda establecerse un vínculo nuevo.

Si se trabajara en terapia con la hija, ella podría decirle al padre: «Ésta es mi madre y yo soy su hija. Con tu primera mujer no tengo nada que ver. Yo me atengo a vosotros dos. Lo que hubo entre vosotros adultos no me atañe. Por favor, mírame como hija tuya, y yo te tomo como mi padre.»

A la madre le podría decir: «Tú eres la única verdadera para mí. Con la primera mujer de Papá no tengo nada que ver. Por favor, mírame como tu hija, y yo te tomo como mi madre.» Si después aún añade: «Tú eres la grande, yo, la pequeña», ocupa su lugar de hija en la familia y la relación anterior ya no puede actuar negativamente sobre el presente.

La grandeza de la sexualidad

A través de la consumación del amor se crea un vínculo profundo entre el hombre y la mujer. Este vínculo es indisoluble, pero no por el hecho de contraer el matrimonio, sino por la consumación del amor. Incluso en caso de incesto o de violación, frecuentemente se crea este vínculo. Esto dice algo de la grandeza de la sexualidad.

Algunos piensan que la sexualidad es algo abominable. En realidad, sin embargo, es un impulso poderoso, irresistible. La sexualidad impulsa la vida, por encima de todos los obstáculos. En este sentido, la sexualidad es más grande que el amor. Naturalmente cobra una gran deza especial cuando se consuma con

amor. Cuando la pareja se ama mirándose a los ojos, el acto se convierte en realización de su amor mutuo. El reconocimiento de la grandeza de la consumación es la condición más importante para que el amor se logre.

Hay una frase mordaz que dice: «Los hombres sólo quieren una cosa, y las mujeres quieren la otra.» Pues bien, aquel de los compañeros que quiere lo uno, quiere lo correcto. A veces, en una pareja, secretamente se desarrolla un juego de poder alrededor de la realización del amor. Así, por ejemplo, cuando el uno quiere y desea, y el otro tan sólo concede, éste ocupa una posición de superioridad. De esta manera . el compañero que necesita y desea queda relegado a una posición inferior, lo cual destruye el amor. El amor se basa en la igualdad en el desear y en el conceder. El amor únicamente se logra cuando ambos compañeros están seguros de que su deseo encuentra cobijo en el otro, es decir, cuando ambos desean con amor y conceden con amor. Naturalmente, todo ello tiene que ir acompañado de una actitud de consideración.

Dar y tomar

La igualdad en la relación de pareja, que de manera fundamental se expresa en la consumación del amor, se extiende también a otros ámbitos vitales. La relación de pareja se logra a través de una compensación continua entre dar y tomar, unida al amor.

Un ejemplo: un hombre le hace un regalo a su mujer porque la quiere. Nada más entregarle el regalo, él se encuentra en la posición superior. Él es el que da, la mujer toma. Ahora bien, ya que ella tomó, también siente una obligación hacia el marido. Así intenta equilibrar el desnivel dándole algo a su vez, y dado que también ella ama a su marido, por precaución le da un poco más de lo que él le dio. En consecuencia, es el marido quien siente la presión de la obligación e intenta compensar lo recibido, y dado que ama a su mujer, también él le da algo más de lo que de ella recibió. Así, a través de la necesidad de equilibrio unida al amor, se da un intercambio siempre creciente, un gran movimiento entre dar y tomar. Este hecho vincula a la pareja de manera aún más entrañable, por lo que entre ellos va creciendo la felicidad. Este intercambio positivo es uno de los pilares de una buena relación de pareja.

Ahora bien, en muchos matrimonios también hay situaciones en las que uno de los cónyuges hiere al otro con su comportamiento. También aquí, el cónyuge que sufrió la injusticia siente la necesidad de compensarla, la necesidad de vengarse. Así, este compañero también atenta contra el otro, pero muchas veces, porque se siente en su derecho, le devuelve algo más de lo negativo. De esta manera, también el primero tiene de nuevo el derecho de hacerle daño al otro, y también él, por un sentimiento de derecho, comete algo un poco más grave, y así lo negativo aumenta. Se desarrolla un intercambio intenso, pero en el lado negativo. También este intercambio vincula a la pareja, pero en detrimento de su felicidad.

Sin embargo, hay una regla simple para salir de este círculo vicioso: de la misma manera que en el intercambio positivo, por amor se le da al compañero algo más de lo bueno; así, en el intercambio negativo, por amor se le hace un poco menos de daño al otro. De esta forma, el intercambio positivo puede reanudarse. Ésta es una regla simple pero muy útil.

Casarse también con la familia del cónyuge

Cuando una pareja se encuentra, los compañeros, en un principio suelen tener ciertas dificultades. Frecuentemente estos problemas se deben a que cada uno de ellos viene de una familia diferente. Durante los decenios de trabajo terapéutico con clientes individuales y con parejas he podido observar cómo actúa la conciencia: ¡el hecho es que no dice nada acerca del bien o del mal! De lo contrario, no sería posible que tantas personas cometieran tantas atrocidades con la conciencia absolutamente tranquila.

La función más importante de la conciencia consiste en vincular al niño con su familia. La conciencia, con una sensibilidad extrema, reacciona a todo lo que el niño tiene que hacer o dejar de hacer para poder formar parte de esa familia concreta. Por tanto, un niño tiene la conciencia tranquila cuando actúa de manera que pueda formar parte de su familia. En cambio, tiene mala conciencia cuando hace algo por lo que debe temer por su derecho a la pertenencia. Ahora bien, lo que en una familia es considerado una condición para la pertenencia, en otra familia quizás ponga en peligro este mismo derecho.

Así, por ejemplo, antaño había familias en las que era imprescindible ser católico. La persona que renegaba de esa fe era expulsada de la familia. En determinadas familias protestantes, el hecho de ser protestante era una condición indispensable para la pertenencia. Así, pues, cuando uno de los cónyuges provenía de una familia marcada por el catolicismo, y el otro, de una familia marcada por el protestantismo, frecuentemente ambos tenían mala conciencia por su relación. Temían haber perdido la pertenencia a sus familias de origen. En consecuencia, muchas veces se trababa entre los cónyuges una lucha secreta por determinar cuál de las dos religiones salía ganando.

Para que una relación de pareja se logre, cada uno de los compañeros tiene que abandonar a su familia. Y esto no sólo en un sentido ex-terno, sino que cada uno tiene que dejar algunos principios que en su familia eran válidos, para negociar con su pareja principios nuevos que de alguna manera reconozcan los valores de ambas partes. En este nivel nuevo, la pareja puede vivir una relación entrañable.

Algunos dicen: «Mi familia está bien, pero la de mi pareja es mala.» Una frase así es veneno para la relación de pareja. Quien se casa con su pareja, también tiene que casarse con la familia del otro. Eso significa que tiene que respetar y amar a la familia de su compañero, como si fuera su compañero mismo. Sólo así, este amor puede lograrse.

Infatunios en la pareja

Algunas parejas llevan un destino especial. Éste sería el caso, por ejemplo, de una pareja en la que uno de los compañeros no puede tener hijos, el otro, sin embargo, los quiere tener. Aquel que no puede tener hijos tiene un destino personal por lo que no puede exigir que el otro lo comparta con él. Por tanto, el que tiene este destino, interiormente tiene que dejar libre a su compañero. Si, a pesar de todo, su pareja se queda, es un regalo muy especial y tiene que ser reconocido como tal. Una decisión así no se puede exigir. Así, cuando por ejemplo el hombre le dice a la mujer: «Es un regalo especial que te quedes conmigo aunque yo no pueda engendrar ningún hijo. Lo reconozco profundamente. Quiero que sepas que podrás contar conmigo de una manera muy especial», esto es como una compensación, con amor. Entonces pueden permanecer juntos.

La relación de pareja tiene prioridad sobre la paternidad

Para la relación de pareja es importante que tenga prioridad sobre la paternidad, ya que el hecho de ser madre o padre es una continuación de la relación de pareja. Por ejemplo, cuando una pareja tiene problemas y acude a mí en busca de consejo, frecuentemente les pregunto: «¿Qué es lo que tiene prioridad?, ¿la paternidad o la pareja?» Ya que cuando la pareja tiene hijos, la paternidad a veces absorbe toda la energía y queda muy poco para la pareja. Sin embargo, el amor de los padres para sus hijos se nutre de la relación de pareja, es una continuación de ésta. Así, pues, cuando la relación de pareja puede recuperar el primer lugar, también el ser padres resulta más fácil. Y, sobre todo: los hijos que experimentan que sus padres se aman como pareja, se sienten muy felices.

II. LOGRAR EL AMOR EN LA PAREJA

La terapia de pareja de Bert Hellinger demostrada en un taller de tres días con 15 parejas

Comentario previo:

El siguiente capítulo documenta un curso de tres días con 15 parejas de Alemania y Austria. Al momento de participar en el taller, los hombres y mujeres tienen entre 27 y 56 años. Siete parejas están casadas. Cuatro parejas viven ajuntadas. Una pareja no convive. Dos parejas se encuentran en una situación de separación. Una pareja está a punto de casarse.

Siete parejas tienen hijos comunes. Cuatro hombres tienen hijos de relaciones anteriores, que viven con las madres. Una mujer tiene un de un compañero anterior, que vive con ella y con su nueva pareja. Una pareja no puede tener hijos porque el hombre es estéril. Una pareja está sin hijos aunque los desea y, según los certificados médicos, un embarazo sería posible.

LAS parejas fueron elegidas por el editor de este libro. Un criterio decisivo fue el hecho de que ambos compañeros presentaran un asunto relacionado con la pareja, y que en el taller se trabajara una gran diversidad de constelaciones de parejas y dinámicas relacionales. Antes de iniciarse el curso, Bert Hellinger no recibió información ninguna sobre las parejas, que vio por primera vez al comenzar el taller.

La relación de pareja es la época culminante de la vida

HELLINGER *al grupo* En un principio quisiera decir algo acerca de la relación de pareja. La relación de pareja es la vida realizada en plenitud. El niño, y más tarde el adolescente, se van desarrollando hacia la relación de pareja; ésta es la meta. Algunos van creciendo hacia la relación de pareja con grandes expectativas, expectativas justificadas, ya que la relación de pareja, si se logra, es la época culminante de la vida. Hacia ella se desarrolla todo.

Ahora bien, el paso hacia la relación de pareja y hacia la paternidad

implica una renuncia a la infancia y la juventud. Con la relación de pareja se franquea un umbral y ya no se puede volver atrás. La infancia y la juventud se acabaron. Una de las dificultades en la relación de pareja consiste precisamente en el deseo de conservar la juventud en la relación de pareja. Pero no funciona, eso se acabó. Cualquier desarrollo humano siempre significa franquear un umbral. Una vez hemos pasado ese umbral, todo cambia y ya no podemos volver atrás. El ejemplo fundamental sería el nacimiento: en el seno de la madre, el hijo se encuentra bien; pero de repente ya no aguanta más, tiene que franquear el umbral. Y en el otro lado, todo es diferente; ya no puede volver atrás.

Los siguientes umbrales importantes son luego el matrimonio y la paternidad. La juventud pasó, ya no se puede volver atrás. La relación de pareja se logra cuando miramos más allá de este umbral, hacia delante y no, hacia atrás.

Hasta aquí esta primera introducción. Ahora quisiera hacer una ronda. Es decir, uno por uno podéis decir vuestros nombres y exponer en una o dos frases el asunto que deseáis trabajar aquí, y también aquello que para cada uno sería un buen resultado al final de este seminario. *a Holger ¿Empiezas tú?*

Los traumas infantiles se reflejan en la relación de pareja

HOLGER Mi anhelo es recuperar en la vida cotidiana el ambiente en el que conocí a mi mujer. Actualmente no lo conseguimos realmente. Éste sería mi anhelo.

Holger tiene los ojos llenos de lágrimas.

HELLINGER Quisiera comentar algo al respecto directamente. Realmente estás muy conmovido.

Holger asiente con la cabeza.

HELLINGER Ésta es la emoción de un niño. ¿Qué pasó con tu madre? HOLGER Me viene a la mente una situación determinada. Con dos años y medio estuve ingresado, me tuvieron que sacar el apéndice. La madre simplemente no estaba.

HELLINGER Sí, exacto. Éste es el sentimiento. Es una vivencia antigua que ahora se repite en la relación de pareja. De esta manera, la mujer se siente desbordada. Tenemos que solucionarlo en el nivel que pertenece. Así lo haremos después. Entonces tu alma está más libre y puede dirigirse a la mujer de otra forma. Así la mujer también queda aliviada.

Poder entregarse totalmente

ELKE Para mí, una buena solución sería poder entregarme del todo. Que ya no me retuviera.

HELLINGER ¿Sabes cómo uno puede entregarse totalmente? Mirándole a los ojos al otro. Mirándole a los ojos, funciona. Mírale a los ojos a tu marido -hasta que lo veas.

Elke se gira hacia Holger y le mira.

HELLINGER No, no, no lo estás viendo. Estás lejos con la mirada.

Parece como si Elke estuviera mirando a través de Holger.

HELLINGER De acuerdo, ya basta. Acabo de hacer una primera prueba. Tú estás viendo otra cosa. No sé qué ves. Si conseguimos solucionarlo allí donde realmente estás mirando, también podrás dirigirte a tu marido libremente y mirarle a los ojos.

Elke suspira profundamente y empieza a sonreírse.

HELLINGER Éste fue un suspiro bonito. Ahora sale la otra mirada. Esta es la mirada. Así tienes que mirarle a los ojos.

Elke le ríe a Holger y pone su mano en la de él.

Continuación de Elke y Holger, página 120

El equilibrio entre dar y tomar

ALEXANDRA Mi deseo sería simplemente soltarme y estar más contenta.

MARKUS Yo espero un paso en el sentido de encontrar el equilibrio entre Alexandra y yo. Un equilibrio entre dar y tomar; también, entre soltar y sujetar.

HELLINGER ¿Quién de vosotros da más y quién toma más?

MARKUS No creo que el uno dé más y el otro menos, sino que muchas veces no lo hacemos en el momento oportuno.

HELLINGER Me quedo con mi pregunta: ¿Quién da más y quién toma más?

a Alexandra ¿Tú que dices ?

ALEXANDRA Yo doy más.

HELLINGER El intercambio entre dar y tomar es una condición indispensable para una relación lograda. Sin embargo, hay que tener en cuenta que hay personas que no pueden darlo todo, y otras, que no pueden tomarlo todo. Cada uno está limitado en aquello que puede dar y en aquello que puede tomar. Así, de antemano se le pone un límite al dar y al tomar.

Una relación de pareja lograda también implica que uno no dé más de lo que el otro pueda tomar, y que no tome o quiera más de lo que el otro pueda dar. Esta, de entrada, es una limitación. Pero, curiosamente, una vez uno se mentaliza en este sentido, el dar y el tomar aún pueden incrementarse posteriormente.

a Alexandra Una posibilidad sería que, muy secretamente, le dijeras alguna vez lo que deseas. *a Markus* ¿Te dice a veces lo que desea?

MARKUS *se queda pensando un momento* Sí, sí que lo hace.

HELLINGER ¿Lo dice concretamente, de manera que tú lo puedas cumplir?

MARKUS Sí.

HELLINGER Te daré un ejemplo de un deseo concreto. A veces, un compañero le dice al otro: «¡Quiero que me ames más!» Así, el otro no sabe nunca cuándo ha cumplido el deseo. En cambio, si dice: «Ven conmigo a dar un paseo durante media hora», el otro sabe exactamente cuándo ha cumplido el deseo. Es importante decirlo concretamente. De lo contrario, el otro se siente presionado por una expectativa que no puede satisfacer. En consecuencia, no da nada, porque le es demasiado. La descripción concreta de lo que uno quiere es importante para ambos. Más adelante lo veremos con detalle.

Continuación de Alexandra y Markus, página 180

Cuando uno pretende reeducar a su compañero

DETLEF Deseo una relación entrañable con Silvia. Quisiera realmente decirle que sí y fundar una familia,

HELLINGER ¿Estáis casados ya?

DETLEF No.

SILVIA Yo desearía que tanto yo como mi pareja nos valoráramos más. Que yo pudiera valorarlo más a él y valorarme a mí misma también. Creo que ambas cosas van estrechamente ligadas.

HELLINGER Quisiera decir algo sobre el aprecio mutuo. Hombres y mujeres son diferentes — como ya habréis notado. Y no sólo son diferentes en el aspecto físico, sino en todos los niveles. Cuando una persona se embarca en una relación de pareja, se embarca en algo que le es extraño. El hombre inicia una relación con la mujer, y la mujer es un enigma para él. Por otra parte, para la mujer, el hombre también es un enigma.

Algunas personas piensan que ellas están bien y que el otro aún no está del todo bien. Sobre todo las mujeres, por regla general se consideran mejores que los hombres. Pero los hombres son igualmente válidos; únicamente son diferentes.

Silvia sonríe.

HELLINGER El aprecio implica reconocer que el otro tiene el mismo valor, aunque sea diferente. Ésta es la base del aprecio. El compañero es diferente, pero es válido. Todo intento de convertir al compañero en algo diferente de lo que es, de asemejarlo más a uno mismo, por así decirlo, está abocado al fracaso y destruye la relación.

Quien reconoce que el hombre también es válido, o que la mujer también es válida, renuncia a algo propio. De repente confronta el hecho de que lo diferente, aunque diferente, es igualmente válido. Este es el fundamento del aprecio. Tal como eres, aunque tú seas hombre y yo, mujer, eres válido. Y a la inversa: aunque tú seas mujer y yo, hombre, y aunque seas totalmente diferente de mí, eres válida. Así, cada uno abandona algo de sí mismo y nace el aprecio. El otro se convierte en algo que enriquece, algo que se añade. A lo femenino se añade algo, y a lo masculino se añade algo. Así, ambos crecen y se enriquecen.

Silvia y Detlef asienten con una sonrisa.

Continuación de Silvia y Detlef, página 41

Vivir en pareja sin casarse es una herida constante para ambas partes

MARTIN Yo espero de este taller una nueva perspectiva para nuestra relación. Llevamos siete años juntos. Me gustaría recuperar aquel sentimiento de un principio para llevarlo a nuestra vida cotidiana.

HELLINGER ¿Estáis casados?

MARTIN No.

HELLINGER ¿Cuántos años lleváis viviendo juntos?

MARTIN Más de siete.

HELLINGER ¿Por qué no os casasteis?

MARTIN ¿Es necesario casarse?

HELLINGER Casarse significa despedirse de la juventud. La relación de pareja sin matrimonio es una continuación de la juventud. Cuando una pareja convive sin casarse durante mucho tiempo, cada uno le dice al otro: Aún estoy buscando algo mejor. Eso es una herida constante.

MARTIN Tenemos un hijo. Quizás eso fuera más importante que casarnos. Además, nuestra vida es muy poco convencional. Es decir, también se trata de probar algo.

HELLINGER Eso es la juventud.

MARTIN Sí.

HELLINGER ¿Y cómo te imaginas que se encuentra el hijo cuando los padres van «probando»?

Martin: «Ahora te tomo como mi hija»

La familia actual, teniendo en cuenta la compañera anterior y una hija abortada

HELLINGER Configuraremos directamente el sistema actual.

MARTIN Sí.

HELLINGER ¿Qué edad tiene vuestro hijo?

MARTIN Siete años.

HELLINGER ¿Ya has visto alguna vez una Constelación Familiar?

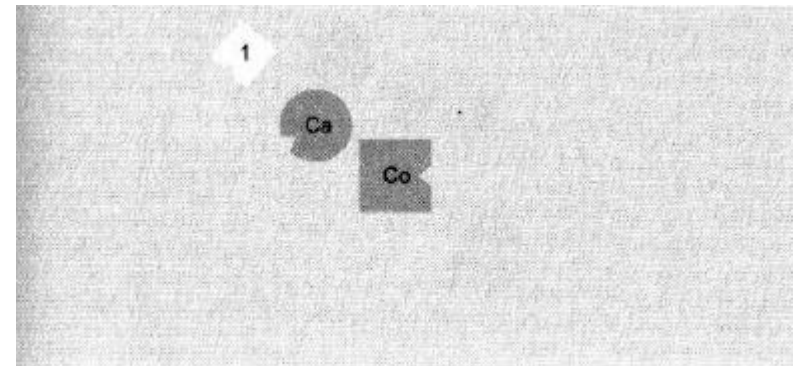
MARTIN Sí, en un vídeo.

HELLINGER Bien. Ahora eliges de entre los participantes de este grupo a representantes para ti, para tu compañera y para tu hijo. Después, coges a cada uno de los representantes de los hombros y los posicionas, relacionándolos según tu intuición, sin pensar en nada más. Después, tu compañera podrá configurarlo también.

Comentario acerca de la configuración de una Constelación Familiar:

De entre los participantes del grupo, Martin elige sendos representantes para sí mismo, para su compañera y para su hijo de siete años. Con una actitud centrada relaciona a estas personas, posicionándolas en el espacio de la sala sin hacer ningún comentario más. También los representantes permanecen centrados, sin decir nada. Ellos perciben los efectos que el lugar en el que se encuentran desencadena en ellos, para comunicarlos más tarde, atando el coordinador del grupo les pregunte. Estos efectos pueden ser dramáticos. Frecuentemente reflejan con sorprendente exactitud el estado de las personas representadas, sin que los representantes mismos las conozcan.

Figura la, configurada por Martin



Abreviaciones:

Co **compañero** (=Martin)
Ca **compañera** (=Karola)
1 **único hijo**

HELLINGER a Martin que, tras haber configurado a las personas, aún sigue pensando Ya está configurado. Así es.

A continuación, Hellinger empieza a preguntar a los representantes.

HELLINGER al hijo ¿Cómo se encuentra el hijo?

HIJO Me siento totalmente inseguro. Mi mirada se dirige al vacío. Veo a mis padres sólo de reojo. Siento un cierto frío.

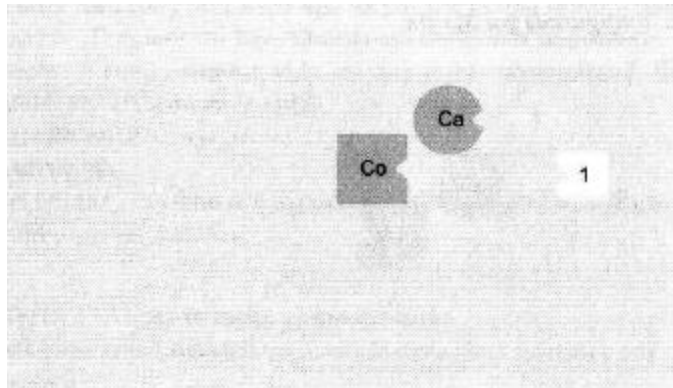
HELLINGER ¿Qué tal la mujer?

GOMPAÑERA Me parece inquietante. No tengo ninguna relación con el hombre que está a mis espaldas. Es como una sombra inquietante. Hacia el hijo hay algo que me tira. Preferiría escaparme hacia allá (*hacia delante*).

HELLINGER ¿Cómo se encuentra el hombre? COMPAÑERO Bastante bien, pero mi brazo derecho me pesa.

HELLINGER a Karola, la compañera de Martin Ahora configúralo tú. ¿Cómo lo configurarías?

Figura 1b, configurada por la mujer



HELLINGER al representante de Martin ¿Qué tal el hombre ahora?

COMPAÑERO Algo mejor; pero tengo la tendencia de ir hacia la derecha.

HELLINGER a la representante de Karola ¿Para ti? COMPAÑERA Me siento algo mejor ahora. Pero preferiría ponerme realmente al lado de mi compañero, para

no tenerlo a mis espaldas. Hacia el hijo me siento mucho mejor ahora.

HIJO Yo me siento muchísimo mejor y más seguro. Me siento tocando tierra. La atracción hacia la madre es claramente más fuerte que hacia el padre.

HELLINGER Sí, el padre es inseguro. Es, para así decirlo, un cliente dudoso. a Martin ¿Qué pasó en tu familia de origen? ¿Hubo alguien que murió temprano?

MARTIN No.

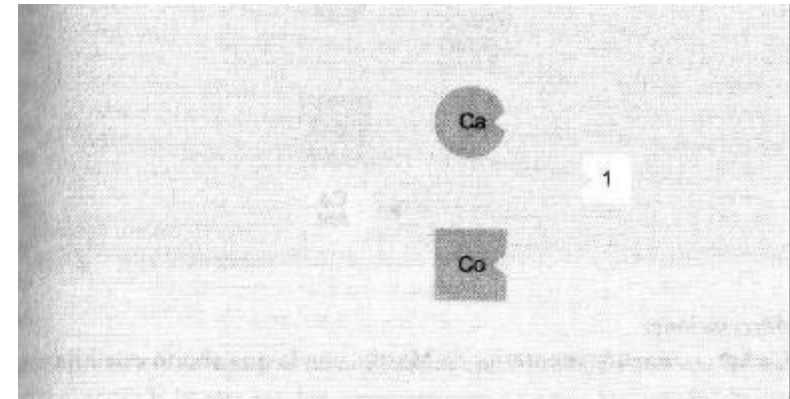
HELLINGER ¿Divorciado?

MARTIN No.

HELLINGER al representante de Martin Ve en la dirección que tu tendencia te lleva.

El representante de Martin da un paso para ponerse a la misma altura de la mujer. Después da un paso al lado, aumentando así la distancia hacia la mujer.

Figura 2.



HELLINGER al representante de Martin ¿Qué tal así?

COMPAÑERO Bien.

HELLINGER ¿Para la mujer?

COMPAÑERA Aún no del todo bien. Sigue habiendo algo entre mi compañero y yo.

HELLINGER Sí, el hombre quiere marcharse; uno no puede fiarse de él. *a*

Martin ¿Tuviste alguna relación importante antes?

MARTIN Sí, varias, dos o tres.

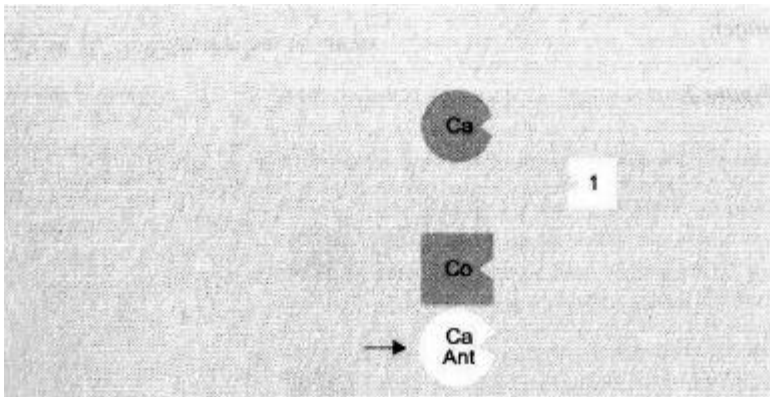
HELLINGER ¿Pasó algo?, ¿un hijo o un aborto?

MARTIN *al cabo de un tiempo* Sí, una vez hubo un aborto. Pero fue una relación entre adolescentes, totalmente normal, lo que se tiene a los diecisiete años.

HELLINGER Sí, así dicen.

Bert Hellinger introduce a una representante de la compañera anterior de Martin, la madre del hijo abortado, y la pone a la derecha del representante de Martin.

Figura 3.



Abreviaciones:

CaAnt compañera anterior de Martin, con la que abortó una hija

HELLINGER ¿Qué tal para el hombre?

COMPAÑERO Empieza a mejorar ligeramente.

HELLINGER *a la representante de Karola* ¿Para ti?

COMPAÑERA Ahora, la única unión que siento es hacia el hijo. Hacia mi compañero ya no siento ninguna relación.

HELLINGER El hombre aún está atado a su relación anterior.

a Martin En tu fantasía, ¿el hijo abortado sería niño o niña?

MARTIN Nunca me pare a pensaren ello,

HELLINGER ¿Cuál es tu fantasía?

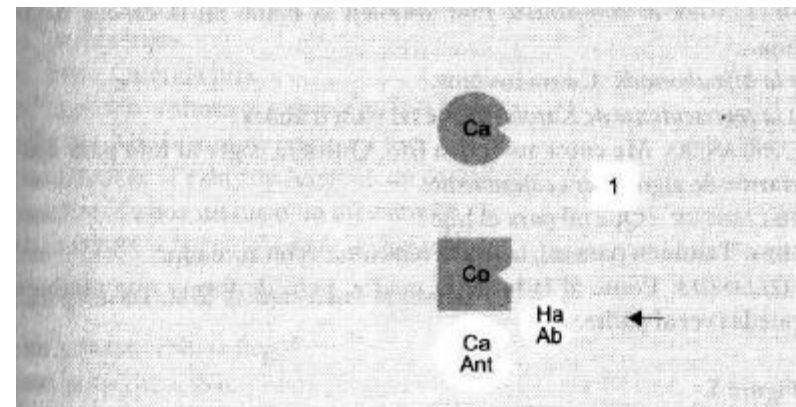
MARTIN No lo sé. Era andrógino.

HELLINGER Los andróginos no existen.

MARTIN Una niña.

Bert Hellinger elige a una representante para la hija abortada.

Figura 4.



Abreviaciones:

HaAb hija abortada

HELLINGER *a la hija abortada* Siéntate en el suelo, delante de los padres; apóyate contra los dos. Céntrate para que puedas percibir lo que sientes.

al cabo de unos instantes i Cómo te encuentras aquí?

HIJA ABORTADA Los padres no me toman del todo. Tengo que vigilar de no caer hacia atrás. ¡Los padres no están!

HELLINGER *a la madre de la hija abortada* ¿Qué tal para ti? COMPAÑERA ANTERIOR En un principio quería acercarme aún más a mi compañero y abrazarlo, pero cuando vino la hija pensé que tenía que llorar.

La representante de la madre de la hija abortada está muy conmovida y rompe a llorar.

HELLINGER Pon tu mano en la cabeza de la hija.

COMPAÑERA ANTERIOR Es realmente un dolor.

HELLINGER ¿Qué tal ahora el hombre?

COMPAÑERO Ahora necesito distancia. *Da un pequeño paso hacia un lado.*

Necesito el contacto con la hija abortada, pero también, un poco de distancia.

HELLINGER *al compañero* Pon también la mano en la cabeza de la hija.

a la hija abortada Cierra los ojos. *a la representante de Karola* ¿Qué tal para ti ahora?

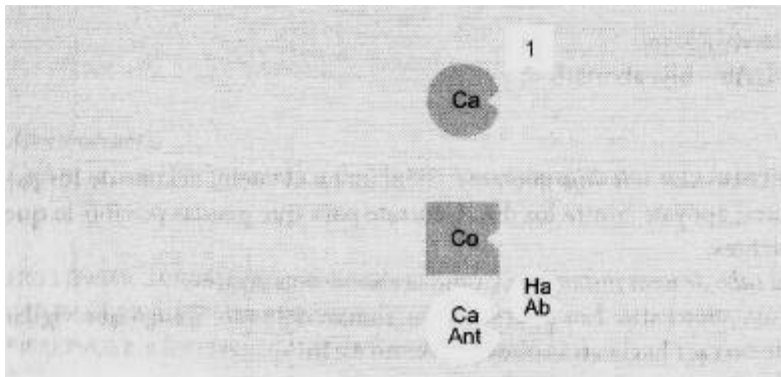
COMPAÑERA Me entra auténtico frío. Quisiera coger al hijo para agarrarme de algo o para calentarme.

HELLINGER ¿Qué tal para el hijo?

HIJO También para mí, la única relación es con la madre.

HELLINGER Ponte al lado de la madre, pero de forma que también puedas ver al padre.

Figura 5.



HELLINGER *al compañero* Qué tal ahora para ti?

COMPAÑERO Aquí estoy bien.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la hija abortada?

Hija abortada No hay calor, pero tampoco ningún rechazo. Con la madre me siento un poco insegura.

HELLINGER ¿Cómo te sientes con el padre?

HIJA ABORTADA *después de tocarla mano del padre* Sí.

A continuación, Hellinger les pide a Martin y a Karola, que hasta ese momento estuvieron observando la constelación desde sus asientos, que ocupen sus lugares.

HELLINGER *a Martin* Pon tu mano en la cabeza de la hija. Mírala y céntrate. Sigue tus sentimientos, enteramente, hasta que entres en contacto. Deja que la hija te mire, para así decirlo. Y después le dices: «Querida hija».

MARTIN Querida hija.

HELLINGER «Ahora te tomo como mi hija».

MARTIN Ahora te tomo como mi hija.

HELLINGER «Te doy un lugar en mi corazón.»

MARTIN Te doy un lugar en mi corazón.

HELLINGER *a la hija abortada* ¿Qué tal ?

La representante de la hija sacude la cabeza.

HELLINGER ¿No te llegó?

HIJA ABORTADA No.

HELLINGER *a Martin* Lo interrumpo aquí. Esto necesita un tiempo para actuar en tu interior y en el de Karola. —De acuerdo, ya está.

Los compañeros permanecen vinculados a través de los hijos abortados

HELLINGER *al grupo* Donde hubo una relación en la que se engendró un hijo, aunque después se abortara, los compañeros siguen atados. Así resulta difícil establecer una nueva relación. Primero hay que resolver de manera positiva la relación anterior. La solución implica que el otro compañero sea respetado; y que el dolor de la separación sea respetado.

Asimismo, el hijo abortado tiene que ser reconocido y valorado. Que el dolor y el duelo por el hijo abortado sean admitidos y que reciba un lugar en los corazones de los padres. Puede tardar un tiempo hasta que esto surja. Cuando surge, uno puede despedirse con respeto. Así, el hombre puede dirigirse a su nueva mujer. Pero el respeto tiene que seguir, tanto para la compañera anterior como para el hijo.

a Martin y a Karola Forman parte de vuestra familia, por así decirlo, también de la actual. ¿Lo he dejado claro? *a Martin* ¿Quieres comentar algo?

MARTIN Sí que respeto a esa mujer y aún estoy en contacto con ella. *Karola se ríe*. Sé que la historia del aborto aún está presente de forma latente. No es que se haya olvidado sin más. Esa mujer vive en Estados Unidos ahora, pero a veces nos vemos y es siempre muy intenso.

HELLINGER Sí, bien. Ésa es la primera mujer.

Un poco más tarde

MARTIN Antes estaba muy emocionado. Ahora me he tranquilizado; me siento sereno y relajado. Es una sensación agradable, contrasta mucho con lo de antes, porque aquello me afectó también mucho. Me conmovió.

HELLINGER Tienes la cara cambiada.

Martin sonríe y asiente ligeramente con la cabeza.

HELLINGER Esta cara cambiada te queda bien.

KAROLA Estoy bastante nerviosa, pero me siento muy bien aquí.

HELLINGER De acuerdo, podemos seguir con la ronda. -

La solución se halla en el alma de cada uno

MARGIT Durante las constelaciones, muchas veces tengo dolores en el abdomen. Siempre que en una constelación se trata de una primera mujer, me doy cuenta de que ése podría ser mi tema: si soy capaz de darle el lugar que le corresponde a la primera mujer de mi pareja.

DIETER También a mí me llamó mucho la atención el tema de la primera mujer. Ahora mismo desearía que mi primera mujer estuviera

aquí, que al menos viera alguna constelación familiar en algún momento o que participara en ella.

HELLINGER La solución siempre se halla en el alma de cada uno. La primera mujer no necesita estar aquí. Pero si en tu interior cambia algo, tú tienes una imagen diferente. Así la verás de una manera totalmente diferente, y ella cambiará sin que tú digas nada. Eso es lo curioso en estos casos.

DIETER Ya configuré la situación en otro grupo. Aquello ya movió mucho.

HELLINGER Aún no está solucionado.

DIETER No, no está solucionado.

HELLINGER Aún le guardas rencor.

DIETER Sí, es cierto.

HELLINGER Uno de los trasfondos del rencor se resume en una simple frase: «¿Qué te habré hecho para estar tan enojado contigo?!» El cambio empieza cuando la persona ve que hizo daño a otro, y cuando lo reconoce. Así, la pareja recibe el reconocimiento y queda reconciliada.

Continuación de Margit y Dieter, página 102

Abortos en relaciones anteriores, y cómo la nueva pareja puede manejarlos

Continuación de página 12

HELLINGER ¿Alguien más que quiera comentar algo?

DETLEF Noto una relación con la constelación de antes. De mis relaciones tengo cuatro hijos abortados. Noto que aquí hay algo que quisiera liberar.

Un día más tarde

SILVIA Para mí hay un tema abierto con mi pareja.

HELLINGER ¿Cuál?

SILVIA Detlef tuvo cuatro abortos con compañeras anteriores. Como nosotros queremos tener hijos, mi sentimiento es que para mí los niños son algo absolutamente único; para él, son simplemente algo. No quisiera escurrirle el bulto ahora, sino...

HELLINGER Lo acabas de hacer. Acabas de escurrirle el bulto.

SILVIA No, simplemente quisiera conservar ese carácter único para nosotros.

HELLINGER Te diré algo. Los hijos son lo más grande, pero son algo común.

SILVIA Eso me cuesta.

HELLINGER Los hijos son comunes, de una forma «única». Imagínate las muchas generaciones de mujeres anteriores a ti. Entre ellas eres una más.

Silvia sonríe y asiente con la cabeza.

DETLEF Desde ayer noto un gran alivio; puedo respirar con mucha más libertad. También estoy pensando en este tema de Silvia, porque tengo la sensación que se me está echando un bulto. Por otra parte siento el deseo de despedirme de esos hijos.

HELLINGER Uno no puede despedirse de ellos; siempre seguirán siendo una parte de tu vida.

a Silvia Y tú tienes que dejarlo allá donde pertenece, es decir, con él y con aquellas mujeres. No debes inmiscuirte. De lo contrario, acabas representando a esas mujeres, con lo cual las humillas. ¿De acuerdo?

Silvia asiente con la cabeza.

Unas horas más tarde

DETLEF Desde la pausa del mediodía siento un dolor en el lado izquierdo, en el pecho y en el brazo.

HELLINGER Sabes cuál es mi imagen del dolor en tu brazo izquierdo y de tu dolor debajo del corazón?

DETLEF No.

HELLINGER Tienes que rodear tus compañeras anteriores con el brazo izquierdo y darles un lugar en tu corazón, a ellas y a todos los hijos abortados.

Detlef está emocionado y asiente con la cabeza.

Silvia: «Contigo soy mujer»

La familia de origen, teniendo en cuenta la pareja de Silvia

HELLINGER ¿Hay alguna pareja que tenga prisa para trabajar?

SILVIA Y DETLEF Sí.

HELLINGER De qué se trata?

SILVIA Para mí se trata de que queremos casarnos y noto que surgen miedos masivos. Miedos en el sentido de: «Destrozaré este matrimonio. Me iré.»

Tengo un gran problema a la hora de asumir la responsabilidad. Mientras sea soltera puedo asumir la responsabilidad. Pero cuando se trata de la responsabilidad de nosotros dos, tengo la impresión de que no tiene nada que ver conmigo.

HELLINGER ¿Él también asume la responsabilidad de sí mismo?

SILVIA Para él solo, sí.

HELLINGER *sonriendo* Si ambos seguís así, que cada uno asume la responsabilidad de sí mismo, en el fondo ya no puede pasar nada.

SILVIA La cuestión es si, cuando haya un tercero, se asumirá una responsabilidad compartida.

HELLINGER Bueno, lo esencial lo tienen que hacer las mujeres solas.

SILVIA Sí, con mi madre fue así.

HELLINGER *hace un gesto afirmativo* ¿Qué pasó con tu padre?

SILVIA Mi padre era alcohólico y prácticamente no estaba presente en la familia. Bebía cuando estaba en sociedad, y en este sentido siempre estaba ausente.

HELLINGER Configuraremos tu familia de origen. ¿Cuántos hijos sois?

SILVIA Tengo una hermana cuatro años menor y un hermano del primer matrimonio de mi padre. Pero con él no hay ningún contacto; sólo lo conozco de oídas. Conozco una foto suya; en esa imagen tiene un año.

HELLINGER Tienes que invitarle a la boda, sin falta. *al*

compañero de Silvia Dile que tú también lo quieres así.

DETLEF Sí.

HELLINGER *a Silvia* ¿De quién son los sentimientos que tienes?

SILVIA Creo que de la primera mujer de mi padre.

HELLINGER Exacto. ¿Y que sentimientos deberías tener?

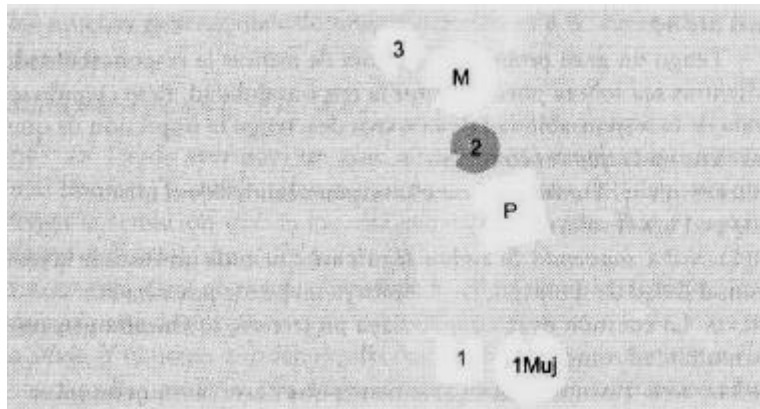
SILVIA Los de la hija.

HELLINGER Exacto.

SILVIA *conmovida* Pero no consigo salir. Quisiera salir de ahí.

HELLINGER Ya veo que quieres salir. Y te ayudaré. -Bien, configura la constelación.

Figura 1.



Abreviaciones:

- P padre
- 1Muj primer mujer del padre, madre de 1
- 1 primer hijo
- M madre, segunda mujer del padre, madre de 2 y 3
- 2 **segunda hija (=Silvia)**
- 3 tercera hija

HELLINGER *a Silvia* Si miras esto, ¿a quién representas aquí?

SILVIA Para mi madre, el marido, y para mi madre, la mujer.

HELLINGER No, representas a la primera mujer. Éste sería el lugar de la primera mujer. Y ésa no es ninguna posición buena para una hija. ¿Por qué se rompió el matrimonio?

SILVIA La mujer empezó una relación con el mejor amigo de mi padre, y después pidió el divorcio.

HELLINGER *al representante del padre* ¿Cómo se encuentra el padre?

PADRE *indicando a la representante de Silvia* Esta hija es mi mujer. La mujer actual no existe para mí. Con la primera mujer y con el hijo tengo poca relación. Ellos dos van juntos. En un principio me sentía absolutamente solo. Tuve que mirar a mi alrededor para ver que en realidad había una familia.

HELLINGER ¿Qué tal la primera mujer?

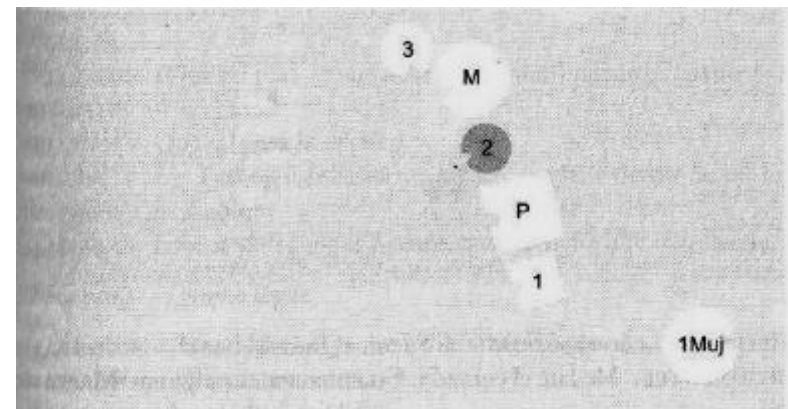
PRIMERA MUJER Estoy temblando y tengo la carne de gallina. Hacia el primer marido no siento ninguna atracción. Tampoco tengo ninguna relación real hacia aquí, con el hijo. Está y lo veo de lado, pero no es que haya calor humano ni ninguna unión.

HELLINGER Date la vuelta. *al hijo* Cómo te va a ti ahora ?

PRIMER HIJO Ahora me encuentro algo mejor. Necesito distancia de mi madre.

Hellinger lo pone al lado de su padre.

figura 2.



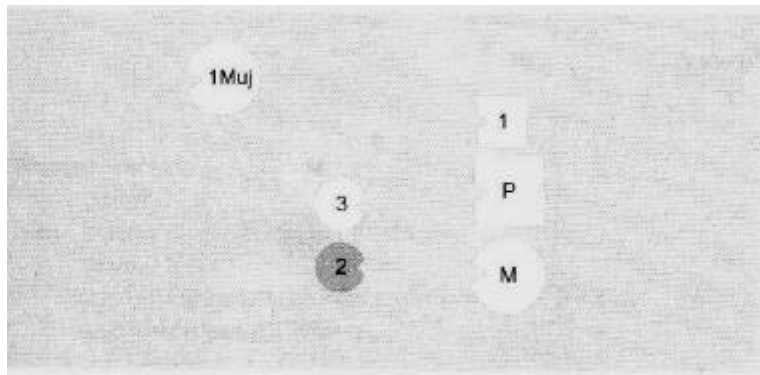
HELLINGER Tienes que venir aquí.

PRIMER HIJO Así está mejor.

SILVIA Se me olvidó decir que este primer hermano no se crió con su madre, sino con los padres de ella. En este sentido realmente hay poca relación, es cierto.

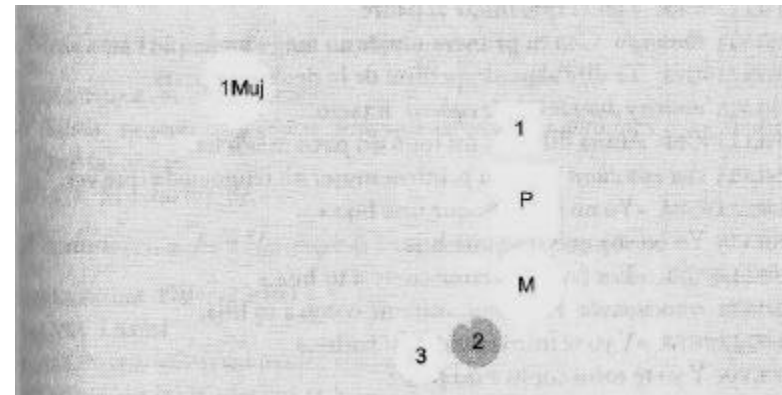
HELLINGER *a padre* ¿Qué tal cuando el hijo está a tu lado?
 PADRE Mejor.
 HELLINGER *a la representante de Silvia* ¿Cómo te encuentras tú?
 SEGUNDA HIJA Estoy mirando al vacío. No tengo ninguna relación con nadie.
 HELLINGER Al igual que la primera mujer. *a la madre* ¿Cómo te va a ti ?
 MADRE Me encuentro mejor que antes, cuando la primera mujer todavía me estaba mirando. Desde que ya no está, me encuentro mucho mejor. Me siento atraída por la hija menor.
 HELLINGER *a la hija menor* ¿Y tú?
 TERCERA HIJA Para mí, esto es estrecho. Siento la necesidad de acercarme más a mi hermana.
 HELLINGER Configuraré un orden ahora.

Figura 3.



HELLINGER *a la representante de Silvia* ¿Qué tal ahora?
 SEGUNDA HIJA Me late el corazón. Está bien tener a alguien delante de mí.
 HELLINGER Tienes que ponerte al lado de la madre, y la hermana menor, también.

Figura 4.



HELLINGER *a la representante de Silvia* ¿Qué tal ahora?
 SEGUNDAHIJA Mucho mejor.
 TERCERA HIJA También mejor.
 MADRE También mucho mejor.
 HELLINGER ¿Qué tal para el padre?
 PADRE. Sí.
 HELLINGER ¿Qué tal para el hijo del primer matrimonio del padre?
 PRIMER HIJO Está bien.
 HELLINGER ¿Qué tal para la primera mujer?
 PRIMERA MUJER También mucho mejor. Lo que hay detrás de mí no me interesa en absoluto.
 HELLINGER Está atada en alguna parte, por eso tiene que marcharse.

Silvia ocupa su propio lugar.

HELLINGER *a Silvia* Mira al padre y dile: «Me quedo con la madre.»
 SILVIA Me quedo con la madre.
 HELLINGER «A su lado es mi lugar.»
 SILVIA *tras dudar durante unos instantes* A su lado es mi lugar.
 HELLINGER «Yo no soy más que una hija.»
 SILVIA Yo no soy más una hija.
 HELLINGER «Con la primera mujer no tengo nada que ver.»

Silvia rompe a llorar.

HELLINGER Tienes que mirar al padre.

SILVIA *llorando* Con tu primera mujer no tengo nada que ver.

HELLINGER Te diré algo: despedirse de la desdicha cuesta.

SILVIA *sonríe y asiente con la cabeza* Exacto.

HELLINGER Ahora dilo con un tono un poco más feliz.

SILVIA *con voz clara* Con tu primera mujer no tengo nada que ver.

HELLINGER «Yo no soy más que una hija.»

SILVIA Yo no soy más que una hija.

HELLINGER «Por favor, mírame como a tu hija.»

SILVIA *emocionada* Por favor, mírame como a tu hija.

HELLINGER «Y yo te miro como a mi padre.»

SILVIA Y yo te miro como a mi padre.

HELLINGER ¿Que tal para el padre?

PADRE Bien, *indica a la madre de Silvia* Ésta es mi mujer ahora.

HELLINGER *a Silvia* Mira a la madre y dile: «Mamá.»

SILVIA Mamá.

HELLINGER «Tú eres la verdadera.»

SILVIA Tú eres la verdadera.

HELLINGER «Con la otra mujer no tengo nada que ver.»

SILVIA Con la otra mujer no tengo nada que ver.

HELLINGER «Mírame como a tu hija.»

SILVIA Mírame como a tu hija.

HELLINGER «Y yo te miro como a mi madre»

SILVIA Y yo te miro como a mi madre.

HELLINGER «Ahora te doy la honra.»

SILVIA *conmovida* Ahora te doy la honra.

HELLINGER «Querida Mamá.»

SILVIA *llorando* Querida Mamá.

HELLINGER Vé hacia ella.

Silvia abraza cariñosamente a su madre, sollozando.

HELLINGER Respira con la boca abierta. Acoge a la madre en tu interior.

Silvia aprieta a la madre en un abrazo intenso y parece muy seria.

HELLINGER También puedes ser un poco más feliz cuando la abrazas; no pasa nada si estás feliz.

Silvia abraza a la madre más cariñosamente.

HELLINGER Sí, así está mejor.

a Silvia, después de que ésta estuviera largamente abrazada a su madre

¿Qué tal ahora?

SILVIA Mucho mejor.

A continuación, Bert Hellinger la pone delante su compañero.

HELLINGER Dile: «Detlef.»

SILVIA Detlef.

HELLINGER «Con mi madre soy la hija.»

SILVIA Con mi madre soy la hija.

HELLINGER «Y contigo, la mujer.»

SILVIA Y contigo, la mujer.

HELLINGER ¡Eso sí que tenía fuerza!

a Detlef ¿Qué tal?

DETLEF Muy bien.

HELLINGER *a Silvia* ¿Quieres ir hacia él?

Silvia asiente con la cabeza.

HELLINGER Ponte a su lado y mírale. ¿Está bien así?

Silvia y Detlef se miran a los ojos.

HELLINGER ¡Vivan los novios!

Silvia y Detlef se abrazan entre risas.

A1 día siguiente La mujer que está en concordancia con su madre, y el hombre que está en concordancia con su padre, son más atractivos

DETLEF Después de ver en la constelación como Silvia se reconcilió con su madre, me resultó muy fácil decirle que sí. Fue un sí espontáneo, un sí sin dudas. Eso me vino otra vez a la mente esta mañana.

HELLINGER Descubrí algo importante de los hombres y las mujeres: una mujer que ama y respeta a su madre, que de esta manera está unida con su madre, resulta mucho más atractiva para un hombre que una mujer que está aliada con su padre y rechaza a su madre.

Por otra parte, también es cierto que un hombre que está de acuerdo con su padre, que es carne y uña con él, resulta mucho más atractivo para una mujer que uno que es carne y uña con su madre y rechaza a su padre.

a Detlef Algo de eso notaste ayer.

Detlef y Silvia hacen un gesto afirmativo.

«Mamá, lo hago por ti»

SABINE *después de la pausa del mediodía* Aproveché la última hora para una discusión. Con todo esto no me va bien; siempre pienso que es mi madre la que reacciona con tanto desprecio.

HELLINGER Podría ser.

SABINE. Aunque soy consciente de ello, lo hago.

HELLINGER Te haré una propuesta." imagínate que quieras discutir como antes. Y a la vez imagínate que dejas que tu madre salga de ti, para así decirlo. Ahora tu madre está delante de ti, pero con la mirada apartada, hacia delante. Tú la miras por detrás. Y después le delegas el discutir.

SABINE Simplemente pienso que le tengo que ayudar.

HELLINGER Imagínate que ella está delante de ti. ¿Cómo sueles decirle a tu madre?

SABINE Mamá.

HELLINGER Dile: «Mamá.»

SABINE Mamá.

HELLINGER «Tú eres la pequeña.»

SABINE Tú eres la pequeña.

HELLINGER «Yo soy la grande.»

SABINE Yo soy la grande.

HELLINGER «Yo lo hago* en tu lugar.»

SABINE Yo lo hago en tu lugar.

HELLINGER ¿Qué tal si lo dices?

SABINE *tras un silencio* Es tan irreal.

HELLINGER Lo mismo pienso yo.

Sabine se ríe.

HANS La discusión que Sabine mencionó, para mí en el fondo no fue más que una pequeña discrepancia de opiniones. No lo viví como un gran conflicto.

HELLINGER *a Sabine* ¿Te das cuenta de lo cariñoso que es contigo?

SABINE Ya se está acostumbrando a mis discusiones.

HELLINGER Dile: «Me alegro de que seas tan cariñoso conmigo.»

SABINE Me alegro de que seas tan cariñoso conmigo.

Sabine y Hans se miran a los ojos y sonríen.

Continuación de Sabine y Hans, página 121

Cuando toda la culpa se transfiere a los padres

HELLINGER *a Elias* ¡Hola!

ELIAS Buenos días.

Elias, Use, su mujer, y Bert Hellinger se ríen.

HELLINGER ¿Quieres que realmente hagamos algo? ¿De qué se trata?

ELIAS Se trata de soltarme interiormente.

HELLINGER Eso de «soltarme interiormente» es jerga de psicoterapeutas. Eso ni lo escucho. ¿Qué pasó en tu familia de origen?

ELIAS De alguna manera me quedé sólo. Mi madre tuvo dos partos prematuros; uno antes que yo, y gemelos, después.

HELLINGER ¿Partos prematuros?

ELIAS Sí.

HELLINGER ¿Sobrevivieron?

ELIAS No, ninguno de ellos sobrevivió. Soy el único que sobrevivió.

HELLINGER ¿De los cuatro eres el único que sobrevivió?

ELIAS Sí. *Está muy conmovido.* Me crié con extraños.

HELLINGER ¿Por qué? ¿Qué pasó con tu padre?

ELIAS *llorando y casi ininteligible* No tenía tiempo.

Elias se tapa la cara con las manos y llora.

HELLINGER *a la mujer de Elias* Quizás puedas contarlo tú. ¿Qué pasó con su padre?

ILSE Su padre nunca tuvo tiempo para él. Estuvo trabajando y Elias desde pequeño se crió en una guardería. La madre tampoco tuvo tiempo.

HELLINGER ¿Qué hacían?

ILSE Trabajaban.

HELLINGER ¿De que?

ILSE El padre de Elias era ...

ELIAS Carpintero. La madre trabajaba en una fábrica. ILSE Su madre trabajaba en la fábrica. Sus padres querían hacerse una casa y podían ganar más dinero trabajando los dos. Así, él les molestaba y lo llevaron a la guardería. Cuando estaba en casa y no obedecía le golpeaban o le pegaban.

HELLINGER Ajá.

ILSE Tiene una relación muy difícil con su madre. Se entienden muy mal. Cuando están juntos discuten.

HELLINGER ¿Qué pasó cuando él nació, en el parto?

ILSE Ella dice que fue un parto muy duro.

HELLINGER ¿Peligraba la vida de la madre?

ILSE No.

HELLINGER *a Elias que mantiene la cabeza agachada y la mirada clavada en el suelo* Me pareces demasiado llorón, ¿sabes?

ELIAS Sí.

HELLINGER Hay algo que no va aquí.

ELIAS Aún estoy en contacto con mis padre, pero es ...

HELLINGER *interrumpe* Eso no me interesa ahora. Hay algo que no va. No sé lo que es.

ELIAS Antes de la relación con Use tuve otra relación, y porque había un hijo en camino tuve que casarme enseguida. Se me dijo: Tienes que casarte. Un católico lo hace así. —El matrimonio fracasó.

HELLINGER Por supuesto hay que hacerlo, está clarísimo.

ELIAS También tiene que haber un amor mutuo.

HELLINGER Cuando el hombre es un niño, no puede casarse.

ELIAS Mis padres me obligaron.

HELLINGER Eso lo dices tú.

ELIAS Pienso que es una vergüenza...

HELLINGER No.

ELIAS Así me lo explicaron: para un católico verdadero es una vergüenza.

HELLINGER No.

ELIAS Por eso ya no quise tener ningún contacto con ellos ...

HELLINGER No, ¡no quiero ni oírlo! No puedo escuchar semejantes reproches. Toda la culpa es transferida a los padres. Eso es barato para un hombre que tiene hijos propios. ¿Qué hiciste tú por tu hijo? ¿Si tú eres exactamente igual! ¿Por qué sientes ese reproche contra tus padres? Tú no querías tener a ese hijo.

ELIAS Sí que quería tenerlo.

HELLINGER Entonces te habrías casado con la madre de tu hijo, con amor.

ELIAS Quería tener el hijo, pero hubiera querido esperar con la boda.

HELLINGER Si antes no esperaste, después tampoco necesitas hacerlo.

La mujer de Elias sonríe.

HELLINGER Algo está trastornado aquí. No puedo hacer nada aquí.

En un caso así no puedo hacer nada.

ELIAS ¿No hacer nada?

HELLINGER No. De lo contrario, la responsabilidad nuevamente se transfiere; esta vez, a mí. ¿A quién se dirige mi simpatía?

ELIAS A los niños.

HELLINGER Vas hablando sin pensar.

al grupo ¿A quién se dirige mi simpatía?

VARIAS PAREJAS A los padres.

HELLINGER A sus padres, está clarísimo. Siempre siento simpatía por los que son despreciados.

a Elias Como ya habrás notado, siempre tengo un gran respeto ante los padres.

ELIAS Sí, así debería ser.

HELLINGER Incluso hacia tus padres.

Elias asiente con la cabeza.

HELLINGER Teniendo en cuenta lo que les hiciste a tus padres con tus reproches, todo lo que les reprochas es poca cosa.

ELIAS Yo, de mis ...

HELLINGER *interrumpe* No. Ni siquiera le llega lo que le digo.

ELIAS No puedo dejar los reproches tal cual.

HELLINGER De acuerdo, no puedo hacer nada.

ELLAS En determinados momentos en los que hubiera necesitado a mis padres

...

HELLINGER *interrumpe* No, no quiero oírlo.

al cabo de unos instantes de silencio Hace poco tuve un curso en Londres. Allí, una mujer acudió a mí diciendo: «Hoy es el aniversario de la muerte de mi madre. Murió hace un año, y quisiera reconciliarme con ella.» Así elegí a una representante para la madre y la puse al lado de la cliente. Le pedía la hija que le hablara a su madre. La hija estaba sentada enfrente de ella, con los brazos cruzados y la vista algo apartada. En esta actitud se quería reconciliar con ella. Le dije: «Así no se puede hablar con la madre.» Después le dije lo mismo que le acabo de decir a Elias hace un momento: mi simpatía se dirige a la madre. Al oírlo, la cliente se puso fuera de sí diciendo que yo me había equivocado al escoger a la representante de su madre. Entonces interrumpí el trabajo.

En la pausa, algunos participantes del curso se abalanzaron sobre la cliente para consolarla. Entre esas personas había también una terapeuta que me acusó: «¡Es imposible lo que usted está haciendo aquí con esta pobre mujer!» Le contesté: «Simplemente siento simpatía por la madre, ¿qué le voy hacer?»

Pocos días más tarde, cuando yo ya estaba de vuelta en Alemania, me llegó una carta de aquella terapeuta, escrita inmediatamente después del taller. Afirmaba que mi comportamiento había sido tan horrible que era imprescindible que me disculpara con aquella mujer por lo que había cometido con ella.

El mismo día, sin embargo, aún me llegó otra carta más de esa misma terapeuta, que había enviado dos días después. En la carta me decía: «¡La mujer está mejor!» —Así ocurre a veces.

Continuación de Elias, página 117

Quien rechaza a los padres, se rechaza a sí mismo y rechaza a la pareja

BIRGIT Mi marido y yo, como siempre, estuvimos hablando hasta medianoche. Surgieron muchas cosas, también viejos malentendidos. Sobre todo

me quedó grabada una frase que Christoph dice muchas veces: «Eres como tu madre. Pero tendrías que ser tal como *tú* eres.» Le dije que eso me hería mucho, porque *yo soy yo*. Le pregunté: «¿Qué te molesta? ¡Yo soy yo! Así es.»

HELLINGER Hace un tiempo tuve una comprensión muy profunda, una comprensión abismal, para así decirlo. Y dice así: un hijo *es* sus padres.

BIRGIT Sí y no. Para mí, un hijo también aporta algo propio. No sólo es sus padres.

HELLINGER De momento me quedaré con esta frase: un hijo *es* sus padres.

BIRGIT Hm.

HELLINGER Cuando un hijo toma a sus padres como padres suyos, y si reconoce: «yo soy mis padres», está en paz consigo mismo. En ese momento es «Yo». En cuanto interiormente rechazo a uno de los padres, no soy yo.

Birgit asiente con la cabeza.

HELLINGER Cuando mi pareja rechaza a uno de mis padres, me rechaza a mí.

Cuando no respeta a mis padres o los menosprecia, me rechaza a mí.

Pero te doy la razón en lo que antes dijiste. Hablabas de que un hijo también aporta algo propio. Sí, cada uno tiene algo especial, algo adicional, para así decirlo. BIRGIT *con un gesto afirmativo* Sí.

Continuación de Birgit y Christoph, página 140

Cuando el yerno y la suegra se desprecian y odian mutuamente

SIBYLLE. También a mí me va dando vueltas tu afirmación de esta mañana sobre el desprecio hacia los padres de la pareja. Nosotros tenemos el problema que entre mi madre y Rathin existe un inmenso odio y un inmenso desprecio, en ambas partes. Yo siempre estoy en medio, con buena regularidad tengo mis ataques de rabia y les digo: «¡Dejadme fuera a mí! ¡Discutid solos! ¡Yo no quiero nada de esto!»

HELLINGER Configuraremos esta situación. Vosotros dos, poneos en un lado de esta sala, mirando en una misma dirección. Y ahora pondré a la madre enfrente de vosotros. *a Sibylle* Ahora dile a la madre: «Él es mi marido.»

SIBYLLE Él es mi marido.

HELLINGER «Yo dejé al padre y a la madre.»

SIBYLLE Yo dejé al padre y a la madre.

HELLINGER «Y le sigo.»

SIBYLLE Y le sigo.

HELLINGER «Con amor.»

SIBYLLE *tras un silencio* Con amor.

HELLINGER *a Rathin* Ahora dile tú a la suegra: «Ella es mi mujer ahora.»

RATHIN Ella es mi mujer.

HELLINGER «En ella te respeto a ti.»

RATHIN En ella te respeto a ti.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la suegra?

MADRE Para mí está perfectamente bien. Siento simpatía por el yerno. Me parece bonito.

HELLINGER De acuerdo, eso ya ha sido todo. Sólo quería hacer una prueba.

Después de sentarse los tres, Rathin quiere comentar algo.

HELLINGER No, ningún comentario. Una cosa así tiene hacer su efecto primero.

enigmático Lo hice menos por vosotros que por las demás parejas, como demostración para los demás, por así decirlo. ¿De acuerdo?

RATHIN Sí.

HELLINGER ¿La mujer también está de acuerdo?

SIBYLLE Sí.

Continuación de Sibylle y Rathin, página 133

Dos culpables lo tienen más fácil para estar juntos

DANIELA No sé por qué ya estoy llorando otra vez. Creo que no puedo ser realmente mujer para Matthias. Tengo la sensación de que tengo

que cumplir una tarea que me impide ser mujer para él. Este sentimiento también me impide ser madre. Pensaba que únicamente tenía que ver con Matthias, porque no llego a él.

Ahora me doy cuenta: si me entregara plenamente a Matthias, traicionaría a otra persona. En relaciones, muchas veces pensé: ¡Sobre todo, no atarme! ¡Que no me venga ningún hijo, porque sería infiel a mi tarea! Ahora puedo expresar esos sentimientos con palabras.

HELLINGER Este paso que acabas de dar es muy importante. Será muy positivo para vuestra relación. Dos culpables lo tienen más fácil para estar juntos que un culpable y un inocente. Porque, de hecho, no es ninguna culpa en el sentido estricto de la palabra. Cada uno está implicado a su manera.

DANIELA Sí.

MATTHIAS Me siento muy unido con este grupo. Es algo que por lo demás me pasa muy raras veces. Más bien suelo ser distanciado. Ahora estoy directamente conectado y puedo sentir mucho.

HELLINGER Bien. Así uno se siente vivo.

MATTHIAS Sí.

HELLINGER Trabajaré con vosotros dos directamente.

Daniela: «Sujétame para que me quede» La familia de origen, incluyendo al marido

HELLINGER *a Daniela* ¿Estás preparada?

DANIELA Sí.

HELLINGER ¿Qué pasó en tu familia de origen?

DANIELA *empieza a llorar y se muestra molesta por ello* No sé por qué siempre tengo que llorar. ¡No lo quiero!

HELLINGER Permítetelo alguna vez. Puedes hacerlo de la misma manera que uno se permite alguna diversión. No es ninguna vergüenza. *Daniela se ríe.*

Incluso puedo darte alguna pista de cómo mantener el llanto, ¿quieres?

DANIELA *riendo* Sí.

HELLINGER Hay que apartar la vista, para así decirlo. Si cierras los ojos empiezas a llorar inmediatamente.

Daniela se ríe.

HELLINGER Si mantienes los ojos abiertos puedes hablar conmigo con toda normalidad. Bien. ¿Qué pasó en tu familia de origen?

DANIELA Mi madre se fue a Estados Unidos con dieciocho años y allí se casó. Más tarde, su primer marido y ella se divorciaron. Mientras tanto, mi padre, que en aquel entonces también vivía en Estados Unidos, conoció a mi madre. La apoyó durante su divorcio y poco después se casaron.

HELLINGER ¿Cómo fue su matrimonio después?

DANIELA Son felices.

HELLINGER Me extraña. Pero me dejó sorprender una y otra vez.

DANIELA La meta más alta de mis padres es vivir en armonía y felicidad.

HELLINGER En Estados Unidos, el derecho a ser feliz incluso está garantizado por la Constitución.

DANIELA Ambos son alemanes.

HELLINGER De todos modos están infectados.

DANIELA Sí, es posible.

HELLINGER ¿Cuántos hermanos tienes?

DANIELA Un hermano, un año y medio mayor que yo.

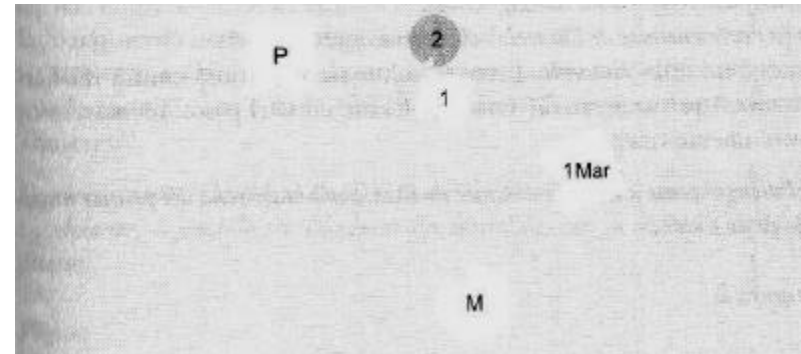
HELLINGER Elige a cinco representantes: para tu padre, tu madre, el primer marido de la madre, alguien para tu hermano, y para ti.

Daniela únicamente coloca al padre en el centro de la sala. Después parece totalmente desconcertada y no sabe cómo seguir.

HELLINGER Si quieres puedes sentarte.

al marido de Daniela Matthias, configúralo tú. Céntrate enteramente en tu intuición.

figura 1, configurada por el marido



Abreviaciones:

- M madre
- 1 Mar primer marido de la madre, divorciado de ella
- P padre, segundo marido de la madre
- 1 primer hijo
- 2 segunda hija (=Daniela)

HELLINGER *una vez Matthias ha configurado la familia de origen de su mujer, a Daniela ¿Cómo lo cambiarías tú?*

DANIELA Creo que es cierto así.

Después, Daniela se levanta y pone a su representante un paso más cerca del hermano mayor.

HELLINGER De acuerdo. ¿Cómo se encuentra el primer marido?

PRIMER MARIDO Estoy muy intranquilo. Noto una fuerte opresión en el pecho, justo en la región del corazón.

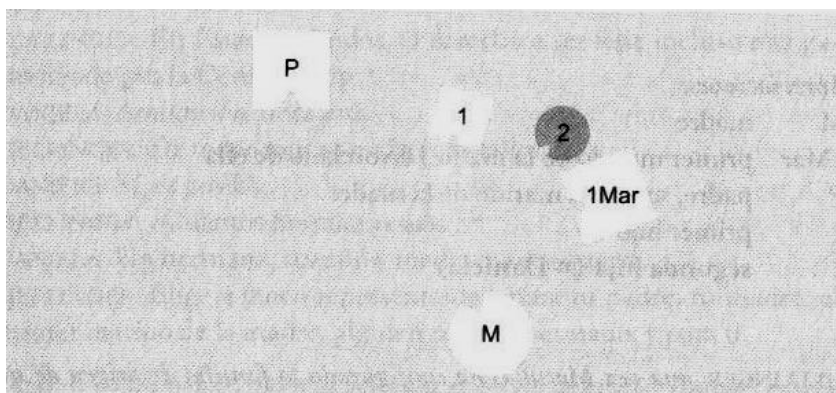
indica al hermano de Daniela El hermano es una amenaza para mí. Esta presión se fue disminuyendo cuando la hija avanzó un paso más. Escuchando lo que siento, quisiera decirle a la mujer algo así como: «Ven, vámonos de aquí. Allá delante hay un espacio libre. Aquí es demasiado complicado.»

A l oír las últimas palabras de él, la representante de Daniela empieza a llorar.

HELLINGER a Daniela Ella muestra la tristeza de él ahora. Tu representante tiene ahora tus lágrimas. a la representante de Daniela ¿Cómo te encuentras?
SEGUNDA HIJA llorando Estoy absolutamente furiosa contra mi hermano. Aquí hace muchísimo frío. El me corta el paso. Además, estoy sumamente triste.

Hellinger pone a la representante de Daniela a la derecha del primer marido de la madre.

Figura 2.



HELLINGER a la representante de Daniela ¿Qué tal así?
SEGUNDA HIJA Mejor. En el fondo estoy alegre ahora. Serie.
HELLINGER Qué curioso.

a Daniela ¿Sabes lo que significa eso? ¿Sabes de quién son los sentimientos que llevas?

DANIELA Los sentimientos del primer marido.

HELLINGER Exacto, los sentimientos del primer marido. Es un poco loco, ¿verdad? Si estás identificada con el primer marido, lo tienes difícil para ser mujer.

DANIELA Sí, realmente no sé «ser mujer».

HELLINGER «Todavía» no lo sabes. ¿Quieres que sigamos con la constelación?

Daniela asiente con la cabeza.

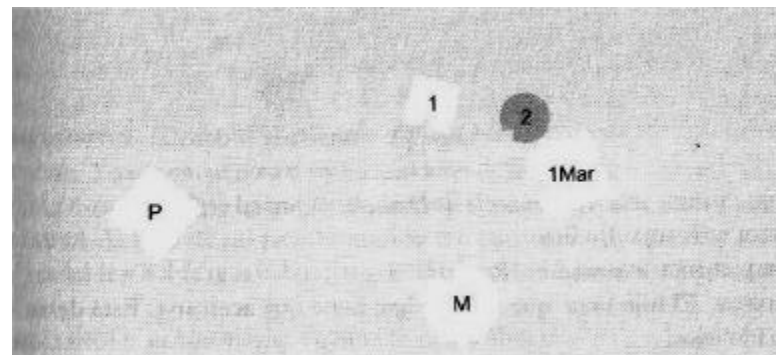
HELLINGER ¿Cómo se encuentra el padre?

PADRE Estoy totalmente solo. Tengo frío en el lado derecho. En el lado izquierdo siento una cierta inquietud.

HELLINGER a Daniela De la armonía que antes mencionaste no se puede ver nada aquí. Es la bella apariencia. Te mostraré el extremo, ¿quieres?

Daniela asiente. Hellinger lleva al padre de Daniela unos cinco pasos hacia delante, dejándolo en una posición apartada, con la mirada hacia la puerta.

Figura 3.



HELLINGER al padre ¿Cómo te encuentras aquí?

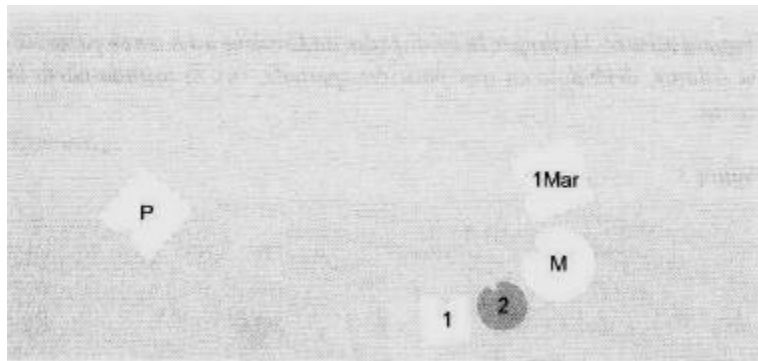
PADRE Estoy intranquilo.

HELLINGER ¿Te encuentras mejor o peor?

MADRE Mejor.

Hellinger pone a la madre de Daniela a la izquierda de su primer marido. Después coloca a los representantes de Daniela y de su hermano al lado de la madre.

Figura 4.



HELLINGER a la representante de Daniela ¿Qué tal así?

SEGUNDA HIIA Bonito.

HELLINGER a la madre ¿Para ti ?

MADRE El hijo tiene que ir conmigo; tiene que acercarse. Está demasiado lejos.

HELLINGER al primer marido ¿Qué tal tú?

PRIMER MARIDO Extraño. Fue muy agradable mientras la representante de Daniela estaba aquí. Ella era la única persona en este sistema hacia la que tenía sentimientos muy positivos. El segundo marido me da pena.

HELLINGER explicando Todo esto es una locura, una auténtica locura. Es curioso. ¿Qué habrá que hacer?

MATTHIAS Pero los hijos son del segundo marido.

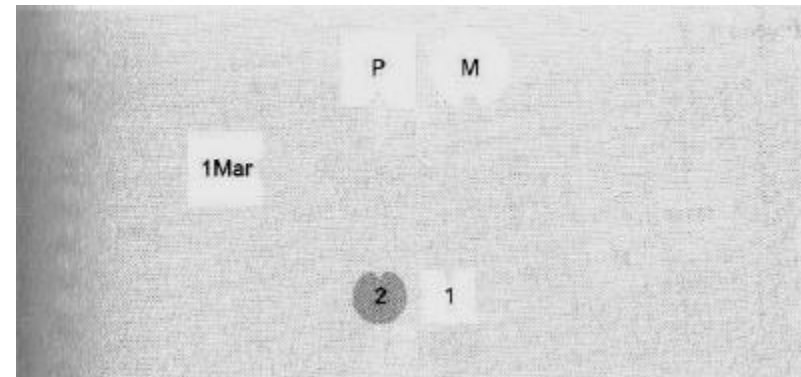
HELLINGER Ya lo sé.

Algunas parejas se ríen.

HELLINGER ¡Si ésa es precisamente la locura! Estas son las imágenes interiores trastornadas.

Hellinger modifica la constelación.

Figura 5.



HELLINGER ¿Cómo se encuentra el padre?

MADRE Yo me encuentro muy bien al lado de la mujer.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la mujer?

MADRE Al lado de mi primer marido me encontraba mejor. Era más agradable y había más calor. Esto de aquí está bien, pero no es más que

HELLINGER al hijo mayor ¿Cómo te va a ti ahora ?

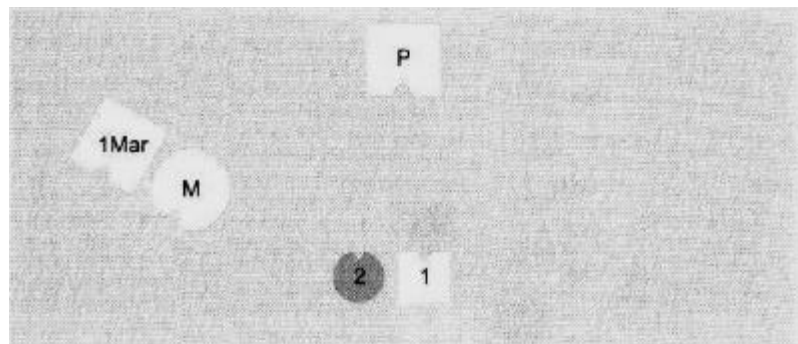
PRIMER HIJO En un principio era más intenso entre mi madre y yo.

HELLINGER a la representante de Daniela ¿Qué tal para ti?

SEGUNDA HIIA Ahora siento calor aquí. Siento una atracción hacia el padre. Ya sé que el otro hombre no es mi padre, pero sigo sintiendo una atracción por él.

Hellinger aparta al primer marido de la madre unos pasos y lo deja mirando hacia fuera. Después pone a la madre de Daniela a su lado. Finalmente coloca a los hijos enfrente del padre.

Figura 6.



HELLINGER *al padre* ¿Cómo te encuentras ahora?

PADRE Soportable. Pero con la mujer estaba mejor.

HELLINGER Sí, pero quien de esta forma hizo suya a la mujer, también la pierde así.

al hijo ¿Para ti?

PRIMER HIJO Equilibrado.

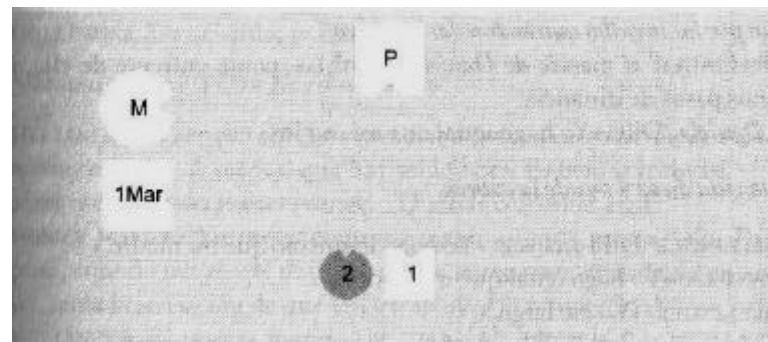
HELLINGER *a la representante de Daniela* ¿Y para ti?

SEGUNDA HIJA Interesante.

HELLINGER *a Daniela* Ahora ponte tú en tu lugar.

Hellinger les da la vuelta a la madre y a su primer marido para que Daniela pueda verlos.

Figura 7.



HELLINGER *a Daniela* Mira a la madre. ¿Cómo solías decirle? .

DANIELA Mama.

HELLINGER Dile: «Mama.»

DANIELA Mama.

HELLINGER «Dejo que te vayas.»

Daniela intenta reprimir las lágrimas y aparta la mirada.

HELLINGER Mira a la madre.

DANIELA *en un tono algo porfiado* Dejo que te vayas.

HELLINGER Dilo en un tono normal: «Mamá, dejo que te vayas.»

DANIELA Mamá, dejo que te vayas.

HELLINGER «Yo me quedo con Papá.»

DANIELA Yo me quedo con mi Papá.

HELLINGER «Éste es mi lugar.»

DANIELA Éste es mi lugar.

HELLINGER «Mírame con buenos ojos si me quedo con Papá.»

DANIELA Mírame con buenos ojos si me quedo con Papá.

HELLINGER ¿Qué tal para la madre?

MADRE Está bien.

HELLINGER Este divorcio no estaba justificado. En el segundo matrimonio no hay ningún futuro.

a Daniela Dile al padre: «Papá, me quedo contigo.»
DANIELA Papá, me quedo contigo.
HELLINGER ¿Qué tal así?
DANIELA Sí, es así. Está bien. Pero echo de menos a la madre. *Indica el lugar vacío al lado del padre.* Pero es correcto. Es cierto. *Se pasa las manos por las mejillas quitándose las lágrimas.*
HELLINGER *al marido de Daniela* Matthias, ponte enfrente de ella, a unos pasos de distancia. *a Daniela* Dile: «Yo hago igual que mi madre.»

Daniela duda y sacude la cabeza.

HELLINGER Dilo una vez: «Yo hago lo mismo que mi madre.»
DANIELA «Yo hago igual que mi madre.»
HELLINGER «Yo me largo.»
tras un corto silencio ¿Es cierto ?
DANIELA Tengo la sensación de que siempre tengo que irme.
HELLINGER Sí, díselo a Matthias: «Yo hago lo mismo que mi madre: me largo.»
DANIELA Yo hago lo mismo que mi madre: me largo.
HELLINGER ¿Cómo te sientes al decirlo?
DANIELA Partida en dos. No puedo ni quedarme ni marcharme.
HELLINGER Dile a tu marido: «Sujétame, por favor.»
DANIELA *entre lágrimas* ¡Sujétame!
HELLINGER «Para que me quede.»
DANIELA Para que me quede.
HELLINGER Ve hacia él y dilo otra vez.
DANIELA *se acerca a su marido* Sujétame para que me quede.

Los dos se abrazan largamente. Daniela rompe a llorar.

HELLINGER Respira profundamente.

Daniela solloza varias veces, llorando desconsoladamente.

HELLINGER Respira sin sonido. Expira e inspira profundamente.

Mientras siguen abrazados, la respiración de Daniela se vuelve más rítmica, más profunda y tranquila.

HELLINGER *a Daniela* Ahora mírale a los ojos a tu marido y dile: «contigo me quedo con ganas.»
DANIELA A tu lado me quedo con ganas.
HELLINGER ¿Está bien así?
DANIELA ¡Sí!
HELLINGER De acuerdo, ya está.

Matthias estrecha a Daniela en sus brazos.

HELLINGER *al ver que muchas parejas siguieron la constelación de manera muy emotiva* A veces sí que hay soluciones. Es bonito verlo así. *al representante del primer marido* ¿Querías comentar algo?
PRIMER MARIDO Yo me encontraba mejor cuando estaba solo. Después, cuando me aparté unos pasos con la representante de mi ex mujer, tenía la sensación de que era irresponsable o superficial.
HELLINGER El primer marido fue un hombre bueno. No se merecía ese tratamiento por parte de la mujer. Por supuesto, en realidad es la mujer quien se va sola y expía. El primer marido queda libre, y el padre de Daniela queda libre. *a Daniela* Pero si a todo trance quieres imitar a la madre ...
DANIELA No.
HELLINGER Así estoy de acuerdo.

Después de una pausa

DANIELA Me siento aliviada. Después de la constelación, por primera vez miré hacia arriba, hacia el techo de la sala. La presión sobre la espalda ya no es tan fuerte.
HELLINGER Bien.
DANIELA Es algo nuevo; es tierra incógnita. Después de mi constelación sentía mala conciencia hacia Matthias, porque él también tenía la ilusión de hacer una constelación. Pensé que le había quitado algo,
HELLINGER Mírale y dile: «No será en tu perjuicio.»
DANIELA No será en tu perjuicio.
MATTHIAS *riendo* Está bien.
HELLINGER *a Daniela* Estás buscando una compensación. Eso es una señal de amor. Pero de todos modos no me había olvidado de Matthias.

MATTHIAS Después de la constelación sentía un alivio. Ahora me siento más seguro en la relación con Daniela. También saqué mucho para mí de su constelación.

¿Es imprescindible que las hijas estén en la esfera de la madre?

HELLINGER ¿Aún quedan preguntas en relación a la constelación?

DANIELA Sí, a mi me queda una pregunta. En la constelación de Silvia dijiste que para la hija es importante estar en la esfera de la madre. Mi constelación fue bastante diferente, yo le dije a la madre: «Dejo que te vayas». En la constelación de Silvia sonó como si fuera mejor que la hija estuviera al lado de la madre.

HELLINGER Por regla general es así, pero en tu caso es justo al revés. Cuando el sistema de la madre está lastrado, el hijo o la hija tiene que pasar a la esfera del padre.

DANIELA Y la fuerza de la madre, ¿la recibo igualmente?

HELLINGER No la recibes, ¿ya la tienes!

DANIELA Es verdad, ya la tengo. *Se ríe aliviada.*

HELLINGER *al grupo* No hay que construir teorías tan precipitadamente. Así no se está a la altura de la plenitud de la vida, y eso sería fatal. Yo tampoco me atengo a aquello que dije hace una hora. Pero de todos modos fue bueno.

Todo el grupo se ríe.

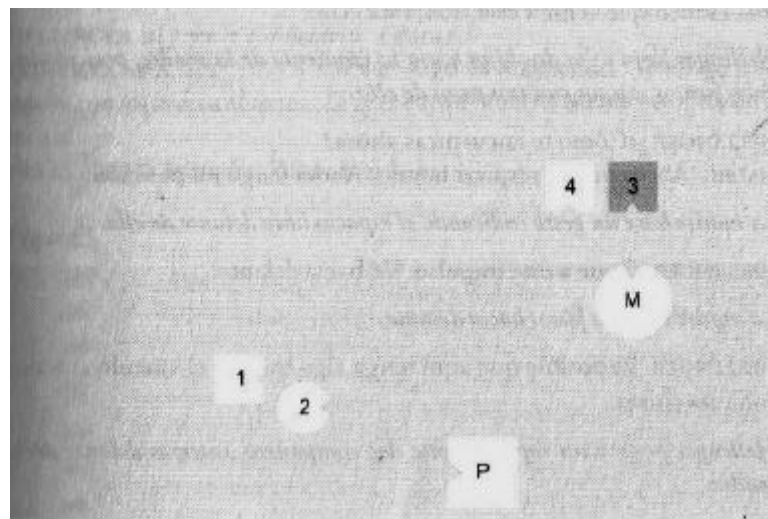
Un día más tarde

Matthias: «Ahora te tomo como a mi padre» La familia de origen

HELLINGER *a Matthias, el marido de Daniela* Hoy te toca a ti: configura tu familia de origen; ya sabes cómo funciona. ¿Tu padre o tu madre tuvieron alguna relación vinculante antes de casarse?

MATTHIAS No es oficial, pero es un secreto familiar que todo el mundo sabe: mi madre tuvo una relación antes.

Figura 1.



Abreviaciones:

- P padre
- M madre
- 1 primer hijo
- 2 segunda hija
- 3 **Tercer hijo (= Matthias)**
- 4 cuarto hijo

HELLINGER *a Matthias* ¿Qué pasó en la familia de origen de tu madre?

MATTHIAS Tiene un hermano más. Hubo un aborto espontáneo, pero no se si ese hijo nació vivo o murió muy pronto. Por lo demás, no sé nada de sucesos incisivos.

HELLINGER *a la madre* ¿Cómo te encuentras tú?

MADRE Yo noto dos cosas: por una parte, tengo la sensación de que estos dos hijos me cortan el paso. Por otra parte me vino la imagen que no son ellos los que tendrían que estar allí. No son ellos.

HELLINGER *al grupo* Esta constelación muestra que los hijos le cortan

el paso a la madre para que no se vaya. Es una tarea difícil para los hijos. Tienen que venir a este lado, está claro.

Hellinger lleva a los dos hijos hacia la izquierda de la madre, posicionándolos juntos, a unos cuantos pasos de ella.

HELLINGER ¿Cómo te encuentras ahora?

MADRE Ahora puedo respirar hondo. Ahora tengo mi posición.

La madre hace un gesto indicando el espacio libre delante de ella.

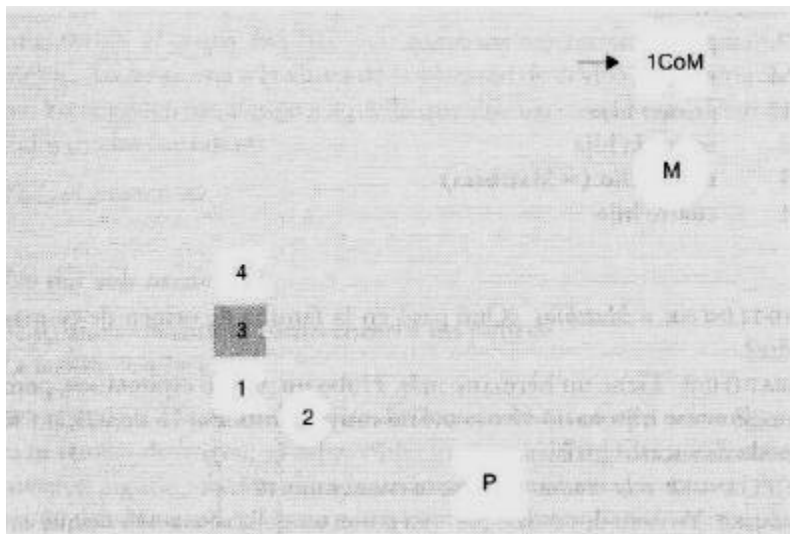
HELLINGER Sigue a este impulso. Ve hacia delante.

La madre da unos pasos hacia delante.

HELLINGER Es posible que aquí tenga algo que ver el vínculo anterior con una pareja.

Hellinger pone a un representante del compañero anterior delante de la madre.

Figura 2.



Abreviaciones:

1 CoM primer compañero de la madre

HELLINGER ¿Qué tal así para la madre?

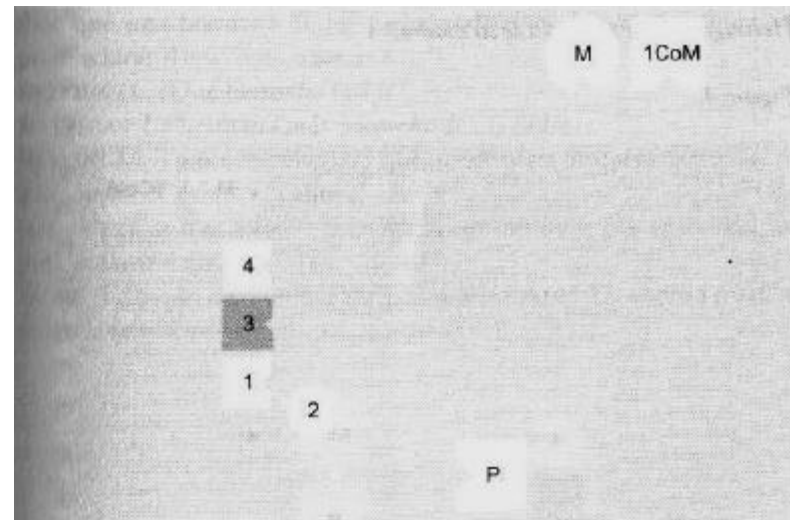
MADRE Es un reconocerse. Pero no al cien por cien.

HELLINGER *al primer compañero* ¿Para tí?

PRIMERCOMPAÑERODE LA MADRE Algo va surgiendo. *Se dirige a la madre con los brazos abiertos.* Sí que es muy fuerte. Siento calor de arriba a abajo.

HELLINGER *a la madre* Ponte a su lado.

Figura 3.



MADRE Sí, mejor así.

HELLINGER *a Matthias* Se ve el primer vínculo. Tú representas al compañero anterior. Así entras en conflicto con tu padre, porque representas a ese hombre desconocido. ¿Es así?

MATTHIAS *asiente con la cabeza* Sí.

HELLINGER ¿Qué pasó en la familia de tu padre?

MATTHIAS Todo el mundo tiene a su madre por una loca.

HELLINGER ¿Qué quiere decir «loca»?

MATTHIAS Tiene brotes de ansiedad que en parte parecen muy extraños. Por eso se habla de una manera muy despectiva de ella.

HELLINGER Pongámosla una vez.

MATIHAS ¿A la abuela ?

HELLINGER Sí.

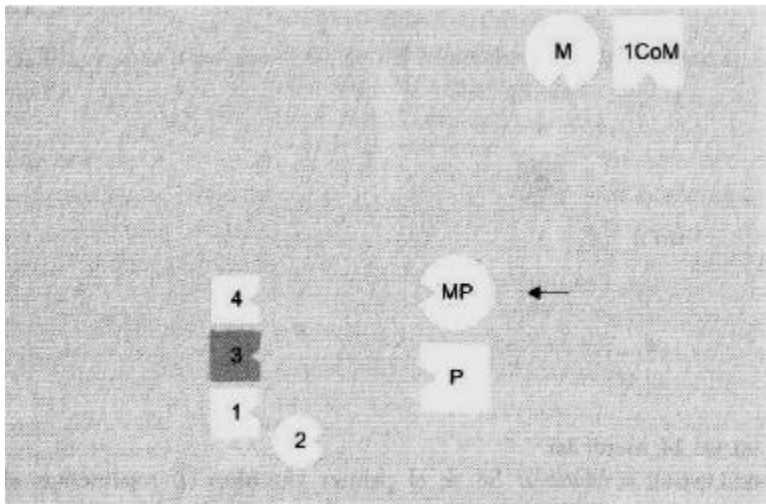
Matthias introduce a una representante para la abuela.

HELLINGER ¿Cómo se encontraba el padre antes de que apareciera su madre?

PADRE Ahora es horrible. Cuando la llamó y pasó a mi lado, tuve el impulso de girarme para no verla. Antes de que viniera no sabía para qué estaba aquí.

Hellinger lo pone al lado de su madre.

Figura 4.



Abreviaciones:

MP madre del padre

HELLINGER ¿Qué tal así?

PADRE Está mejor, pero hay algo que no va aquí.

HELLINGER *a la hija* ¿Qué ha cambiado para ti desde que está la abuela?

SEGUNDA HIJA No la quiero. Quisiera esconderme detrás de mi hermano o ponerme entre mis dos hermanos. Necesito una protección.

HELLINGER ¿A quién representa ella?

MATIHAS A la abuela.

HELLINGER Sí, a la abuela. ¿Tiene sentido?

Matthias hace un gesto afirmativo.

HELLINGER ¿Qué pasa con el padre del padre?

MATTHIAS También hay rumores. Aunque no supe nada concreto. Se dice que una hermana de mi padre podría ser de otro hombre. No pude aclarar si era cierto o no. HELLINGER ¿Qué hermana sería?

MATIHAS La hermana más pequeña de mi padre.

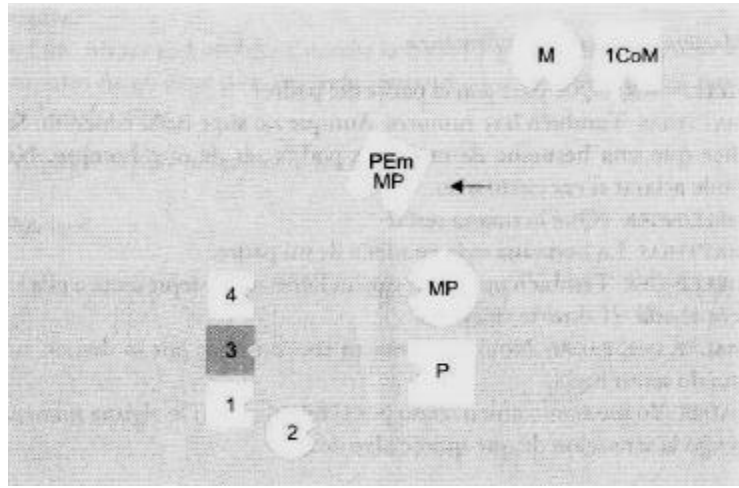
HELLINGER También puede ser que tu hermana la represente a ella. *a la abuela* ¿Cómo te va ahora?

MADRE DEL PADRE Noto un contacto con mi hijo; por lo demás, no puedo sentir nada.

PADRE Yo me siento amenazado por el hijo mayor. De alguna manera tengo la sensación de que quiere algo de mí.

Hellinger introduce a un representante para el hombre con el que la madre del padre posiblemente mantuvo una relación extramatrimonial.

Figura 5.



Abreviaciones:

PEmMP pareja extramatrimonial de la madre del padre

HELLINGER Tú serías el otro hombre del que nació la hermana más pequeña del padre. -¿Qué tal ahora?

PADRE Sí, mejor.

HELLINGER Sí, el hijo mayor lo representa.

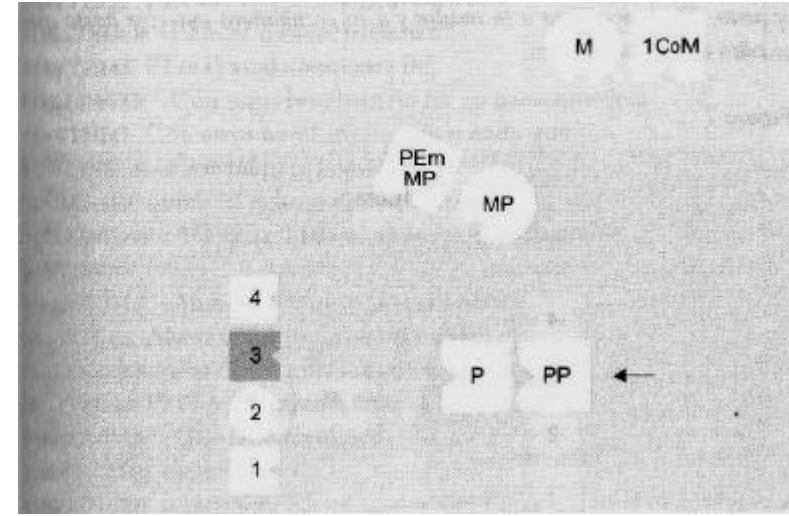
El primer hijo asiente con la cabeza.

HELLINGER a Matthias En vuestra familia, cada uno de vosotros tiene una determinada función de representante.

CUARTO HIJO Yo me encuentro muy mal. Siento un hormigueo en los pies y el corazón me late fuertemente. La garganta se me cierra. Se me nubla la vista.

Hellinger pone a la madre al lado de su compañero extramatrimonial. El padre es posicionado enfrente de sus hijos. Detrás de él se pone su padre.

Figura 6.



Abreviaciones: PP

padre del padre

HELLINGER al hijo mayor «Qué tal ahora?

BRIMERHIJO Mejor.

Hellinger posiciona a los hijos por edades.

HELLINGER al padre ¿Qué tal para ti ahora?

PADRE Está bien. Ahora puedo levantar la mirada y percibir a los hijos.

Ahora puedo estar un poco más por ellos. Antes tenía que mirar al suelo delante de mí.

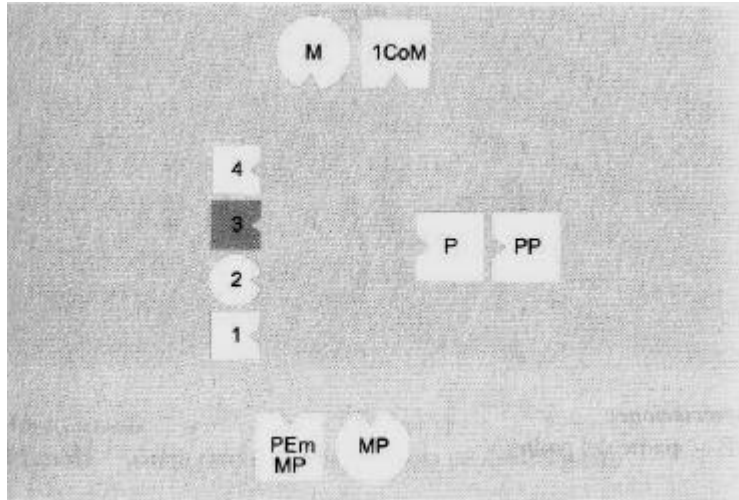
PRIMER HIJO Durante todo este tiempo tenía la sensación de que el padre se caería hacia delante, y yo, hacia atrás. Cuando vino el padre del padre, todo eso desapareció.

HELLINGER al representante de Matthias ¿Para ti?

TERCER HIJO Tenía síntomas muy fuertes en la zona del corazón. Desde que el padre del padre está detrás de él, me es más fácil respirar; el tórax se va abriendo.

Hellinger lleva a la madre del padre y al compañero de ésta hacia el lado opuesto. Después acerca a la madre y a su compañero anterior hasta que quedan a la vista de todos.

Figura 7.



HELLINGER *a Matthias* Ahora ponte en tu lugar. Mira a la madre.

¿Cómo solías decirle?

MATTHIAS Madre.

HELLINGER Dile: «Madre, de jo que te vayas.»

MATTHIAS *conmovido* Madre, de jo que te vayas.

HELLINGER «Yo me quedo con el padre.»

MATTHIAS *llorando* Yo me quedo con el padre.

HELLINGER «Este es el lugar correcto para mí.»

MATTHIAS *sollozando* Éste es el lugar correcto para mí.

HELLINGER *a Matthias* Ponte al lado del padre y díselo otra vez a la madre: «Dejo que te vayas.»

MATTHIAS *más sereno y claro* Madre, de jo que te vayas,

HELLINGER «Yo me quedo con el padre.»

MATTHIAS Yo me quedo con el padre.

HELLINGER «Éste es el lugar correcto para mí.»

MATTHIAS Éste es el lugar correcto para mí.

HELLINGER «El es el verdadero para mí.»

MATTHIAS Él es el verdadero para mí.

HELLINGER «Con otros hombres no tengo nada que ver.»

MATTHIAS Con otros hombres no tengo nada que ver.

HELLINGER ¿Qué tal para la madre?

MADRE Le quiero mucho, y es lo que toca.

HELLINGER *a Matthias* Mira al padre y dile: «Padre.»

MATTHIAS Padre.

HELLINGER «Ahora te tomo como mi padre.»

MATTHIAS Ahora te tomo como mi padre.

HELLINGER «Por favor, mírame como a tu hijo.»

MATTHIAS Por favor, mírame como a tu hijo.

HELLINGER ¿Qué tal para el padre?

PADRE Muy bien.

HELLINGER *a Matthias* Ahora vuelve a tu lugar en la fila de los hermanos.

¿Cómo te encuentras ahora?

MATTHIAS Mejor.

HELLINGER *indicando al padre* Aquí está la fuerza. Ahora aún haré un pequeño ejercicio contigo, como un extra, si quieres. Apóyate de espaldas contra el padre.

Matthias se apoya contra su padre. Detrás está el padre del padre.

HELLINGER Deja los ojos abiertos y mira al mundo. *al cabo de un tiempo*

¿Está bien así?

MATTHIAS *sonríe y hace un gesto afirmativo* Bien.

HELLINGER Ya está.

Después de una ronda

MATTHIAS Me doy cuenta de que la fuerza viene del padre. A este depósito aún me tengo que acercar.

DANIELA mí me hace feliz la constelación. Primero, que la madre

dijera que le quiere; eso me abrió el corazón. Segundo, cuando detrás de él vi a dos hombres a la vez, a su padre y a su abuelo. La fuerza que emana de estos dos hombres es algo bello. Ya no tengo que ser yo quien le da esta fuerza a Matthias; ya la recibe de su padre.

HELLINGER a Daniela Incluso recibes fuerza de él.

DANIELA Sí, exacto. Eso es muy bonito.

No hay ninguna edición mejor del compañero

DANIELA Hay algo que me preocupa. Cuando, durante una de las rondas, a una pareja les dijiste que en el compañero había que aceptar también a los padres de éste, me di cuenta de que secretamente les guardo rencor a los padres de Matthias, porque pienso que ellos tienen la culpa. Cuando algo no va bien con Matthias pienso: «Porque sus padres fueron de aquella manera, él ahora es así.»

HELLINGER Sí, exacto. Porque sus padres fueron de aquella manera, él es así. Y porque tus padres fueron de aquella manera, tu eres así.

Daniela y Matthias asienten.

DANIELA Lo sé.

HELLINGER No hay ninguna edición mejor que la que está aquí.

Matthias y Daniela se miran a los ojos y se ríen.

HELLINGER De él no hay ninguna edición mejor; la mejor ya la tienes.

DANIELA Sí.

Continuación de Daniela, página 169

La separación

STEFFEN Mi esperanza para este taller es la de encontrar más claridad, de si para mí el camino sigue solo o acompañado.

HELLINGER ¿Estáis casados?

STEFFEN No, pero en estos momentos hablamos mucho de separarnos.

HELLINGER ¿Cuánto tiempo lleváis juntos?

STEFFEN Cinco años.

HELLINGER Ya te has decidido.

Durante un tiempo en silencio, Steffen y su compañera asienten ligeramente.

HELLINGER ¿Te das cuenta?

STEFFEN No realmente.

HELLINGER Te has decidido.

SABINE Para mí, en el fondo se trata de lo mismo. No encuentro ningún sí claro, ni tampoco ningún no claro. Sería eso lo que desearía.

HELLINGER Me parece que también tú te has decidido ya.

SABINE Pero tengo algo ...

HELLINGER ¿Ha pasado algo importante entre vosotros dos?

Sabine rompe a llorar.

HELLINGER Lo dejo aquí, ¿de acuerdo?

Sabine asiente con la cabeza.

HELLINGER Volveré con vosotros más tarde.

Después de otra ronda

Cuando un compañero rechaza el deseo del otro de tener hijos

STEFFEN Yo estoy sereno solamente hacia fuera; interiormente estoy en ebullición.

SABINE A mí me va dando vueltas tu pregunta de antes, de si pasó algo. Antes, en un primer momento no se me ocurría nada. No hubo ningún suceso especial que fuera dramático. En un principio tuve dificultades para buscar un punto fijo en sí. Pienso que es una suma de muchas heridas.

HELLINGER Es un suceso incisivo.

SABINE No llego ahí. En el fondo comenzó en el momento en que yo empecé a desear un hijo.

HELLINGER ¿Cómo reaccionó el?

SABINE Con un fuerte rechazo.

HELLINGER Sí, éste es el final de la relación. Éste es el resultado. Es justo este punto. Ésta es la herida.

Sabine hace un gesto afirmativo. Más tarde, también Steffen asiente con la cabeza.

Dos días más tarde

En la mayoría de los casos es justo al revés de lo que se dice

SABINE Esta mañana me desperté con la idea de que en el fondo era yo la que no quería tener ningún hijo. Ha sido así durante los últimos años. Sólo por unos meses fue diferente.

HELLINGER Eres muy sincera. Eso es lo sanador. En mi trabajo he descubierto algo muy importante: casi siempre es al revés de lo que se dice.

SABINE ¿Quieres decir que en el fondo sí que deseo tener un hijo?

HELLINGER No. Dijiste que Steffen no quería tenerlo. Ahora acabas de ver que fue al revés. Una vez se ve así, se llega a un nivel mejor. Así se acaba la superioridad y cada uno permanece en un nivel humano. Partiendo de este nivel se puede hablar de igual a igual.

SABINE Pero ahora tengo la sensación de que no es igual. Porque Steffen en el fondo sí que desearía tener hijos.

HELLINGER Sí, ahora te toca a ti.

Sabine se ríe.

HELLINGER ¿De acuerdo?

SABINE No, porque al principio de este curso dijiste que en un caso así la relación se acaba.

HELLINGER *risueño* ¿Desde cuándo se me puede atar con mis propias palabras?

Sabine y Steffen se ríen.

HELLINGER ¿Qué habría pasado si ayer me hubiera dejado atar por ti? No habría ocurrido absolutamente nada. Dado que una y otra vez desisto de mis propias palabras, las cosas ocurren. Son impulsos que voy dando. Ahora tienes una nueva comprensión, una base nueva. Ahora esperáis -esperas tú y espera él- hasta que el alma esté clara. Eso puede tardar un tiempo, no hay ninguna prisa. No hace falta ninguna decisión, por así decirlo. En este nivel, las cosas simplemente surgen.

porque no hay ninguna lucha. Pero antes de tener el hijo, una posibilidad sería la de casarse.

Sabine y Steffen se ríen.

Algo más tarde

Steffen: «Con Papá puedo quedarme» La familia de origen

STEFFEN Me siento un poco fuera de lugar aquí. Me resulta difícil ver a todas estas parejas. Siento una absoluta falta de relación; eso lo veo muy claramente.

HELLINGER *a Steffen y Sabine* Venid aquí a mi lado, los dos. ¿Queréis que hagamos algo?

STEFFEN Sí

HELLINGER Pienso que estás maduro ahora.

Steffen sonríe.

HELLINGER ¿Qué ocurrió en tu familia de origen?

STEFFEN Mi madre, desde hace treinta años tiene depresiones fuertes. Durante mucho tiempo, mi papel fue el de aliviarle esta suerte.

HELLINGER Una vez, un conocido me contó una pequeña historia. Un hombre tenía un amigo que cayó gravemente enfermo. El enfermo se puso en cama. El otro, preocupado por él, permaneció al lado de su cama durante toda la noche, y a la mañana siguiente murió. Aquel, sin embargo, que había estado en cama, se volvió a levantar.

Steffen sonríe y asiente con la cabeza.

HELLINGER ¿Te dice algo?

STEFFEN Sí.

HELLINGER ¿Qué pasó con tu padre?

STEFFEN La sensación es que no estaba. Mi padre me miró por primera vez a los siete días de nacer. Cuando me enteré, me hirió mucho la idea de que no me quisiera ver antes.

HELLINGER ¿Conoces la realidad? ¿Sabes qué pasó en aquel entonces? Quizás hubiera algo que se lo impidiera. Podría ser. ¿En qué año naciste?

STEFFEN En 1962.

HELLINGER ¿A qué se dedica tu padre profesional mente?

STEFFEN Ahora está a punto de jubilarse.

HELLINGER ¿Cuál es su profesión?

STEFFEN Ingeniero industrial.

HELLINGER ¿Tenía que viajar?

STEFFEN No, en aquel entonces tenía una cátedra en la misma ciudad. Mis padres no tuvieron otras relaciones antes y siguen viviendo juntos.

HELLINGER En aquel entonces, ¿tus padres estaban casados?

STEFFEN Cuando me engendraron a mí, aún no estaban casados; se casaron por mí. Pero me aseguraron que de todas formas lo hubieran hecho.

HELLINGER ¿Y tú te lo creíste?

STEFFEN Sí.

HELLINGER a la *compañera de Steffen* ¿Se lo creyó?

SABINE mirándole a *Steffen a los ojos* Ya he oído otras versiones también.

Steffen hace un pequeño gesto afirmativo.

HELLINGER a *Steffen* No te lo creíste. De lo contrario, no te hubieras sentido tan responsable de tu madre. Te explicaré lo que ocurre cuando los padres se casan por obligación. Cuando un matrimonio se contrae por obligación y uno de los padres está infeliz o depresivo, el hijo se siente culpable. ¿Sabes cuál sería la solución?

STEFFEN Tengo que admitir que no he podido escuchar esto último; estaba en otra parte.

HELLINGER No importa, el alma ya lo escuchó.

STEFFEN Entonces confiaré en ella.

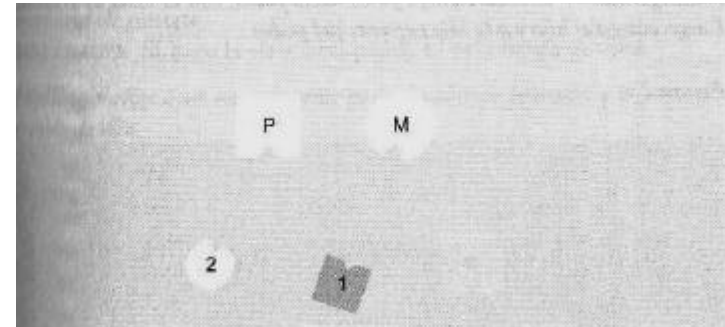
HELLINGER Configuraremos tu familia de origen, así lo veremos aún mejor.

¿Tienes más hermanos?

STEFFEN Una hermana menor.

HELLINGER Configúralo: padre, madre, tú y la hermana menor.

Figura 1.



Abreviaciones:

P	padre
M	madre
1	primer hijo (= Steffen)
2	segunda hija

HELLINGER a *Steffen* Tu padre o tu madre, ¿tuvieron alguna relación vinculante antes?

STEFFEN No.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra el padre?

MADRE No siento ninguna relación especial con nadie. Me siento aislado.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la madre?

MADRE Me duelen los riñones en el lado izquierdo. Cuando se puso mi pareja aquí a mi derecha, empezó a dolerme la espalda en el lado derecho. El corazón me late muy fuertemente,

HELLINGER ¿Y cómo te encuentras?

MADRE Tengo problemas con los hijos.

HELLINGER al representante de *Steffen* ¿Cómo te encuentras tú?

PRIMER HIJO Me siento como un saco.

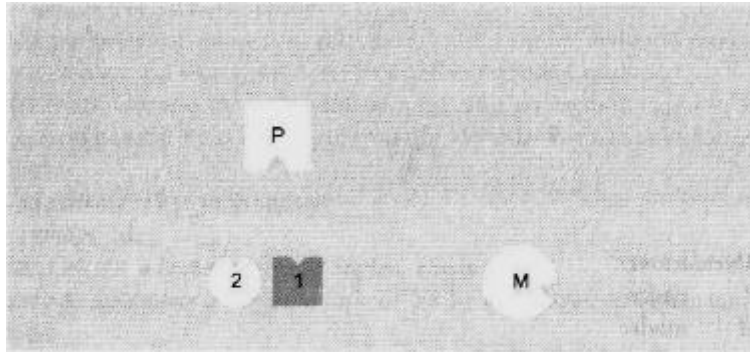
HELLINGER a la *hija menor* ¿Cómo te va a ti?

SEGUNDA HIJA Me late el corazón. Hacia el hermano siento un poco de calor. Pero hacia los padres no hay absolutamente nada.

PRIMER HIJO A mí también me late el corazón.

Hellinger lleva a la madre cinco pasos hacia fuera, con la vista apartada. Luego coloca al hijo y a la hija enfrente del padre.

Figura 2.



HELLINGER *a la madre* ¿Qué tal así?

PADRE Ahora siento que éstos son mis hijos. Es mejor así.

HELLINGER *a representante de Steffen* ¿Cómo te encuentras tú?

PRIMER HIJO Me siento más ligero, aliviado, agradable.

HELLINGER *a la hermana* ¿Para ti?

SEGUNDA HIJA También mejor.

HELLINGER *a Steffen* ¿"Qué te parece?

STEFFEN *desconcertado* ¿Sí?

HELLINGER La madre quiere marcharse y tú quieres impedirselo.

MADRE Me gustaría irme hacia este centro de flores tan precioso que tengo delante. *(La madre está orientada hacia una pared bellamente decorada con flores.)* Eso sería lo mío.

HELLINGER Éste es el anhelo del cielo. *a Steffen* ¿Qué pasó en la familia de origen de tu madre?

STEFFEN El padre de mi madre murió en la guerra, cuando ella tenía tres años,

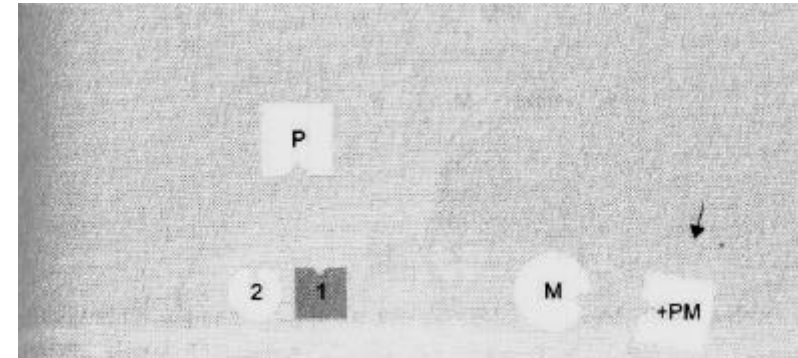
HELLINGER Eso es. Ella quiere ir con su padre.

STEFFEN Aún hay algo más. Su hermana mayor fue atropellada por

un camión el mismo día que mi madre cumplió diez años. Desde entonces, el cumpleaños de mi madre en el fondo se celebra como un aniversario de muerte, HELLINGER Sí, pero la clave es el padre. Él es la figura decisiva.

Hellinger elige a un representante para el padre de la madre y lo pone enfrente de ella.

Figura 3.



Abreviaciones:

+ PM padre de la madre, murió en la guerra cuando ella tenía tres años

HELLINGER *a la madre* ¿Qué tal para ti ahora?

MADRE Me tapa las flores de allá atrás. Es difícil ver al padre en él.

HELLINGER *a la madre* ¿Cómo te encuentras tú?

PADRE DE LA MADRE Yo sí que tengo una relación con ella, una relación padre-hija.

A continuación, Hellinger pone a la madre a la izquierda de su marido, y a su padre, al lado de ella.

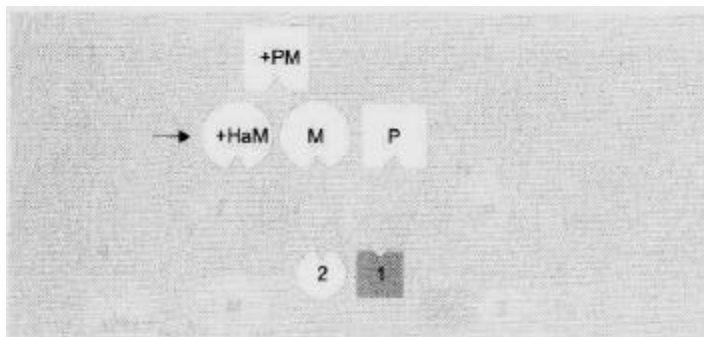
HELLINGER *a la madre* ¿O debería estar detrás de ti? ¿Qué es mejor?

MADRE ¿Podríamos probarlo?

HELLINGER Sí.
MADRE Detrás de mí está mejor.

Hellinger aún introduce a una representante de la hermana de la madre, que murió en accidente, colocándola al lado de la madre. Después pone al padre detrás de sus dos hijas.

Figura 4.



Abreviaciones:

+ HaM hermana de la madre, murió en accidente

HELLINGER a la madre ¿Cómo te va ahora?

MADRE Hacia el padre y hacia mi hermana tengo una relación muy fuerte. Ahora puedo percibir también a los hijos que tengo delante.

HELLINGER ¿Qué tal el marido?

PADRE La buena sensación se mantiene.

HELLINGER No pasa nada si te acercas un poco más a tu mujer.

El marido se acerca medio paso a su mujer.

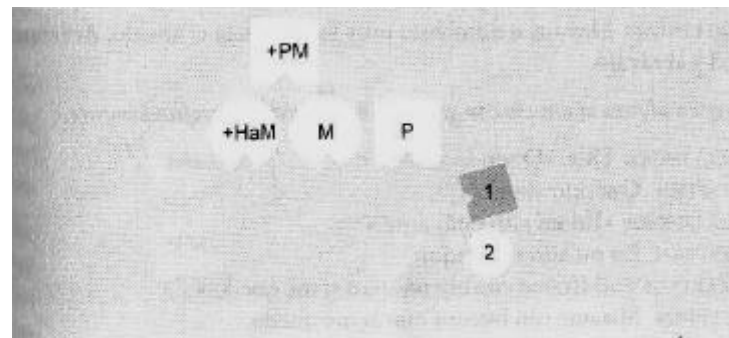
PADRE Ahora es una sensación de familia.

HELLINGER al representante de Steffen ¿Para ti?

PRIMER HIJO Cuando la madre vino aquí, el corazón me volvió a latir con más violencia. Pero a pesar de todo es agradable.

HELLINGER al representante de Steffen y a su hermana Vosotros dos te-néis que ponerlos al lado del padre ahora. Tenéis que pasar a la esfera del padre porque el sistema de la madre está lastrado.

Figura 5.



HELLINGER al padre ¿Cómo te encuentras con los hijos a tu lado?

PADRE Bien.

PRIMER HIJO Bien.

HELLINGER a la hija menor ¿Cómo te encuentras tú?

SI GUNDAHIJA Mejor.

A continuación, Steffen ocupa su propio lugar.

HELLINGER a Steffen Tienes que mirarlos a todos.

STEFFEN Es una buena sensación, la sensación que aquí me puedo quedar. Me siento arropado y sostenido.

HELLINGER Díselo a la madre: «Aquí me puedo quedar.» Y mírala al decirlo.

STEFFEN Aquí me puedo quedar.

HELLINGER «Al lado de Papá me puedo quedar.»

STEFFEN Al lado de Papá me puedo quedar.

HELLINGER «Mírame con buenos ojos si me quedo con Papá.»

STEFFEN Mírame con buenos ojos si me quedo con Papá.

HELLINGER ¿Cómo le va a la madre si oye esto?

MADRE Es un gran alivio.

Hellinger lleva a Steffen delante de su abuelo.

HELLINGER Mira al abuelo. Inclínate ante él y dile: «Querido abuelo, te doy la honra.»

STEFFEN *tras un silencio* Querido abuelo, te doy la honra.

Steffen está muy conmovido.

HELLINGER Hay un sentimiento muy fuerte hacia el abuelo. Acércate a él y abrázalo.

Steffen abraza al abuelo con gran cariño, respirando profundamente.

HELLINGER Dile: «Querido abuelo.»

STEFFEN Querido abuelo.

HELLINGER «En mí aún estás aquí.»

STEFFEN En mí aún estás aquí.

HELLINGER «Mírame con buenos ojos si me quedo.»

STEFFEN Mírame con buenos ojos si me quedo.

HELLINGER ¿Qué tal el abuelo?

PADRE DE LA MADRE Yo siento otra cosa.

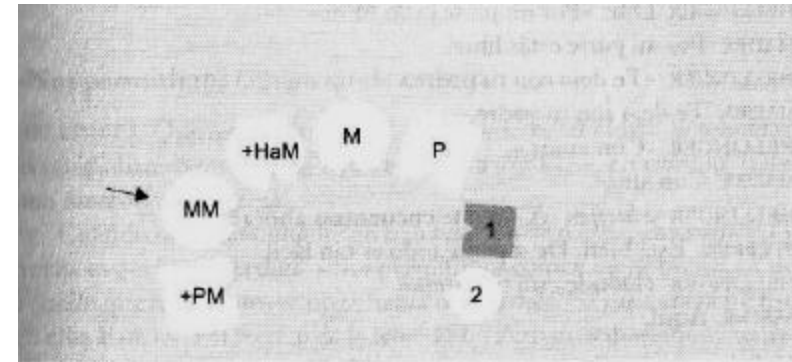
HELLINGER ¿Que sientes?

PADRE DE LA MADRE Más bien siento una aversión. Tengo la sensación de que le he quitado la madre.

STEFFEN De repente vi a mi abuela delante de mí, y mi sensación fue la de: «No sé si me lo permite.» Porque a veces mi abuela me mira con tanto anhelo, y en esos momentos siempre me dice: «Eres como mi marido.» Es algo que supone una gran carga para mí. Tengo que representar al marido para mi abuela. Noto que esto se interpone aquí.

Hellinger elige a una representante de la abuela y la pone al lado de su marido. Después pone a Steffen al lado de su padre.

Figura 6.



Abreviaciones:

MM madre de la madre

HELLINGER *a Steffen* Dile a la madre: «Por mucho que hubiera en tu familia, yo me quedo con el padre.»

STEFFEN Querida madre, por mucho que hubiera en tu familia, yo me quedo con el padre.

HELLINGER Ahora díselo también al abuelo: «Yo me quedo con el padre.»

STEFFEN Querido abuelo, yo me quedo con mi padre,

HELLINGER Díselo también a la abuela.

Steffen vacila.

HELLINGER Di: «Yo me quedo con mi padre.»

STEFFEN Yo me quedo con mi padre.

HELLINGER «Éste es el lugar bueno para mí.»

STEFFEN Éste es el lugar bueno para mí.

HELLINGER ¿Qué tal ahora para el abuelo?

PADRE DE LA MADRE t Bien.

HELLINGER ¿Para la abuela?

La abuela hace un gesto afirmativo.

HELLINGER ¿Para la madre?

MADRE Siempre tenía la sensación de que el hijo lo hacía por mí.

HELLINGER Dile: «Por mi parte estás libre.»

MADRE Por mi parte estás libre.

HELLINGER «Te dejo con tu padre.»

MADRE Te dejo con tu padre.

HELLINGER «Con amor.»

MADRE Con amor.

HELLINGER *a Steffen* ¿Cómo te encuentras ahora?

STEFFEN Está bien. De repente todo es tan fácil.

HELLINGER *i* ¿Dónde está tu pareja?

SABINE Aquí.

Hellinger pone a Sabine a unos pasos de Steffen, enfrente de él. Los dos se miran a los ojos.

HELLINGER *a Steffen* Dile: «Me quedo. Ahora me quedo.»

STEFFEN Ahora me quedo.

HELLINGER *a Sabine* ¿Cómo te encuentras al oír eso?

SABINE *llorando* No me lo puedo creer.

STEFFEN Me doy cuenta de que ...

HELLINGER *a Steffen* No, deja. Estoy con ella ahora. No tiene nada que ver contigo; tiene que ver con ella.

tras un silencio, a Sabine ¿Alguna vez ya estuviste enamorada de él?

SABINE Sí.

HELLINGER ¿De verdad?

Sabine se ríe relajada y abiertamente.

HELLINGER Simplemente podrías recordarlo ...

sonriente, a Steffen Te diré algo: con ella puedes perpetuar la preocupación por tu madre.

a Sabine De la misma manera que tuvo que cuidarse de su madre durante treinta años, también lo hace contigo. ¿Quieres que lo haga?

SABINE No.

HELLINGER ¿Y qué dices ahora?

SABINE *a Hellinger, después de mirar a Steffen largamente* No lo sé.

HELLINGER Aquí lo interrumpo. Más tarde tendré que trabajar con Sabine aparte. *a Steffen* Quédate en tu buena posición. Allí hay fuerza. ¿De acuerdo?

Sabine y Steffen se miran con un gesto afirmativo y se sientan.

«Nos permitimos comenzar de nuevo»

HELLINGER Quisiera confiaros un secreto de la felicidad: la felicidad es olvidadiza. No recuerda lo de antes. La desdicha, en cambio, tiene una memoria muy larga.

Cuando hubo dificultades en una relación de pareja, una regla muy buena es que la pareja diga: «Nos permitimos comenzar de nuevo.» Y de aquello que hubo antes ya no se habla nunca más. Ni siquiera se piensa en ello. Éste sería el secreto de la felicidad. -Pero es demasiado sencillo.

Steffen, Sabine y las demás parejas se ríen.

SABINE *sonriente* Es lo que a mí me parece.

Un día más tarde

Las soluciones simples muchas veces se viven como una ofensa

STEFFEN Pensando en la constelación de ayer, me doy cuenta de que hay algo que contradice de mi concepto vital, porque fue tan sencillo.

HELLINGER Exacto.

STEFFEN Siempre veo todo tan complicado y ...

HELLINGER Si quieres, también puedo hacerlo de manera complicada. A veces lo hago cuando uno quiere dar algún rodeo. Es casi una ofensa que sea tan simple.

STEFFEN Sí, porque pone en cuestión todo lo que hubo antes.

HELLINGER Uno se da cuenta de que hubo tanto que fue en vano. Después de la primera Guerra Mundial hubo la moneda de inflación. Por un billete de diez mil millones de marcos se podía comprar un panecillo. Algunas personas conservaron esos billetes diciendo: «En algún momento volverá a tener valor».

Steffen se ríe y asiente con la cabeza.

Algunas parejas emplean sus sueños para hacerle una mala jugada al otro

SABINE También yo me quedé muy sorprendida de lo fácil que fue todo en la constelación de Steffen; porque siempre partía de la idea de que...

HELLINGER ¡No lo repitas! ¡Por Dios!

Sabine se ríe.

SABINE Fue una sensación como que al final la culpa sí que era mía.

HELLINGER Sí, es tuya. Eso quedó absolutamente claro ayer: él estaba dispuesto y tú lo rechazaste.

Sabine hace un ligero gesto afirmativo.

HELLINGER Te diré un secreto: dos pecadores se entienden mejor. Ayer contaste que él te hirió en aquel entonces.

SABINE Mhm.

HELLINGER Ayer le heriste tú. Ésta fue la compensación. Ahora podéis empezar de nuevo.

SABINE Me doy cuenta de que llevo ya mucho tiempo pensando en la separación, y en el fondo estoy a punto de marcharme ya. Pero no puedo marcharme.

HELLINGER ¿Sabes por qué?

SABINE No.

HELLINGER Ya te lo dije: le debes algo.

SABINE No sé qué. Esta noche tuve dos sueños en los que ...

HELLINGER *la interrumpe* Te diré algo de los sueños: no son más que sueños. Algunos emplean sus sueños para hacerle una mala jugada al otro diciendo: «Soñé contigo, que hiciste esto o lo otro ...» Lo toman como una revelación divina. La mayoría de los sueños de otros, si se cuentan, son un truco astuto. No tienen nada que ver con la otra persona; sólo con uno mismo.

SABINE Eso ya lo sé. Tampoco lo quería contar así ahora.

HELLINGER Bien.

SABINE En el primer sueño se derrumbó una casa antigua y yo me sentía responsable de reconstruirla. En el otro sueño fue una escalera que ya era vieja y había sido reparada, y yo la estropeé. Me sentía responsable,

pero me di cuenta de que no tenía ningunas ganas de reconstruirla.

HELLINGER Te diré algo de los sueños: lo que cuenta es la primera frase. ¿Cuál fue la primera frase? La casa se derrumbó. Punto. Éste es el sueño. El sueño es efectivo si te quedas con la primera frase, ¿de acuerdo?

SABINE Me gustaría trabajar hoy, porque tengo la sensación de que...

HELLINGER No estoy seguro de si es lo que toca.

SABINE Tengo la sensación de que hay algo que no entiendo.

HELLINGER *al cabo de unos instantes* Haré una prueba muy sencilla para ti. Imagínate las dos situaciones: primero, que trabajo contigo; segundo, me niego a hacerlo, pero con la mirada puesta en ti. ¿Cuándo eres más fuerte? ¿Si lo hago o si no lo hago?

SABINE Si lo haces.

HELLINGER No, si no lo hago. Ése es el desafío mayor. También me pregunto a mí mismo: ¿cuándo soy más fuerte? No en un sentido de superioridad, sino ¿cuándo guardo mi dignidad? ¿Si lo hago o si no lo hago? Para mí está clarísimo. Guardo mi dignidad, conservo mi fuerza si no lo hago. De lo contrario, me dejo utilizar para algo de lo que de entrada veo que no tiene ningún sentido.

Sabine asiente con la cabeza.

Algo más tarde

Sabine: «Mamá, mi lugar es a tu lado» La familia de origen

HELLINGER De acuerdo, podemos seguir trabajando.

a Sabine Haré una constelación contigo.

SABINE *sorprendida* ¿Yeso?

HELLINGER Como ves, siempre puedo darte alguna sorpresa.

Sabine se ríe.

HELLINGER De acuerdo, configura tu familia de origen. ¿Cuántos hijos sois?

SABINE Ocho.

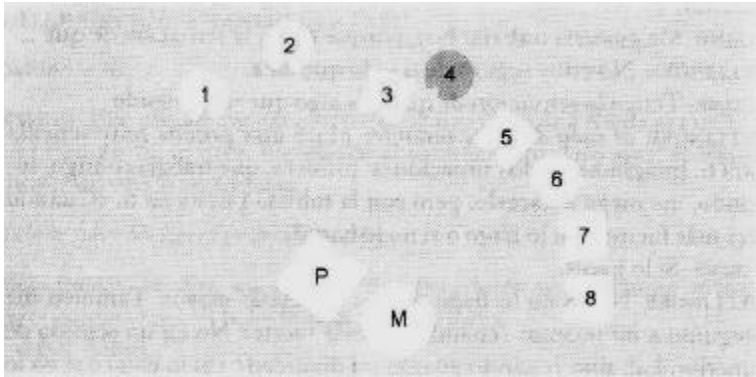
HELLINGER ¡Ocho hijos! ¿Qué lugar ocupas tú entre los hermanos?

SABINE Soy la cuarta.

HELLINGER ¿Acaso hubo algún hijo que murió?

SABINE No, hubo un aborto espontáneo en el tercer mes de embarazo

Figura 1.



Abreviaciones:

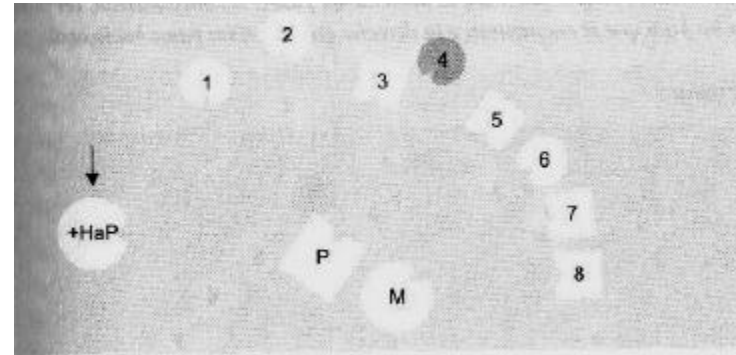
- P padre
- M madre
- 1 primera hija
- 2 segunda hija
- 3 tercer hijo
- 4 **cuarta hija (= Sabine)**
- 5 quinto hijo
- 6 sexta hija
- 7 séptimo hijo
- 8 octavo hijo

HELLINGER a Sabine ¿Hubo algo especial en la familia de tu padre?

SABINE Eran tres hermanos. Su hermana menor se murió con cinco años.

HELLINGER ¿A quién representas tú? Mira la constelación. Pon también a una representante para la hermana menor del padre.

Figura 2.



abreviaciones:

+ HaP hermana del padre, murió a la edad de cinco años

HELLINGER a la representante de Sabine ¿Cómo te encuentras tú?

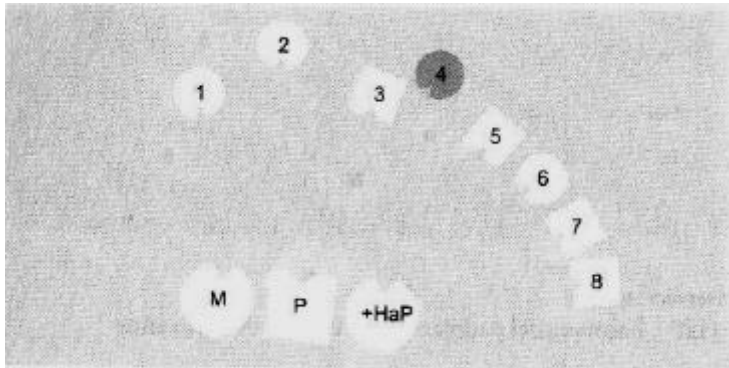
CUARTA HIJA Tengo las manos eléctricas, como si me pasara corriente. A los hermanos no los percibo realmente. Aquí hay una tensión extraña. Desde que vino la hermana del padre, intento ver algo por entremedio de mis hermanos, hila es interesante, pero tampoco la miro directamente, sólo a medias, un poquito.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra el padre?

PADRE Lo más interesante son los hijos a mi izquierda. A la derecha me entró calor cuando vinieron los hijos. En general, me encuentro bien. Cuando la hermana muerta se puso cerca de mí, me entró un escalofrío. Cuando la puso unos pasos más hacia atrás, la sensación fue neutra.

Hellinger les indica al padre y a la madre que cambien sus lugares. Después pone a la hermana muerta a la derecha del padre. A continuación, les pide a los hijos que se encuentran a la derecha que den unos pasos hacia atrás.

Figura 3.



HELLINGER Qué ha cambiado para el padre?

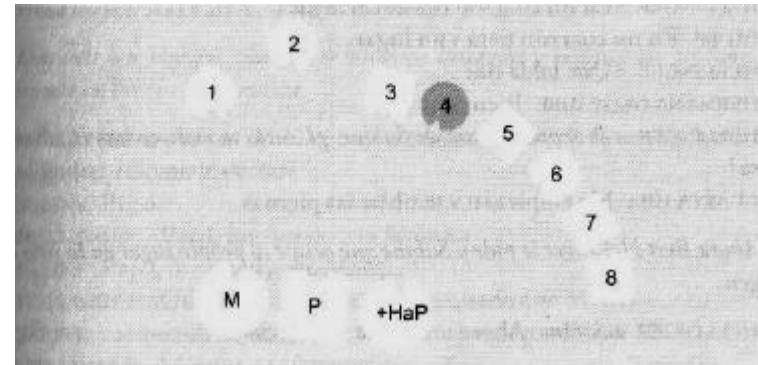
PADRE Es agradable.

HELLINGER a la representante de Sabine ¿Para ti?

CUARTA HIJA Ahora siento la necesidad de mirar al padre, a la madre y a la hermana muerta del padre.

Hellinger lleva a la representante de Sabine unos pasos hacia delante.

Figura 4.



CUARTA HIJA Me duele mirar a la tía muerta. *Se conmueve.* Quisiera correr hacia ella; me siento atraída por ella.

HELLINGER Hazlo. Ponte delante de ella y dile: «Querida tía.»

CUARTA HIJA *después de acercarse a la tía* Querida tía.

HELLINGER «En mi corazón tienes un lugar.»

CUARTA HIJA En mi corazón tienes un lugar.

HELLINGER «Mírame con buenos ojos si me quedo.»

CUARTA HIJA Mírame con buenos ojos si me quedo.

HELLINGER «Por favor.»

CUARTA HIJA Por favor.

HELLINGER ¿Qué tal para la tía?

hermana del padre t Una sensación de felicidad total.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra el padre?

PADRE Igual que ella.

Hellinger nuevamente lleva a la representante de Sabine a su lugar en la fila de los hermanos.

HELLINGER al padre Dile a tu hermana: «Ésta es mi mujer y éstos son todos mis hijos.»

PADRE Ésta es mi mujer y éstos son todos mis hijos.

HELLINGER «Ocho hijos.»

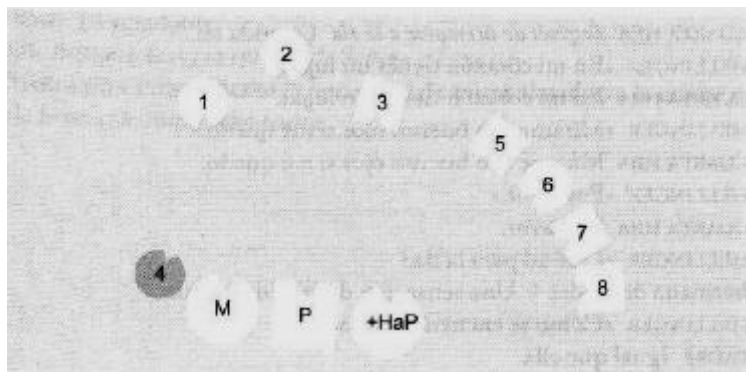
PADRE. Ocho hijos.
 HELLINGER «Míranos con buenos ojos.»
 PADRE Míranos con buenos ojos.
 HELLINGER «En mi corazón tienes un lugar.»
 PADRE En mi corazón tienes un lugar.
 HELLINGER ¿Qué tal la tía?
 HERMANA DEL PADRE Bien.
 HELLINGER *a la representante de Sabine* ¿Cómo te encuentras tú ahora?
 CUARTA HIJA Me empiezan a temblar las piernas.

Ahora Bert Hellinger le pide a Sabine que ocupe su propio lugar en la imagen.

HELLINGER *a Sabine* Ahora te enseño la solución.

Bert Hellinger la lleva al lado de su madre, de su padre y de la hermana muerta del padre.

Figura 5.



Sabine llora, profundamente conmovida.

HELLINGER Mira a la madre y dile: «Mi lugar es aquí, a tu lado.» *Sabine sigue llorando y baja la cabeza.* Mírala. ¿Cómo le solías decir?

SABINE Mamá. HELLINGER Dile: «Mamá, mi lugares aquí, a tu lado.»

SABINE *llorando* Mamá, mi lugar es aquí, a tu lado.

HELLINGER «Sujétame para que me quede.»

SABINE Sujétame para que me quede.

HELLINGER *a la madre* Cógela en brazos.

Durante un tiempo, Sabine permanece llorando y respirando profundamente en brazos de su madre.

HELLINGER *a Sabine* Ahora ponte otra vez al lado de la madre y mira al padre. ¿Cómo le decías?

SABINE Papá.

HELLINGER «Papá, me quedo con Mamá.»

SABINE Papá, me quedo con Mamá.

HELLINGER «Quiero a tu hermana y me quedo con Mamá.»

SABINE *conmovida* Quiero a tu hermana y me quedo con Mamá.

HELLINGER «Mírame con buenos ojos.»

SABINE Mírame con buenos ojos.

HELLINGER ¿Qué tal para el padre?

PADRE. Bien.

HELLINGER Dile a tu hija: «Tu lugar es al lado de Mamá.»

PADRE Tu lugar es al lado de Mamá.

HELLINGER *a Sabine* Y ahora vuelve con los hermanos. ¿Cómo te encuentras ahora ?

SABINE *aliviada* Otra vez puedo respirar.

HELLINGER Exacto. Creo que ya está.

Disolver la identificación

HELLINGER *a Sabine* Aún quisiera explicar algunos detalles al respecto.

Un sistema familiar necesita estar completo. Es decir, cada uno que forma parte tiene que tener su lugar en el sistema; tiene que tener el mismo derecho a la pertenencia. Cuando un hijo muere a una edad tan temprana, como por ejemplo la hermana de tu padre, ese hijo frecuentemente es olvidado o ya no se le cuenta entre los demás hermanos; o falta el amor; o no se realizó la despedida. Si es así, más tarde, otro miembro de la familia representará a esa persona para que no desaparezca sin más. Es decir, existe una tendencia a restablecer el estado

completo, al menos de una forma sustitutiva. Así, pues, son personas inocentes las que sirven para este fin. sin que haya nadie culpable ni nadie que lo quiera. Nadie obliga a la persona a hacerlo ni tampoco se le dice. Es algo que surge de lo más hondo. Así se da este tipo de identificación. En consecuencia, tú sientes igual que la hermana de tu padre. Te marginas como si no formarás parte, igual que lo hiciste aquí. No puedes dirigirte abiertamente a otros, porque no te sientes perteneciente. Este es el contexto, ésta es la identificación.

La pregunta es: ¿cómo se disuelve esto? La identificación hace que yo sea como la otra persona, pero no la veo, porque soy como ella. Por tanto, al trabajar con una constelación, ponemos a esa persona enfrente de la persona que la imita. Es decir, pusimos a tu tía delante de ti, para que la vieras. Y ahora el amor fluye, de ti hacia ella. Este amor disuelve la identificación.

Éste sería el primer paso. Pero aquí no sería suficiente; hay que dar otro paso más hacia la solución. Cuando la hija está identificada con la hermana muerta del padre, yo la saco de la esfera de la familia del padre para pasarla a la esfera de la madre. También así se disuelve la identificación. Para la chica es un ámbito especialmente bueno encontrarse al lado de la madre.

Una vez arreglamos esto, puedes estar entre tus hermanos y quedas libre. - Pero sólo si lo quieres.

Sabine se ríe y asiente con la cabeza.

Cuando las parejas descubren las implicaciones en las familias de origen, les resulta más fácil actuar

SABINE Aún estoy muy emocionada por mi constelación. Es algo tan nuevo. Tengo la sensación de que necesito tiempo para acostumbrarme a esta nueva visión.

HELLINGER ¿Conoces mi historia del esquimal?

SABINE No.

HELLINGER El esquimal se fue de vacaciones al Caribe. -Acabó acostumbrándose.

Sabine y Steffen se ríen.

STEFFEN Empiezo a pensar qué pasará con nosotros ahora. Noto que hubo la historia de mi origen, hubo la historia familiar de ella, y ahora ¿qué? Sí, ahora ¿qué?

HELLINGER Se ve lo mucho que las implicaciones en las respectivas familias de origen influyen sobre las relaciones de pareja, y también las frenan. Una vez la pareja ha visto lo que hay en ambas familias de origen, también se pueden comprender de otra manera totalmente distinta. Quizás sólo entonces se pueda comprender correctamente al otro, porque antes no se le veía del todo bien. Sea cual sea vuestra decisión entonces, partís de una imagen más clara.

La pregunta del porqué

STEFFEN Me va bien mientras no ponga en marcha la cabeza. La cabeza siempre quiere hacer un montón de preguntas y tener un montón de respuestas. Pero si lo dejo estar, tengo la sensación de que está bien así.

HELLINGER Lo que acabas de describir es el apartarse del yo para dirigirse al alma. El alma no necesita respuestas. Sabe exactamente cómo se mueve. Frecuentemente pretendemos dirigir o controlar aquello que pasa en el alma. Entonces el alma se retira de nuevo. El alma sabe más que la cabeza. Eso no quiere decir que desconectemos la cabeza, eso sería una tontería. Pero la cuestión es: ¿quién dirige?, ¿la cabeza o el alma? Si interponemos la cabeza, nos ocurre igual que a los habitantes de Colonia con los duendes. ¿Conoces la historia?

Steffen insinúa que sólo conoce parte de la historia.

HELLINGER En aquel entonces, la gente de Colonia no tenía que hacer más que irse a dormir y a la mañana siguiente todo el trabajo estaba hecho. Así fue bien hasta que algún día alguien quiso saber el porqué.

La pregunta «¿por qué?» en el fondo es la peor de todas. La curiosidad viene de la cabeza. El alma no es curiosa. El alma fluye.

SABINE A mí me sigue preocupando la pregunta de: ¿cuál es mi culpa?

O: ¿qué le debo? Noto que no consigo avanzar en este punto.

HELLINGER Algo así puede tenerte preocupada toda una vida. Y si te olvidaras de la pregunta, ¿qué harías?

SABINE Entonces me encontraría bastante más ligera.

HELLINGER Exacto. O miro hacia delante, o miro hacia atrás. Un pro-

ceso sumamente importante en la relación de pareja es el «borrón y cuenta nueva» cuando algo fue mal. No se vuelve a hablar de ello nunca más. Eso es sumamente importante. Uno se decide de nuevo, y se empieza de nuevo: enamorarse, comprometerse, casarse. Se empieza con el primer ramo de flores.

Sabine y Steffen sonríen con un gesto afirmativo.

HELLINGER Pero tiene que estar en concordancia con el alma. No se debe hacer de manera artificial. El buen camino consiste en poner un punto final al pasado y en mirar hacia delante. De todos modos uno no tiene tanto tiempo como para poder preocuparse constantemente del pasado.

SABINE Pero durante este curso dijiste que cuando uno había causado algún daño al otro, este también debería devolver algo malo, sólo que un poco menos. Ahora dices que yo no debería compensarlo de esta manera, sino que ponga un punto final.

HELLINGER *risueño* Este es el segundo método.

Sabine y Steffen se ríen.

HELLINGER ¿De acuerdo?

SABINE Sí.

Continuación de Sabine y Steffen, página 169

Muchos van corriendo detrás de la felicidad

Continuación de página 41

MARGIT Estoy nerviosa y también quisiera conseguir un espacio aquí.

HELLINGER Sí, ¿y?

MARGIT No quisiera luchar contra el tiempo. El taller ya no durará mucho.

HELLINGER ¿Me has ganado ahora?

MARGIT No, pero he descargado parte de mi irritación.

HELLINGER ¿Me acabas de ganar ahora?

MARGIT No.

HELLINGER ¿Y cómo se me gana?

MARGIT No lo sé en estos momentos.

HELLINGER Lo que aquí está ocurriendo es algo que de forma similar ocurre también en muchas parejas. En uno de mis cursos hubo una mujer que contó

que en su casa, cada domingo había el mismo drama. El marido, los domingos se levanta más pronto, viste a los niños, prepara el desayuno, y la mujer puede quedarse en la cama. Cuando el marido y los niños acaban de preparar el desayuno, llaman a la madre: «¡Mamá, el desayuno está preparado!» A veces, ella aún está en la cama o en la ducha, y les contesta: «¡Ya podéis empezar!» Pero ellos no lo hacen. Cada domingo esperan a que la madre venga. Y ella se enfada con ellos.

Yo le dije que había una solución muy simple. La próxima vez no tenía que hacer nada más que decirles: «Me alegro de que me hayáis esperado.» Entonces se enfadó conmigo. Durante los tres días del taller no habló ni una palabra conmigo. Al final la pregunté:

-¿Cuál sería la buena solución?

Ella me contestó:

-Si yo digo «¡empezad!», deberían empezar.

Todos los participantes del grupo se ríen.

Entonces pensé: ¿qué ocurre, cuando la mujer dice eso? ¿Y qué ocurre cuando dice: «Me alegro de que me hayáis esperado»?

MARGIT Entonces valora y reconoce la manera de ser del marido,

HELLINGER Algo cambia en ella, en su marido y en sus hijos. Pero ella no podría controlarlo. En cambio, si dice que empiecen y ellos realmente lo hacen, ella tiene el control ¿Pero qué aporta?

Margit asiente con la cabeza.

HELLINGER Pensando, se me ocurrió algo sobre la felicidad: algunos van corriendo detrás de ella; pero no pueden alcanzarla. ¿Sabes por qué? Porque la felicidad va corriendo detrás de ellos y no puede alcanzarlos, porque ellos van corriendo detrás de la felicidad.

Continuación de Margit y Dieter, página 132

El principal obstáculo para la reconciliación en la pareja es aquél que piensa que el otro le debe algo

GEORG Estoy casado con Katharina desde hace once años. Desde hace cinco meses vivimos separados. Quisiera aclarar si la base emocional, que pienso que a mí se me ha perdido actualmente, para mí mujer aún está. Si hay un futuro para nosotros dos juntos.

HELLINGER Para ti aún está; pero la pregunta es si aún está para ella. *a la mujer de Georg* ¿Estás enfadada con él?

Katharina hace un gesto afirmativo.

HELLINGER ¿Es una sensación bonita?

Katharina responde negativamente, sacudiendo la cabeza.

HELLINGER Es una sensación bonita estar enfadada; especialmente, cuando se tiene razón.

Katharina asiente con la cabeza.

HELLINGER El obstáculo principal para la reconciliación siempre es aquél que piensa que tiene razón. ¿Te acabo de dar una pista? KATHARINA *asiente con la cabeza* Quisiera ver si es una separación de verdad.

Bert Hellinger hace un gesto afirmativo.

Un día más tarde

Katharina y Georg: «Miradnos con buenos ojos» Familias actual y de origen

HELLINGER De acuerdo, trabajaré con vosotros dos. ¿Estáis casados?

GEORG Sí.

HELLINGER ¿Desde cuándo?

GEORG Desde hace once años.

HELLINGER ¿Uno de vosotros dos estuvo casado anteriormente?

GEORG No.

HELLINGER ¿Tenéis hijos?

GEORG Tres hijos.

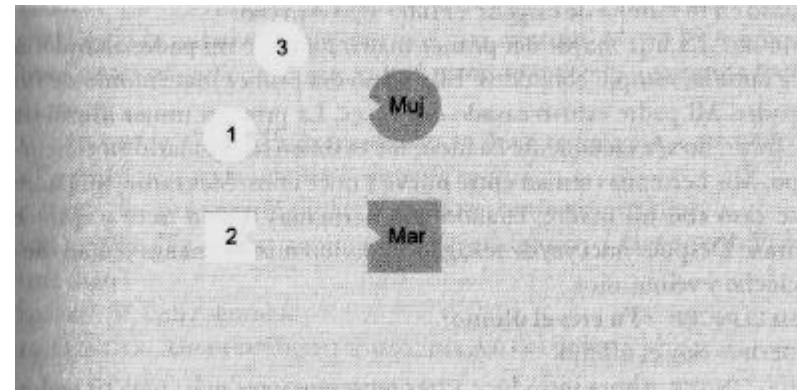
HELLINGER *a Katharina* Configuraremos el sistema actual: el marido, la mujer y los tres hijos. ¿Hubo algún hijo que murió?

GEORG No.

HELLINGER ¿Qué edades tienen los hijos?

KATHARINA Seis, ocho y diez años.

Figura 1.



Abreviaciones:

Mar marido (=Georg)

Muj mujer (=Katharina)

1 primera hija

2 segundo hijo

3 tercera hija

HELLINGER *al representante de Georg* ¿Cómo se encuentra el marido?

MARIDO Estoy demasiado liado con el hijo. Hay demasiada «hombrería». A mi mujer la noto poco. A la hija mayor la quisiera tener aquí en el lugar del hijo. Y la hija pequeña, de alguna manera no está.

HELLINGER *a la representante de Katharina* ¿Qué tal la mujer?

MUJER Mi brazo izquierdo está muy pesado. Me late el corazón. Me gustaría tener más cerca al hijo.

HELLINGER ¿Qué tal la hija mayor?

PRIMERA HIJA Hay algo que me tira hacia el hermano; pero siento mucho afecto hacia ambos lados.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra el hijo?

SEGUNDO HIJO Quisiera pasar entremedio de los padres, y después, hacia fuera.

TERCERA HIJA Estoy un poco sola; pero mi hermana ya vigila.

GEORG Esta constelación da en el clavo, cien por cien.

HELLINGER a Georg El hijo está en peligro. ¿Sabes por qué? ¿Qué pasó en tu familia de origen? ¿Hubo algo especial?

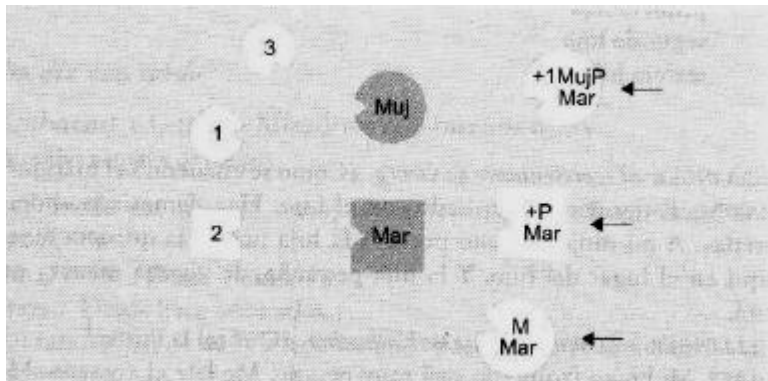
GEORG La hija mayor del primer matrimonio de mi padre abandonó la familia, rompió con todos. Ella nació del primer matrimonio de mi padre. Mi padre estuvo casado dos veces. La primera mujer murió de cáncer, no sé exactamente cuándo; me es difícil relacionarlo en el tiempo. Mis hermanas tenían entre nueve y once años. Más tarde, mi padre se casó con mi madre, cuando mis hermanas tenían trece y quince años. Después nació yo, de rezagado, cuando mis hermanas tenían dieciocho y veinte años.

HELLINGER ¿Tú eres el último?

GEORG Soy el último.

HELLINGER Ahora introduce a tres representantes más: para tu padre, tu madre y la primera mujer.

Figura 2.



Abreviaciones:

- + PMar padre del marido, murió cuando éste tenía 15 años
- Mmar madre del marido
- + 1MujP primera mujer del padre del marido, murió de cáncer

HELLINGER ¿Qué ha cambiado para el hijo?

SEGUNDO HIJO Sentí un bienestar inmediato. Hubo un alivio inmediato y ahora puedo estar muy bien aquí.

HELLINGER ¿Qué tal el marido?

MARIDO En el momento en que mi padre se puso detrás de mí, el hijo me dirigió la mirada. Ahora tenemos una relación. Me va bien con el hijo. Antes era una pena que el hijo siempre quisiera apartarme para escaparse.

HELLINGER a Georg Probablemente, tu hijo representa a tu padre. ¿Tu padre se quería suicidar?, ¿quería morir?

GEORG No, pero murió pronto, cuando yo tenía quince años.

HELLINGER Tu padre siguió a su primera mujer. ¿Tiene sentido lo que digo?

GEORG Sí, tiene sentido.

HELLINGER Ahora configuraré una imagen del orden.

Hellinger les pide al marido y a la mujer que cambien los lugares. Después, al lado del representante de Georg, pone a la primera mujer del padre, que falleció, y la segunda mujer de éste, la madre de Georg.

HELLINGER al representante de Georg ¿Qué tal así? ¿Mejoro peor?

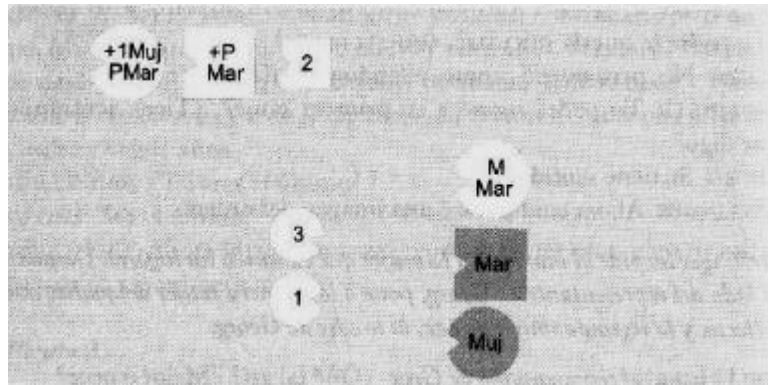
MARIDO Es diferente. Era muy bonito con el hijo.

HELLINGER a Georg Estás totalmente fijado en tu padre; así no estás libre para la mujer. ¿Te parece comprensible?

Georg hace un ligero gesto afirmativo.

A continuación, Hellinger lleva a la primera mujer del padre a una posición más apartada; detrás de ella pone al padre, y detrás de éste, al hijo de Georg.

Figura 3.



HELLINGER La dinámica es la siguiente: la primera mujer muere, el padre muere, Georg quiere seguir a su padre, y su hijo lo hace en lugar de él.

al representante de Georg ¿Qué tal si el hijo está allí?

MARIDO Muy mal.

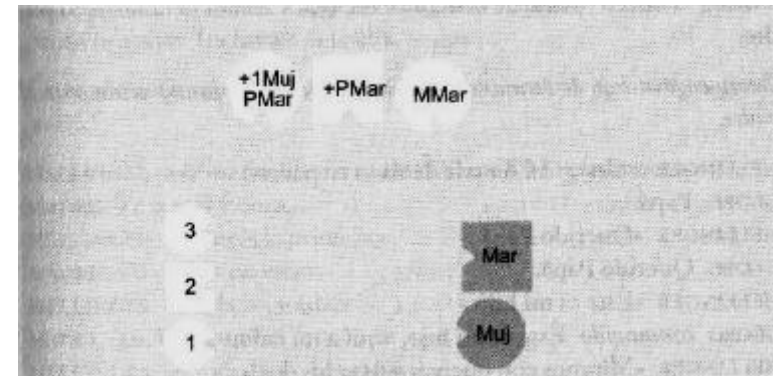
HELLINGER Sí, exacto. Pero ésta es la dinámica secreta en la familia. *al padre del marido ¿Cómo te encuentras aquí?*

PADRE DEL MARIDO t Me encuentro bastante bien; mejor que antes.

HELLINGER Exacto, el padre quiere seguir a su mujer. Probablemente, Georg quiere marcharse en lugar de su padre. Ésta también sería una dinámica posible.

Sea como sea, yo abandono la especulación y configuro directamente la buena solución.

Figura 4.



HELLINGER *al representante de Georg ¿Cómo te encuentras ahora ?*

MARIDO Mejor cuando el hijo está en medio. Ahora también siento un poco más a mi mujer.

HELLINGER *a Georg ¿De quién se olvida de hablar tu representante?*

GEORG ¿De la madre?

HELLINGER No, de su padre. El hijo está parentificado; tiene que representar constantemente al padre del padre. Dado que el hijo representa al abuelo, el padre ya no mira a su propio padre. *a Georg y a Katharina De acuerdo, ahora ocupad vosotros mismos vuestros lugares.*

Una vez ocupan sus lugares en la imagen de solución, Georg no consigue apartar la mirada de su hijo.

HELLINGER *al grupo Georg hace lo mismo: no mira a su padre.*

Hellinger lleva a Georg delante de su padre.

HELLINGER *después de unos instantes, a Georg Mira a tu padre. Dile:*

«Fue demasiado pronto.»

GEORG Fue demasiado pronto.

HELLINGER Dilo con amor.

GEORG Fue demasiado pronto.

HELLINGER «Te echaba de menos.»

GEORG Te echaba de menos.

HELLINGER *al representante del hijo de Georg* Ponte al lado de tu padre. *a Georg* Toma a tu hijo de la mano e inclinaos ambos delante de tu padre.

Georg coge al hijo de la mano. Ambos se inclinan profundamente ante el padre.

HELLINGER *a Georg* ¿Cómo le decías a tu padre?

GEORG Papá.

HELLINGER «Querido Papá.»

GEORG Querido Papá.

HELLINGER «Éste es mi hijo.»

GEORG *conmovido* Este es mi hijo, aquí a mi lado.

HELLINGER «Míranos con buenos ojos, a los dos.»

GEORG Míranos con buenos ojos, a los dos.

HELLINGER «Si nos quedamos.»

GEORG Si nos quedamos.

HELLINGER «Mientras nos esté dado.»

GEORG Mientras nos esté dado.

HELLINGER *a Georg* ¿Qué tal para ti?

GEORG Siento cariño y tranquilidad.

HELLINGER *al hijo* ¿Para tí?

SEGUNDO HIJO También muy bien.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra el padre de Georg?

PADRE DEL MARIDO f Estoy muy emocionado.

HELLINGER *a Georg* Dile a tu padre: «Me pongo al lado de mi madre.»

GEORG Me pongo al lado de mi madre.

HELLINGER «Dejo que te vayas.»

GEORG Dejo que te vayas.

HELLINGER «Y me pongo al lado de mi madre.»

GEORG Y me pongo al lado de mi madre.

Georg se pone al lado de su madre. El hijo vuelve con los hermanos.

HELLINGER *a Georg* Mira a la madre. Dile: «Me quedo contigo.»

GEORG Me quedo contigo.

HELLINGER «Aunque Papá se vaya, yo me quedo contigo.»

GEORG Aunque Papá se vaya, yo me quedo contigo.

HELLINGER ¿Qué tal si dices eso?

GEORG *sacude ja cabeza* Extraño.

HELLINGER *a la madre* Coge a Georg de la mano y ve con él hacia la primera mujer. Inclinaos ante ella, lo dos.

La madre y Georg se inclinan profundamente ante la primera mujer del padre.

HELLINGER *a la madre* Enderezaos. Dile: «Te doy la honra.»

MADRE Te doy la honra.

HELLINGER «Tú eres la primera»

MADRE Tú eres la primera.

HELLINGER «Yo, la segunda.»

MADRE Yo, la segunda.

HELLINGER «Cuido bien de tus hijas.»

MADRE Cuido bien de tus hijas.

HELLINGER «En memoria tuya.»

MADRE En memoria tuya.

HELLINGER «Y éste es mi hijo.»

MADRE Y éste es mi hijo.

HELLINGER «Míralo con buenos ojos.»

MADRE Míralo con buenos ojos.

HELLINGER «Si se queda.»

MADRE Si se queda.

HELLINGER ¿Qué tal para la primera mujer?

PRIMERA MUJER DEL PADRE f Me encuentro bien,

HELLINGER ¿Y la madre?

MADRE Por primera vez, el hijo está realmente presente. Antes siempre estaba el nieto, y ahora está mi hijo.

HELLINGER *a Georg* ¿Cómo te encuentras tú ahora?

GEORG Mejor, siento a la madre.

HELLINGER Dile: «Me quedo contigo.»

GEORG *asiente con la cabeza* Me quedo contigo.

MADRE *asiente con la cabeza* Mhm.

HELLINGER Ahora volved a vuestras posiciones.

La madre vuelve al lado de su marido y de la primera mujer de éste.

HELLINGER *a Georg* Ahora ponte al lado de tu mujer. Dile a tu familia de origen: «Ésta es mi mujer y éstos son mis hijos.»

GEORG Ésta es mi mujer y éstas son mi tres hijos.

HELLINGER «Miradlos con buenos ojos»

GEORG Miradlos con buenos ojos.

HELLINGER ¿Cómo te encuentras ahora?

GEORG Mejor, pero aún no libre del toó.

HELLINGER ¿Qué tal la mujer?

KATHARINA Bien, pero no del todo libre

HELLINGER ¿La hija mayor?

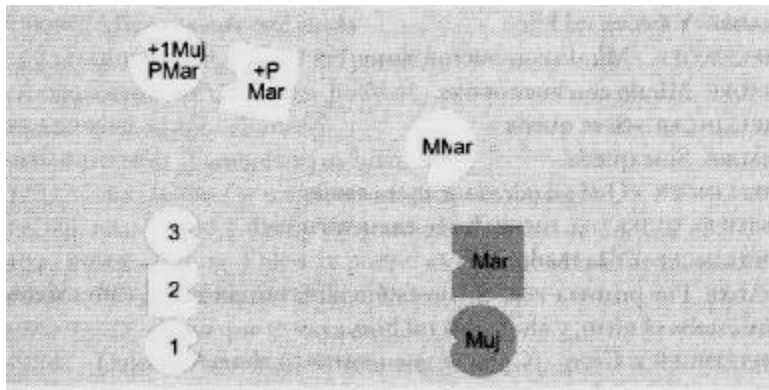
PRIMERA HIJA Bien.

TERCERA HIJA También bastante bien.

SEGUNDO HIJO Siento la necesidad constante de mirar a la madre.

Hellinger pone a la primera mujer unos pasos hacia fuera, con la mirada apartada, y al padre, detrás de ella. Después pone a la madre a la vista de Georg.

Figura 5.



HELLINGER ¿Qué tal así?

GEORG No ha cambiado nada.

KATHARINA No.

HELLINGER Lo dejaré aquí.

Georg y Katharina asienten.

HELLINGER De acuerdo, ya está.

a Katharina ¿Qué pasó en tu familia de origen?

KATHARINA Tengo dos hermanos, dos y seis años más jóvenes que yo. Mi padre murió hace tres años, de una apoplejía cerebral. Desde que tengo memoria, mi padre era alcohólico. Mi madre se separó de el un año antes de su muerte. Por fin. No lo hizo antes por nosotros, los hijos. -Así nos decía siempre-. Después del entierro de mi padre -eso fue hace tres años-, me enteré por mis hermanos de que mi padre había abusado de ellos sexualmente. Yo misma no se si hubo algo de eso conmigo. Hace tres años empecé un psicoanálisis. En enero configuré la constelación de mi familia de origen con una terapeuta; quería tener más claridad respecto de mi padre.

HELLINGER ¿Qué salió en la constelación?

KATHARINA Que en el fondo yo ocupaba el lugar de mi madre al lado del padre. No era la hija, sino su mujer, para así decirlo.

HELLINGER ¿De quién sale la dinámica?

KATHARINA Creo que salía de mí.

HELLINGER No.

KATHARINA ¿De mi padre?

HELLINGER No, sale de la madre.

KATHARINA Se me olvidaba decir que aún tenía un hermano más pequeño que murió a los cinco días después de nacer. Fue un talidomídico (*niño malformado debido a que la madre, durante el embarazo, estuviera tomando un somnífero llamado Contergan*).

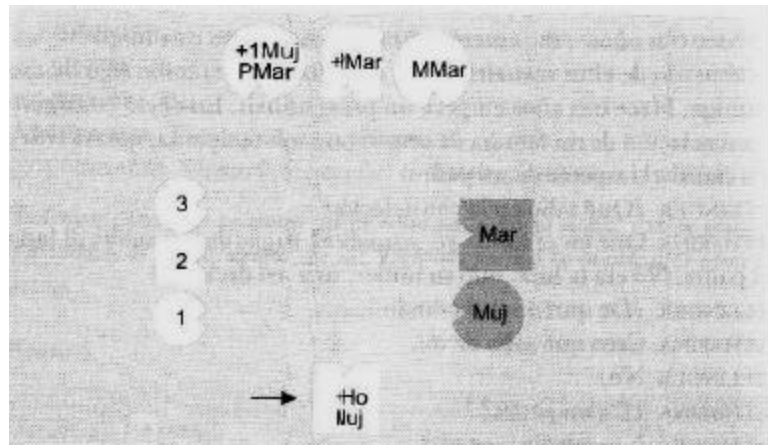
HELLINGER Eso es importante.

KATHARINA Mi madre nunca vio a ese niño. Ni tampoco estuvo en el entierro.

HELLINGER Eso es importante. Configura otra vez la constelación; que se pongan los mismos representantes, de la manera que estabais al final. Tú y Georg podéis ponerlos directamente en vuestros lugares.

Una vez todos se encuentran a sus lugares, Hellinger introduce a un representante para el hermano menor de Katharina, que murió poco después de nacer. Lo pone a la vista de todos.

Figura 6.



Abreviaciones:

+ HoMuj hermano menor de la mujer; talidomídico, murió cinco días después de nacer

HELLINGER *al hermano muerto de Katharina* ¿Cómo te encuentras ?

El hermano muerto hace un gesto afirmativo indicando que ese lugar le parece bien.

HELLINGER ¿Que ha cambiado para los hijos?

TERCERA HIJA Muy conmovida.

SEGUNDO HIJO Tengo frío.

HELLINGER ¿ Para la madre?

KATHARINA No ha cambiado nada. No tengo frío ni tampoco sudo.

HELLINGER Cambia de lugar con tu hermano muerto.

Katharina y su hermano cambian los lugares, de manera que él acaba al lado de Georg; y Katharina, a la vista de todo el mundo.

KATHARINA Ahora empiezo a temblar.

HELLINGER Exacto. ¿Sabes por qué eres dura?

Katharina sacude la cabeza.

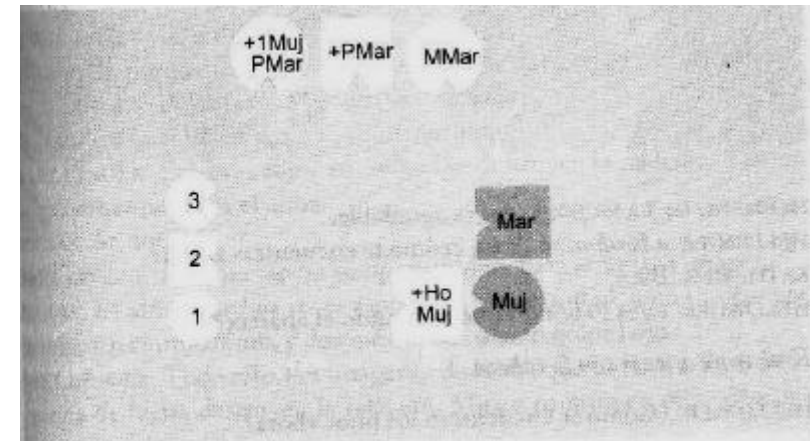
HELLINGER Eres dura, ¿te das cuenta?

Katharina asiente con la cabeza.

HELLINGER Porque tu hermano muerto no tiene ningún lugar. Él te da suavidad.

Hellinger le pide a Katharina que vuelva al lado de su marido. Después coloca a su hermano muerto delante de ella, apoyado de espaldas contra ella.

Figura 7.



HELLINGER *a Katharina* Abraza a tu hermano.

Katharina solloza. Hellinger le indica a Georg que abrace a su mujer. Finalmente, Katharina abraza a su hermano mientras sigue llorando y respirando profundamente.

HELLINGER *al hermano muerto* ¿Cómo te encuentras?

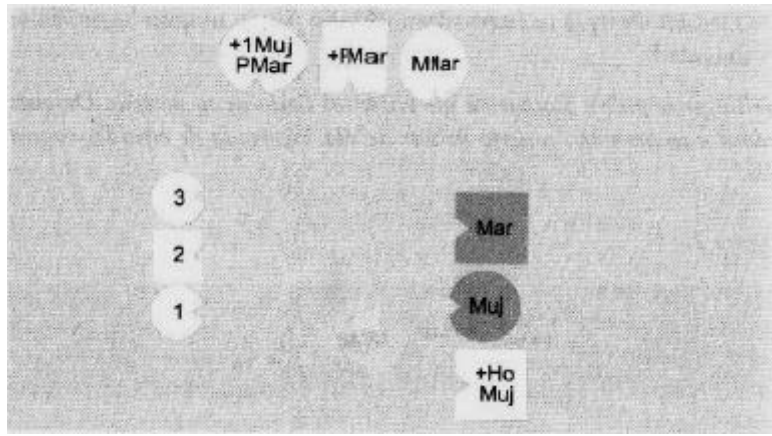
HERMANO DE LA MUJER f Es agobiante.

HELLINGER ¿Agobiante?

HERMANO DE LA MUJER Por una parte es agradable que me abrace ahora, pero el sentimiento de fondo es muy pesado.

HELLINGER *al hermano muerto* Ponte al lado de Katharina.

Figura 8.



HERMANO DE LA MUJER f Así es agradable.

HELLINGER *a Katharina* Y tú, ¿cómo c encuentras ahora ?

KATHARINA Bien.

HELLINGER ¿Ves lo bonito que es cuando él aparece?

Katharina asiente con la cabeza.

HELLINGER ¿Cómo se encuentran los hijos ahora?

PRIMERA HIJA Profundamente conmovida.

TERCERA HIJA Conmovida.

SEGUNDO HIJO Tengo que mirarlos.

HELLINGER ¿Qué tal el marido ahora?

GEORG Con un calor agradable.

HELLINGER ¿Comprendes a tu mujer ahora?

Georg hace un gesto afirmativo, lleno de emoción.

HELLINGER ¿Le daréis un lugar entre vosotros al hermano muerto?

KATHARINA *asiente con la cabeza y sonríe* Sí.

HELLINGER Dadle un lugar bonito, para que esté con vosotros, para así decirlo.

Katharina hace un gesto afirmativo.

HELLINGER Bien, entonces ya está.

Georg abraza cariñosamente a Katharina. Ella está muy conmovida.

Palabras como victoria o derrota destruyen la relación de pareja

Continuación de página 54

HELLINGER Seguiremos con una ronda.

ELIAS Durante la pausa del mediodía intenté allanar y arreglar algún asunto; otra vez viví varias derrotas.

HELLINGER ¿Derrotas?

ELIAS Sí, porque intenté arreglar aquello de mi mujer; no funcionó.

HELLINGER Palabras como derrota o victoria ...

ELIAS ...o humillación, no sé como decirle.

HELLINGER Palabras como humillación destruyen la relación. Tienen algo venenoso para el alma.

ELIAS Se nota, sí.

HELLINGER El alma espera su oportunidad. Ésta sería otra imagen.

ELIAS El alma muchas veces espera esa oportunidad, y una y otra vez siente un cierto ánimo, y después, el consabido golpe bajo.

HELLINGER Todo esto son imágenes de lucha que tú tienes. Esas imágenes de lucha destruyen la relación. Mira a tu mujer y dile: «Puedes fiarte de mí.»

ELIAS *en voz baja, a su mujer* Puedes fiarte de mí.

HELLINGER *a la mujer* ¿Cómo te llegó?

ILSE Bien.

HELLINGER Míralo y dile: «Gracias.»

ILSE Gracias.

HELLINGER «Lo tomo de ti.»

ILSE Lo tomo de ti.

HELLINGER «Como un regalo.»

ILSE Como un regalo.

ELIAS *después de asentir con la cabeza, en voz baja* Gracias.

HELLINGER Éstas con imágenes diferentes, ¿te das cuenta?

Elias asiente con la cabeza.

Un día más tarde

¡Los correctos no son tus valores, sino los míos!

ILSE He dormido mal. Por la noche tuvimos una discusión larga que terminó en una pelea.

HELLINGER Así terminar, la mayoría de las discusiones. Por eso, lo mejor es mantenerlas lo más cortas posible.

Ilse y Elias, su marido, se ríen.

HELLINGER Quisiera decir algo de las llamadas discusiones en una pareja. En el fondo, ¿de qué sirve una discusión.³ Para la mayoría de las personas, la discusión debería llevar a convencer al otro de algo de lo que no está convencido.

ILSE Correcto.

HELLINGER Eso siempre es en vano. Déjale su opinión. La tuya no es mejor; sólo es diferente.

ILSE Así lo creo yo también.

HELLINGER Sí, exacto. Sabiendo eso, las discusiones se acortan un poco. ¿Algo más?

ILSE No.

ELIAS Para mí, la discusión con mi mujer acabó en que apenas pude dormir. Estuve pensando mucho durante la noche. Algunas cosas se disolvieron en mi interior, pero no sé como llevarlo a término.

HELLINGER En este contexto aún quisiera decir algo sobre la relación de pareja. Cada uno de los compañeros tiene un sistema de valores y un sistema de comportamientos, adoptados de su familia. Y cada uno piensa que el suyo es el correcto. Su conciencia se orienta en lo que en su familia se vive. La conciencia no dice absolutamente nada de lo correcto o bueno, sino sólo de aquello que en su familia se considera válido. Eso es lo que dice la conciencia.

Para el otro compañero también es así, sin diferencia ninguna.

También él tiene su sistema de valores y su patrón de comportamiento de su familia. También él piensa que es lo correcto.

Ahora bien, donde se encuentran dos «correctos», se da una discusión. En muchas relaciones de pareja, al principio se desarrolla una lucha secreta en la que cada uno intenta imponer su sistema de valores ante el otro. En la mayoría de los casos es la mujer quien se impone; y el marido se retira. Así, la mujer bien gana, pero acaba perdiendo a su marido. Éste sería el patrón habitual. La persona no ve que el sistema del compañero tiene el mismo valor.

Una solución se logra cuando los dos se unen, reconociendo también los respectivos sistemas de origen. Tú, Ilse, no solamente reconocerías tu propio sistema de origen, sino también el suyo. Elias no sólo reconocería el suyo, sino también el tuyo. Y a continuación buscáis un camino en el que ambas partes forman una unión en un nivel superior, de manera que cada uno se sienta bien en este nuevo sistema de valores. Por regla general, eso es más que cuando uno acaba imponiendo sus propios valores. Es mucho más.

Cuando una pareja ha encontrado este punto, juntos, como padres, pueden transmitir este sistema de valores y este patrón de comportamiento a sus hijos. En consecuencia, también sus hijos se encuentran bien. Así ya no necesitan comportarse con el padre de manera diferente que con la madre. Los hijos se encuentran libres e iguales con cada uno de los padres. Y los padres, también. ¿De acuerdo?

Elias hace un gesto afirmativo. Ilse parece dudar, después mira a Elias.

HELLINGER *al grupo* Acabáis de ver la diferencia entre el hombre y la mujer en este contexto. El hombre pudo asentir en seguida. A ella le costó un poco más.

ELIAS Antes, este aceptarnos mutuamente funcionaba muy bien entre nosotros; pero últimamente ...

HELLINGER La aceptación es demasiado poco. La aceptación no une. Se requiere más. Este más es el asentimiento. Se trata de asentir al otro, tal como es. De lo contrario, tan sólo lo aguantas. Si asientes, amas a la pareja, ¿de acuerdo?

ILSE *asiente con la cabeza* Sí.

HELLINGER *al grupo* Ahora la mujer acaba de asentir también.

Medio día más tarde

El reproche

ILSE Estoy removida.

ELIAS Yo también me siento removido y ya no puedo entender del todo ese estar removido. ¿Por qué esa gran aversión, esa discordia por parte de mis padres? Ahí aún me falta algo. ¿Cuál es el motivo, cuál es la razón:

HELLINGER Las preguntas por el motivo o por la razón no aportan nada. Puedes imaginarte que tus padres te pidieran disculpas ahora, se golpearan el pecho diciendo: «Sí, hemos cometido un pecado grave contra ti. Lo sentimos mucho.» — ¿Cómo te sentirías?

ELIAS Seguramente no me sentiría mejor, porque el daño que se causa ya no se puede arreglar con unas cuantas palabras.

HELLINGER Exacto, ya no se puede arreglar. ¿Quién puede actuar?

ELIAS Ambos.

HELLINGER No, tú puedes actuar. Suponiendo que quieras actuar. Me gustaría contarte una historia.

Una médico, amiga mía, de joven estuvo en un campo de concentración. Sobrevivió y salió de Dachau con dieciséis años. Entonces, en Dachau, un médico americano le dijo: «Déjalo atrás y ve hacia delante.»-Así lo hizo.

Junto con ella hubo otra mujer en el campo de concentración. Hoy en día, esa mujer vive en Sudáfrica y aún está promoviendo un pleito. Ella dice: «Por culpa del campo de concentración estoy estéril, y por eso aún tienen que reparar algo en mí.» -Su vida está perdida. Y la tuya también. Por el reproche.

Elias asiente levemente con la cabeza.

En el campo de tensión entre el hijo y la pareja

Continuación de página 29

ELKE Tenemos un hijo, y siempre me cuesta mucho dividirme. El hecho de que la relación de pareja venga primero me resulta difícil. El primer impulso se dirige hacia el hijo, porque cuando el hijo quiere algo de mí, soy mamá. Muchas veces tengo la sensación de que nuestra relación sufre por ello. En cuanto salimos juntos, como ahora, la sensación es totalmente distinta.

Entonces estamos juntos. Nuestro hijo es muy exigente y yo únicamente estoy para él.

HELLINGER Te daré un pequeño consejo: cuando te dirijas al hijo, en el hijo dirígete a su padre.

ELKE Mhm.

HELLINGER Al mismo tiempo.

ELKE Sí.

Continuación de Elke y Holger, página 151

El pedir

Continuación de página 51

SABINE quisiera una solución para el siguiente problema: a veces estoy insoportable e insatisfecha. De ese estado siempre le doy la culpa a Hans. Le digo que la culpa la tiene él, porque no puede satisfacerme. Sé que de esta manera le presiono. Es como un círculo vicioso; simplemente no mejora.

HELLINGER Ayer ya di una pista: si quieres algo de tu marido tiene que ser concreto. Es decir, no digas: «Satisfáceme.» ¿Qué podrá hacer entonces? Sino muy concreto, para que sepa que es esto lo que tú quieres, y que él lo puede dar. Una vez ha cumplido el deseo, ¿qué harás?

SABINE *se queda pensando unos instantes* No me siento muy bien, porque al fin y al cabo se lo he exigido.

HELLINGER Si únicamente lo exiges, no te sientes bien si él lo cumple, eso es cierto. Sin embargo, si se lo pides, es totalmente distinto. ¿Y qué haces entonces?

Sabine se queda pensando largamente.

HELLINGER ¿Lo valoras una vez lo cumple? ¿Se lo agradeces?

SABINE Sí.

HELLINGER Y él después puede desear algo parecido de ti?

SABINE *sonriendo* Sí.

HELLINGER De acuerdo, bien. ¿Algo más?

SABINE Pienso que en el fondo debería ser algo que se sobreentiende, algo que sale con toda naturalidad.

HELLINGER Esa es la actitud de un niño que espera algo de su madre. La madre sabe lo que es bueno para mí, y yo no necesito hacer nada. Entre dos compañeros, éste es un patrón fatal.

SABINE ¿Puedo solucionarlo?

HELLINGER Acabo de darte una pista.

Sabine asiente con la cabeza.

HANS Siempre que hablamos de este problema, más o menos le digo: Tómame tal como soy. Simplemente soy diferente. Quizás éste sea un principio de solución.

HELLINGER *al grupo* Haré un pequeño ejercicio con vosotros. Mirando a esta pareja, ¿quién de los dos invierte más en la relación? ¿Quién da más?

La mayoría de los participantes responden: Él.

HELLINGER Sí, él da más. Ella exige, y él da. Algo así fracasa muchas veces.

La base para la relación de pareja es la igualdad de rango y el equilibrio entre dar y tomar. De lo contrario, se trata de una relación padre-hijo o madre-hijo.

a Sabine Un paso acertado sería que tú le dieras algo, de igual a igual. Eso empieza con la siguiente afirmación: tal como eres, estás bien para mí. Ésa sería la base de todo lo demás. Cualquier intento de reeducar al otro está destinado a fracasar. Cada uno ya está educado, sólo que de manera diferente que a ti te gustaría que fuera, o que el otro lo quisiera. ¿De acuerdo?

Sabine asiente con la cabeza.

Hans y Sabine: «Ahora te tomo como mi pareja»

La familia actual, teniendo en cuenta a las parejas anteriores y a los hijos de esas relaciones

HELLINGER Trabajare con vosotros, es decir, con la familia actual.

¿Cuál es la situación?

HANS Yo estuve casado.

HELLINGER ¿Hubo hijos en ese primer matrimonio?

HANS No, mi mujer tiene una hija de una relación anterior; no estaba casada con el padre de la niña.

HELLINGER ¿Con quien se crió la hija?

HANS Con la mujer; y después, con nosotros dos.

HELLINGER Y Sabine y tú, ¿estáis casados?

HANS No. Todavía no.

HELLINGER ¿Cuánto tiempo lleváis juntos ya?

HANS Hace unos tres años que nos conocemos, y desde hace casi un año somos pareja.

HELLINGER ¿Cuántos hijos tenéis vosotros dos?

HANS Una hija.

HELLINGER ¿Es tu primera hija?

HANS Sí.

HELLINGER *a Sabine* ¿Para ti también es la primera?

SABINE No, la segunda. Mi primer hijo tiene once años ahora,

HELLINGER ¿Estuviste casada antes?

SABINE No.

HELLINGER ¿Fuiste madre soliera?

SABINE Sí, madre soltera.

HELLINGER *a las demás parejas* Bien, nos encontramos ante un sistema bien complejo.

a Hans Lo configuraremos: tu primera mujer, el primer marido de ella, es decir, el padre de la primera hija,

HANS No lo conozco.

HELLINGER Supongo que existirá. No habrá sido una concepción virginal.

Después también eliges a alguien para ti mismo, para Sabine, el primer

compañero de ella, su primer hijo y vuestra hija común. ¿Aún lo recuerdas todo?

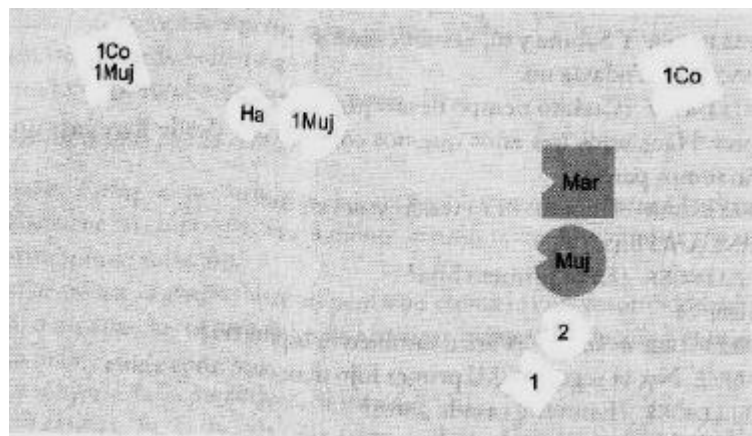
HANS Lo intentaré.

HELLINGER ¿Con quién se cría el primer hijo de Sabine?

SABINE Conmigo.

HELLINGER Bien. Hans, empieza tú primero.

Figura 1a. Configurada por Hans

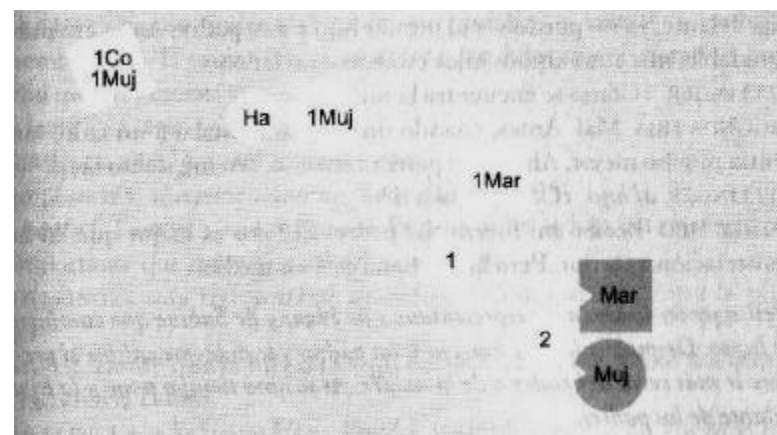


Abreviaciones:

Muj	mujer(=Sabine), madre de 1 y 2, segunda mujer de Hans; no están casados
1Co	primer compañero de Sabine, no estuvieron casados; padre de 1
1	primer hijo
Mar	marido (=Hans); padre de 2
2	segunda hija
1Muj	primera mujer de Hans; madre de Ha
1 Col Muj	primer compañero de la primera mujer; padre de Ha
Ha	hija de la primera mujer de Hans y del primer compañero de ésta

HELLINGER a Sabine ¿Cómo lo configurarías tú?

Figura 1b, configurada por Sabine



HELLINGER indicando a los representantes de Hans, de Sabine, de su primer compañero y de sus dos hijos Me parece que éste es el sistema en sí. a Hans Los otros tres son un sistema propio. En el fondo no tienes nada que ver con ellos, ¿verdad?

HANS Sí, es cierto.

HELLINGER Ellos forman una unidad. Tú fuiste uno que vino después, pero sin tener derechos. Los derechos están con los padres de esta hija.

HANS Así es, sí.

HELLINGER Por eso puedo dejarlo de lado aquí. ¿Te parece bien que lo deje de momento?

HANS Sí, está bien.

HELLINGER Los dejaré puestos aquí, pero la dinámica se desarrolla en el otro sistema.

HANS Sí.

HELLINGER al representante de Hans ¿Cómo se encuentra el marido?

MARIDO Me empieza a doler la nuca, indica al primer compañero de Sabine y al hijo de estos dos, que se encuentran enfrente de él Eso de allá es muy poderoso.

HELLINGER a la representante de Sabine ¿Cómo se encuentra la mujer?

MUJER La segunda constelación es mejor, porque Sabine puso al primer compañero y al hijo aquí delante. Pero desde que me puso a la hija delante, ya no puedo ver al primer hijo y a su padre. Antes era más agradable, mientras ambos hijos estaban a mi lado.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la hija?

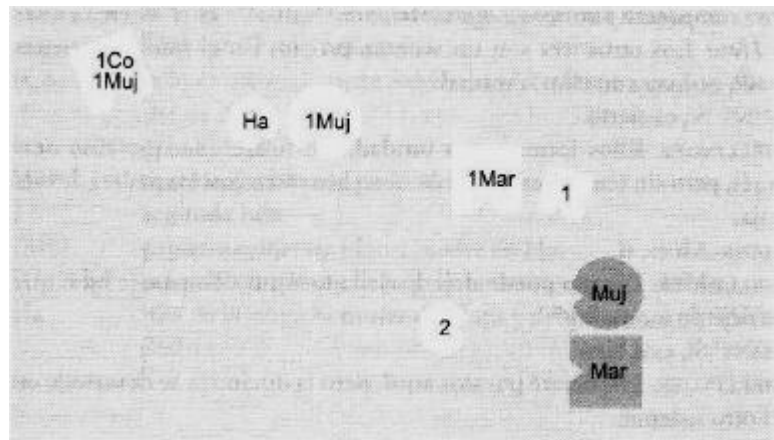
SEGUNDA HIJA Mal. Antes, cuando mi hermano estaba a mi lado, me sentía mucho mejor. Ahora me parece estrecho. No me siento bien.

HELLINGER *a la hija* ¿Cómo te va a ti?

PRIMER HIJO Recibo mi fuerza del padre. Por eso es mejor que en la constelación anterior. Pero la hermana está en medio.

Hellinger les indica a los representantes de Hans y de Sabine que cambien de lugar. Después coloca al hijo entre los padres y le pide que calibre si prefiere ir más cerca del padre o de la madre. Al mismo tiempo pone a la hija delante de los padres.

Figura 2.



HELLINGER *a primer marido* ¿Qué tal así?

PRIMER MARIDO Es una sensación buena.

HELLINGER *a Sabine* ¿Puede ver a su padre?

SABINE Sí.

HELLINGER El hijo debería ir con su padre, está clarísimo.

SABINE Ya se lo ofrecí a su padre. Pero ahora está casado, tiene tres hijos pequeños, y su mujer no está de acuerdo.

HELLINGER ¿Su mujer no está de acuerdo? Eso es fatal para los hijos pequeños. Si la mujer estuviera a favor, sus hijos se encontrarían mucho mejor. Pero así es. *a la hija* ¿Cómo te encuentras tú?

SEGUNDA HIJA Así está mucho mejor.

HELLINGER *a representante de Hans* ¿Qué tal tú?

MARIDO También está mejor así. Porque antes la hija era mucho más importante que mi mujer. Ahora es correcto.

HELLINGER *a la representante de Sabine* ¿Cómo se encuentra la mujer?

MUJER Desde que la hija está aquí delante, ya no me siento tan arrastrada hacia el hijo.

HELLINGER *a Sabine y Hans* Poneos vosotros mismos en vuestros lugares. *una vez ambos están en la constelación, a Sabine* ¿Por qué no te casaste con el primer compañero?

SABINE Fue demasiado poco para mí.

HELLINGER Sí que eres exigente ...

Lleva a Sabine delante de su primer compañero.

HELLINGER Míralo. Dile: «Reconozco tu grandeza.»

SABINE Reconozco tu grandeza.

HELLINGER «Te respeto en nuestro hijo.»

SABINE Te respeto en nuestro hijo.

HELLINGER «Lo siento.»

SABINE *conmovida* Lo siento.

HELLINGER ¿Que tal para el primer compañero?

PRIMER COMPAÑERO Un alivio.

HELLINGER Para el hijo?

PRIMER HIJO Ningún cambio.

HELLINGER De hecho es algo que debe desarrollarse entre los padres. *a Sabine* ¿Cómo te encuentras tú ahora?

SABINE *conmovida* Sí.

HELLINGER Vuelve otra vez con Hans. Desde ahí mira al primer compañero y dile: «Éste es mi compañero ahora.»

Sabine coge a Hans de la mano.

SABINE Este es mi compañero ahora.

HELLINGER «Y ésta es nuestra hija pequeña.»

SABINE Y ésta es nuestra hija pequeña.

HELLINGER «Mírala con buenos ojos.»

SABINE Mírala con buenos ojos.

HELLINGER «Y a nosotros también.»

SABINE Ya nosotros también.

HELLINGER ¿Qué tal para el primer compañero?

PRIMER COMPAÑERO Noto que la estoy mirando con simpatía.

HELLINGER *al grupo* Quisiera comentar algo. En una situación como esta, donde un compañero anterior puede estar enojado con el hijo de una nueva relación, o con su mujer, ese hijo frecuentemente desarrolla una neurodermitis. Necesita la bendición del compañero anterior.

a Sabine Si tu te muestras afable con él, en la constelación ves lo afable que él es contigo. Mirándolo así, sí que tiene algo de grandeza.

SABINE *asiente con la cabeza* Sí.

HELLINGER Dile al hijo: «Aunque esté separada de tu padre, lo reconozco como tu padre.»

SABINE Aunque esté separada de tu padre, lo reconozco como tu padre.

HELLINGER «Y como mi primer compañero.»

SABINE Y como mi primer compañero.

HELLINGER ¿Qué tal para el hijo?

PRIMER HIJO Me tranquiliza.

HELLINGER Así también puede acercarse. Así está libre de ir yendo y viniendo entre su padre y tú.

a Hans ¿Qué tal para ti ahora?

HANS Sentía compasión por el primer compañero.

HELLINGER La compasión es arrogante.

HANS No me encontraba muy bien con ese sentimiento.

HELLINGER Dile: «Tú eres el primero.»

HANS Tú eres el primero.

HELLINGER «Yo, el segundo.»

HANS *algo tenso* Yo, el segundo.

HELLINGER Dilo desde el corazón: «Tú eres el primero.»

HANS Tú eres el primero; yo, el segundo.

HELLINGER «Te reconozco como el primero.»

HANS Te reconozco como el primero.

HELLINGER «Y ahora tomo a mi mujer, incluso a costa tuya.»

HANS Y ahora tomo a mi mujer, incluso a costa tuya.

HELLINGER «Por favor, sé afable.»

HANS Por favor, sé afable.

HELLINGER «Cuando ahora la tomo como mi mujer.»

HANS Cuando ahora la tomo como mi mujer.

HELLINGER «Y si la conservo como mi mujer.»

HANS Y si la conservo como mi mujer.

HELLINGER ¿Qué le parece al primer compañero?

PRIMER COMPAÑERO Sí, puede ser así.

HELLINGER *a Hans* ¿Cómo te encuentras tú ahora?

HANS Mejor.

HELLINGER Mira a Sabine. Dile: «Ahora te tomo como mi mujer.»

HANS *emocionado* Ahora te tomo como mi mujer.

HELLINGER «Y tú puedes tenerme como tu marido.»

HANS Y tú puedes tenerme como tu marido.

HELLINGER ¿Qué tal para la mujer?

SABINE *conmovida* Muy bien.

HELLINGER Dile: «Ahora te tomo como mi marido.»

SABINE Ahora te tomo como mi marido.

HELLINGER «Y tú puedes tenerme como tu mujer»

SABINE Y tú puedes tenerme como tu mujer.

HELLINGER ¿De acuerdo?

SABINE Y HANS Sí, gracias.

Después de una ronda posterior

HANS A través de la jerarquía que nos diste en la constelación, se produjo en mí un cierto alivio y una cierta resolución. Ahora sé lo importantes que son el rango y el orden.

SABINE Yo me encuentro muy bien.

La relación de pareja tiene prioridad sobre la paternidad

HELLINGER Aún quisiera añadir algo en relación a las familias complejas. En las familias existe una cierta jerarquía que establece que lo anterior tiene prioridad sobre lo que viene más tarde. Tradicionalmente, una relación comienza cuando una pareja se encuentra. Al cabo de un tiempo, esa pareja se convierte en padres. Primero son pareja, después, padres. La relación de pareja es anterior a la paternidad, y tiene prioridad sobre la paternidad.

Muchos problemas nacen porque, al cabo de un tiempo, la paternidad prevalece sobre la pareja. Sin embargo, el ser padres es una continuación de la relación de pareja. Por una parte, la pareja gana fuerzas para la paternidad de su relación. Por otra parte, sin embargo, cada uno también gana fuerzas de sus propios padres, traspasando ahora lo que de ellos le llegó. Éstas son las dos fuentes de fuerza para la paternidad: la relación de pareja y el traspasar aquello que de los propios padres se recibió.

Quien rechaza a sus padres, sólo puede dar muy poco

Quien no toma nada de sus padres, tampoco puede pasar mucho a otros. Permanece estancado en sí mismo, sigue siendo niño. En relación a los padres no podemos alcanzar ningún equilibrio entre dar y tomar: los padres dan y el hijo toma. De adulto, el hijo lo compensa pasando a sus propios hijos aquello que de sus padres recibió, o traspasando en otro contexto algo de lo que de niño recibió.

Divorciados con hijos, que se vuelven a casar

Cuando una pareja se separa y más tarde ambos compañeros se casan con otras parejas, que a su vez ya tienen hijos de relaciones anteriores, esa paternidad es anterior a la nueva relación de pareja. En un caso así, la paternidad tiene prioridad sobre la nueva relación. *a Sabine* Para ti, por ejemplo, la preocupación por tu hijo tiene prioridad sobre el amor hacia tu marido actual. Ese vínculo es primero. Después va la relación con tu pareja actual, y después, la paternidad para la hija que nació de vuestra relación. Ésta sería la jerarquía.

Por tanto, el marido no puede tener celos si la mujer se ocupa de su hijo de la relación anterior. Eso tiene prioridad. Ya que el amor hacia ese hijo no puede emanar de la nueva relación; ese amor emana de la relación anterior, no de la actual. Y este hecho debe ser respetado. Guardando esta jerarquía, puede haber paz. Entonces no hay ninguna rivalidad.

Esta jerarquía es válida para la totalidad de un sistema: lo anterior tiene prioridad sobre aquello que viene después. No obstante, el nuevo sistema tiene prioridad ante el antiguo.

a Hans y Sabine Vuestro sistema tiene prioridad sobre el anterior. Aunque el primer marido tenga el lugar del primero, el nuevo sistema tiene prioridad.

Ahora bien, «sistema nuevo» significa: pareja con hijos. Una pareja sin más no es ningún sistema nuevo. Una relación de pareja con hijos forma un nuevo sistema. Por eso, un hombre o una mujer casados que tienen un hijo con otra pareja, tienen que abandonar su matrimonio e ir a vivir con la pareja nueva y el hijo nuevo. Ésta es la jerarquía. Todas las demás soluciones tienen consecuencias nefastas a la larga.

Algo más tarde, durante una ronda

Mi deseo más profundo para la relación de pareja es ...

HANS ¿Aún podrías decir algo sobre cómo tratarse en una discusión sin poner en cuestión la relación en sí? De manera que no siempre se diga: ¡Ahora te dejo! ¡Ya no puedo más contigo!

HELLINGER Una posibilidad para un nuevo comienzo en una relación de pareja es que cada uno escriba en una hoja su deseo más profundo en la relación; sin formular ninguna exigencia ni tampoco transportar ningún reproche. Cada uno parte enteramente de sí mismo. En el sentido de: «Mi deseo más profundo es...» Cada uno lo escribe para sí mismo. Una de las siguientes noches se lo lees a tu mujer. Pero ella no debe reaccionar inmediatamente. No debe asentir, ni comentar nada, ni tampoco estar en contra. Únicamente escucha. Unos días más tarde, ella hace lo mismo. Únicamente te lo lee. Tú no reaccionas de ninguna forma, ni asintiendo ni rechazando. Después, nunca más se habla de ello.

Inclinarse ante la pareja anterior alivia los dolores de espalda

Continuación de página 103

HELLINGER Seguiremos con una ronda.

DIETER Estoy empezando a notar un dolor lumbar. Me es desagradable; hace tiempo que ya no me pasaba.

HELLINGER Te daré un consejo: imagínate que te inclinas muy ligeramente ante tu primera mujer.

Dieter baja ligeramente la cabeza.

HELLINGER ¿Te das cuenta del efecto?

DIETER Ahora noto un hormigueo en las piernas.

HELLINGER Bueno, algo es algo.

Dieter y Margit se ríen.

DIETER Sí, está bien así.

HELLINGER ¿Te das cuenta del cambio en la espalda?

DIETER Sí.

HELLINGER *al grupo* Muchos dolores de espalda pueden ser aliviados a través de unas cuantas reverencias ligeras o una reverencia profunda.

Cómo tratar la obstinación

KARL Antes de la pausa del mediodía me sentía obstinado y me resistía. Ahora he abandonado estos sentimientos.

HELLINGER De la obstinación he descubierto algo. Obstinación significa: «quiero y no quiero», las dos cosas a la vez. Por eso, en el fondo no se puede hacer nada con una persona obstinada. Ya que, si hago algo, el otro no quiere, y si no hago nada, él quiere. Aunque no se pueda hacer nada con la obstinación, he encontrado una solución, a pesar de todo: uno la aplaza cinco minutos.

Karl mira su reloj.

KARL *riendo* ¡Sí!

Más tarde

Quien ha ganado, ha perdido

KARL Tengo problemas con mi propia culpa. Mi mente, con su formación jurídica, me dice que donde haya motivos justificantes, o al menos de excusa, no hay nada reprochable. Con eso estoy luchando. Es algo que nos crea problemas a mi pareja y a mí, ya que quien está justificado, también tiene razón.

HELLINGER Quien acaba teniendo razón, acaba perdiendo.

KARL Quien ha ganado, ya está perdiendo.

HELLINGER ¡Quien ha ganado, ha perdido!

KARL Desde la mente lo tengo claro, pero no desde el corazón.

HELLINGER Cuando estuve en Sudáfrica, un hombre me explicó cuál era el camino más largo en África. No es el camino del Cairo a Ciudad del Cabo, sino de la cabeza al corazón; y de ahí, al Aquí y Ahora.

Karl sonríe.

KARL Si fuera católico me confesaría, me darían unas cuantas Ave Marías y luego ya estaría.

HELLINGER Tan fácil no te lo haremos aquí.

KARL Ya me lo pensaba.

Rathin: «Me encuentro ante una pared» La familia actual

Continuación de página 56

HELLINGER *a Rathin* Configura vuestro sistema actual: el marido, la mujer y los dos hijos. ¿Qué edades tienen los hijos?

RATHIN Nuestra hija tiene quince años. El hijo, doce. Bueno, no estoy seguro si no hay algo más entremedio.

SIBYLLE Aborté antes de la primera hija.

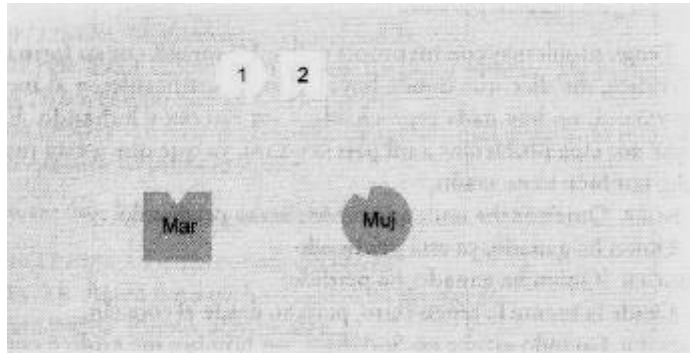
HELLINGER ¿En vuestra relación?

SIBYLLE Sí.

RATHIN Yo, al principio lo acepté, pero después...

HELLINGER *interrumpiendo a Rathin* No, configúralo primero.

Figura 1.



Abreviaciones:

Mar marido (= Rathin)

Muj mujer (=Sibylle)

1 primera hija

2 segundo hijo

HELLINGER *al representante de Rathin* ¿Cómo se encuentra el marido?

MARIDO Mi brazo derecho me pesa. Mis manos también están muy pesadas.

HELLINGER *a la representante de Sibylle* ¿Cómo se encuentra la mujer²

MUJER Me siento totalmente neutra.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la hija mayor?

PRIMERA HIJA En el lado izquierdo siento calor, en el derecho, mucho frío.

Tengo la cabeza atontada.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra el hijo?

SEGUNDO HIJO Me agobia la estrechez entre mi hermana y yo. Cuando vi el hueco entre mis padres, tuve la sensación de que ahí tenía que ir yo. Tengo que cogerlos de las manos a los dos para cerrar ese hueco. Simplemente me pone triste verlos así.

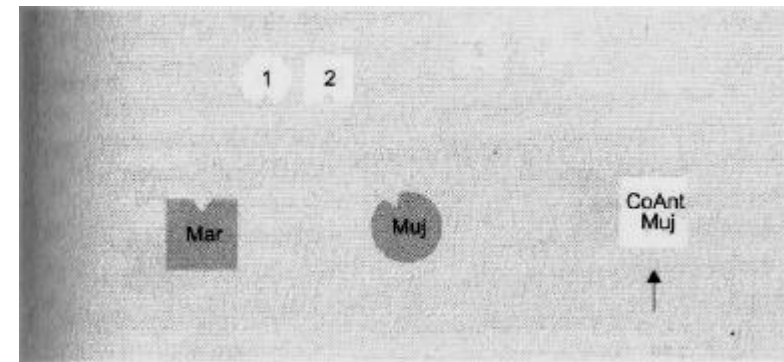
HELLINGER El hijo se siente responsable.

a Rathin y a Sibylle ¿Hubo relaciones vinculantes antes del matrimonio?

RATHIN Por mi parte, no.

SIBYLLE Yo tuve una relación sexual.

HELLINGER *a Sibylle* Pon también a un representante para ese compañero anterior.



Abreviaciones:

CoAntMuj compañero anterior de la mujer

HELLINGER *a Sibylle* ¿Por qué se rompió la primera relación ?

SIBYLLE Se separó por el mismo patrón relacional que ahora estamos viviendo Rathin y yo. Yo había asumido bastante responsabilidad por él y en algún momento tuve la sensación de que ya no lo podía llevar.

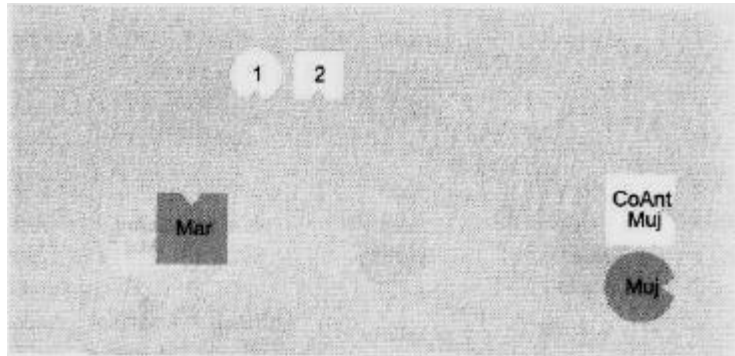
HELLINGER *a la representante de Sibylle* ¿Qué ha cambiado para la mujer?

MUJER Hay algo que me tira hacia atrás.

HELLINGER Déjate llevar por esa presión o por esa atracción.

La mujer retrocede algunos pasos en diagonal. Primero se pone entre su marido y el compañero anterior. Después se pone al lado de su compañero anterior.

Figura 3.



HELLINGER ¿Qué tal aquí?

MUJER Mejor.

HELLINGER *al compañero anterior* ¿Para ti?

compañero anterior de la mujer También me está mejor así. Antes tenía la sensación de que bien estaba mirando hacia delante, pero en el fondo quería ir con ella. Ahora que está aquí, me puedo quedar.

HELLINGER Éste es el primer vínculo. *al hijo* ¿Cómo te encuentras tú ahora?

SEGUNDO HIJO Bien, estoy aliviado.

HELLINGER *a la hija* ¿Qué tal tú?

PRIMERA HIJA Mejor.

HELLINGER *al marido* ¿Qué notas tú?

MARIDO A mí, el dolor me está levantando los hombros.

HELLINGER ¿Qué quieres?

MARIDO Ni idea.

HELLINGER Date la vuelta.

El marido se gira hacia la mujer y el primer compañero de ésta.

HELLINGER No, en el sentido contrario.

una vez el marido se ha girado hacia la puerta ¿Qué tal así?

MARIDO Es más llevadero ahora.

HELLINGER *al grupo* Los hijos no tienen padres ni ninguna seguridad.

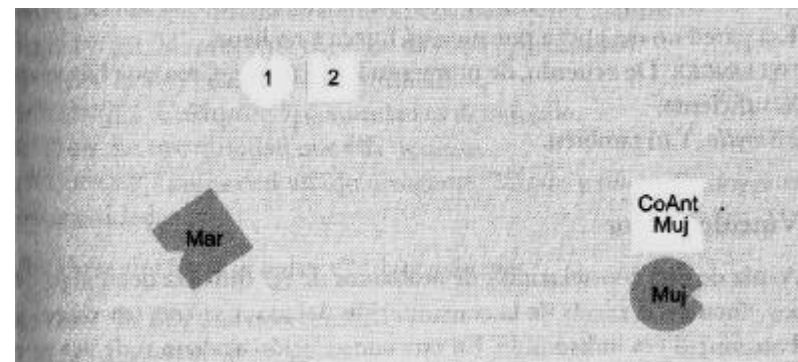
a la hija ¿Cómo te encuentras tú ahora?

PRIMERA HIJA Tengo la sensación de que tengo que irme con el padre.

HELLINGER *a los hijos* Daos la vuelta.

Los hijos se giran y miran hacia fuera.

Figura 4.



HELLINGER *a la hija* ¿Qué tal así?

PRIMERA HIJA Mal.

SEGUNDO HIJO Da igual, desde que me siento aliviado, ya no cambia nada.

PRIMERA HIJA Hay algo que me arrastra hacia atrás.

RATHIN Tengo que decir algo.

HELLINGER No, lo dejo con la imagen. Aquí lo interrumpo. *a Rathin y a Sibylle* Acabo de enseñaros algo. Ahora, vosotros tenéis que ver qué hacéis con todo esto.

al grupo Quien podría sostener al marido sería alguien de su familia de origen que se pusiera detrás de él. Otra posibilidad sería que él devolviera algo a su familia de origen que de ahí adoptó. Eso se devuelve a los padres.

a Rathin Después te giras hacia los hijos. ¿Tienes una imagen de ello?

RATHIN Tengo imágenes de mis padres. Constantemente los tengo en la cabeza.

HELLINGER ¿Tus padres están de acuerdo con vuestros hijos?

RATHIN Sí.

HELLINGER Bien, tú te apoyas contra tus padres, para así decirlo; o estás derecho y los padres están detrás de ti, y así miras a tus hijos. Entonces tienes fuerza. La necesitas de manera muy especial porque estás viviendo en un país extranjero. Aquí no tienes el apoyo que tendrías en tu patria. (*Rathin es indio.*)

RATHIN *asiente con la cabeza* Exacto. Desde hace mucho tiempo noto que me encuentro delante de una pared que detrás está hueca y fría. Esa pared no me apoya porque está hueca y no llena.

HELLINGER De acuerdo, de momento lo dejare así. Creo que has visto lo suficiente. *a Sibylle* Y tú también.

Vínculo y amor

A raíz de esta constelación que acabamos de ver quisiera decir algo de los vínculos. A través de la consumación del amor se crea un vínculo. Este vínculo es indisoluble. En esta constelación acabamos de ver que el vínculo con la primera pareja es indisoluble, permanece.

Una segunda relación únicamente es posible si el primer vínculo es reconocido. En una segunda relación, el vínculo es menos fuerte que en la primera. En una tercera relación, aún es menos fuerte. Se va reduciendo de relación en relación hasta que prácticamente no queda ningún vínculo.

El amor no es lo mismo que el vínculo. Es importante saber eso. En una relación posterior se puede amar más que en la anterior. Por tanto, para que una segunda relación se logre, el vínculo anterior, primero debe ser reconocido, y segundo, debe ser resuelto de manera positiva.

a Sibylle Podría ser, por ejemplo —y esto es pura fantasía—, que aún le debieras algo a tu primer compañero. Por ejemplo, un reconocimiento o una agradecimiento. O, si le hiciste daño de alguna manera, que le dijeras: «Lo siento». Lo que sea; cada uno lo sabe para sí mismo. Una vez se da este reconocimiento, puedes dejarlo y dirigirte a otro hombre

y centrarte en él. Y también el segundo marido tiene que reconocer: soy el segundo. Hay otro antes que yo.

Lo fuerte que es un vínculo se ve en el dolor y en la culpa que se viven con la separación. En la primera relación son más profundos que en la segunda.

Durante una ronda posterior

«Te doy una oportunidad»

HELLINGER *a Rathin* ¿Le das una oportunidad a tu mujer?

RATHIN Estoy centrado en mí mismo, en mis sentimientos.

HELLINGER Mi pregunta fue: ¿Le das una oportunidad?

RATHIN Le doy cualquier oportunidad.

HELLINGER Cualquier oportunidad es demasiado.

RATHIN La oportunidad que ella necesite.

HELLINGER Eso es demasiado arrogante. Mírala y dile: «Te doy una oportunidad.»

Rathin se gira hacia su mujer y le mira a los ojos.

RATHIN Te doy una oportunidad.

HELLINGER «Con amor.»

RATHIN Te doy una oportunidad.

HELLINGER Di: «Con amor.»

RATHIN Con amor.

HELLINGER *a Sibylle* Díselo tú también: «Te doy una oportunidad, con amor.»

Sibylle le mira a los ojos a Rathin; sus brazos permanecen cruzados.

HELLINGER Aún no va. De acuerdo, no importa.

Sibylle aparta la vista durante un instante.

HELLINGER *como hablando solo* Aún no está decidido.

Cuando cada uno insiste en su punto de vista

HELLINGER Algunas parejas tienen determinados «puntos de vista».

Entonces uno de ellos se encuentra en un lado de un río, y el otro, en el otro. Si cada uno no hace más que defender su propio punto de vista, se quedan parados, apartados de la corriente de la vida.

La solución consiste en sumergirse en la corriente de la vida y dejarse llevar. Así pueden encontrarse.

A través de su descripción, el problema se mantiene

Continuación de página 55

CHRISTOPH Desde este mediodía tengo la imagen de estar nadando en un gran río. Es esa sensación agradable de ser llevado. Noto que este fluir es muy fuerte hacia mis hijos. Pero en nuestro matrimonio, una y otra vez se interrumpe. Ese fluir constante no funciona, hay dificultades. Muchas veces es muy bonito, y después vuelve a interrumpirse.

HELLINGER *a las parejas* Christoph acaba de demostrar algo importante y quisiera explicarlo a partir de su ejemplo. *a Christoph* ¿Puedo?

Christoph asiente con un gesto.

HELLINGER ¿Sabes cómo se mantiene un problema?

CHRISTOPH Sí, mencionándolo una y otra vez.

HELLINGER Sí, describiéndolo. Es lo que acabas de hacer.

La mujer de Christoph asiente con la cabeza y se sonríe.

HELLINGER A través de su descripción, el problema se mantiene. ¿Y cómo se le priva de su poder? -Renunciando a la descripción.

Christoph permanece inmóvil durante unos instantes.

HELLINGER ¿Qué tal si le tendieras el dedo meñique?

Simplemente podrías tenderle el dedo meñique.

Birgit se ha girado hacia Christoph y le mira sonriendo. Hellinger indica los brazos cruzados de Christoph.

HELLINGER Tiéndele el dedo meñique.

CHRISTOPH Bueno.

Cuando Christoph le tiende el dedo meñique a su mujer, ésta lo coge cariñosamente, mirándole a su marido profunda y afablemente.

BIRGIT Tomo este dedo y toda tu mano.

HELLINGER En vez de describir los problemas, también es posible hacer pequeños ejercicios como éste, ¿de acuerdo?

BIRGIT Eso es muy importante.

HELLINGER *a Birgit* ¿Cómo te encuentras?

BIRGIT Me ha ido muy bien, porque ése es precisamente nuestro problema, este...

HELLINGER *interrumpiéndola* Ahora haces exactamente lo mismo. Los dos tenéis mucha práctica en la descripción de problemas.

BIRGIT Quizás ahora se acabe por fin.

HELLINGER *a Birgit* Intenta darle tú también el dedo meñique.

Cuando Birgit le tiende el dedo meñique a su marido, los dos se miran intensamente.

HELLINGER De acuerdo, éste sería un proceso interior importante, que renunciéis a la descripción. Así podéis mirar hacia delante. Por eso nunca escucho las descripciones. Aquí fue una excepción que no lo interrumpiera inmediatamente. Quería tener el buen ejemplo, o el mal ejemplo, depende de cómo se vea. ¿De acuerdo?

Ambos sonríen y asienten.

Birgit y Christoph: «Nuestro primer hijo murió pronto» La familia actual y la familia de origen del marido

HELLINGER *a Christoph y a Birgit* Ahora configuraremos vuestro sistema actual.

a Birgit ¿Empiezas tú?

BIRGIT :Qué yo lo configure?

HELLINGER Sí, tú primero. Tu marido también tendrá una oportunidad.

BIRGIT Yo preferiría que comenzara él. Tenemos cinco hijos.

HELLINGER ¿El primer hijo murió?

BIRGIT Sí.

HELLINGER ¿A qué edad ?

BIRGIT A los diecisiete días.

HELLINGER ¿De que?

BIRGIT Tenía una grave disfunción cardíaca. Pero de hecho murió de una sepsis después de una operación en el hospital.

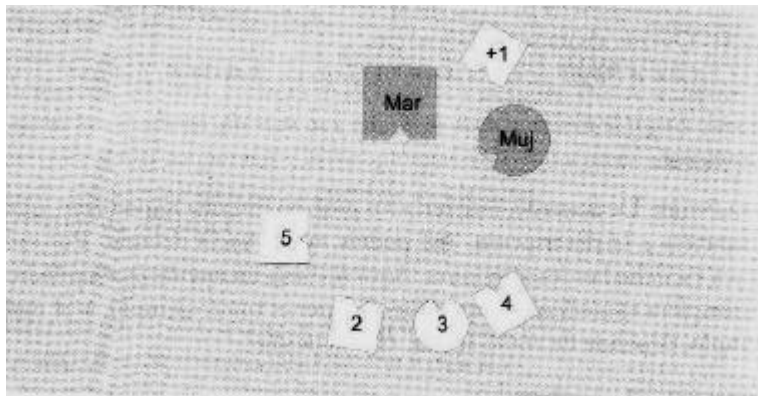
HELLINGER ¿Uno de vosotros tuvo alguna relación vinculante antes?

CHRISTOPH No.

BIRGIT No.

HELLINGER De acuerdo, configúralo.

Figura 1a configurada por la mujer



Abreviaciones:

Mar marido (= Christoph)

Muj mujer (= Birgit)

+ 1 primer hijo; murió a los 17 días de nacer

2 segundo hijo

3 tercera hija

4 cuarto hijo

5 quinto hijo

HELLINGER ¿Quién es quién?

BIRGIT El primer hijo, el hijo mayor, es decir, el hijo mayor con vida, el segundo es...

HELLINGER ¿El hijo muerto también se cuenta? BIRGIT

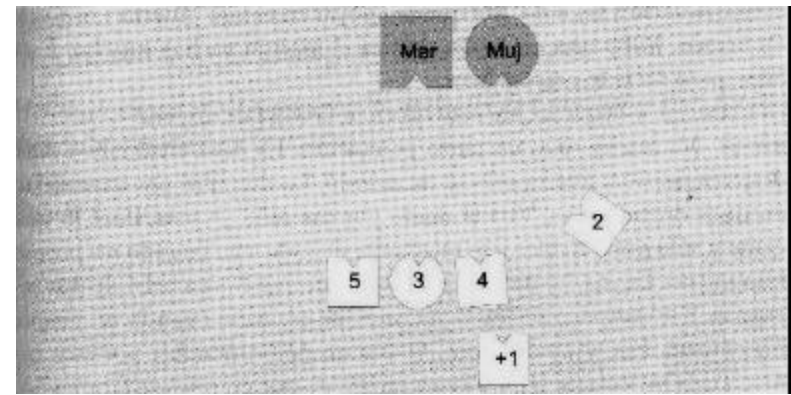
Totalmente.

HELLINGER ¿Por qué entonces señalaste al segundo hijo como el mayor?

BIRGIT El mayor con vida.

HELLINGER No, no lo contaste realmente. Eso fue revelador. Ese hijo no se cuenta. *a Christoph* ¿Cómo lo configurarías tú?

Figura 1b configurada por el marido



HELLINGER La dinámica principal es la misma. Tiene que ver con el hijo muerto. Tanto en la constelación de antes como también en esta.

BIRGIT ¿Cómo?

HELLINGER Lo del hijo muerto es lo esencial. Eso no está resuelto. *al representante del hijo que murió prematuramente* ¿Cómo te encuentras tú?

PRIMER HIJO Fatal. En la primera constelación estaba bien. Siempre quería poner el brazo en el hombro de la mamá. Incluso quería defenderla cuando dijiste que ella no me había mencionado. Yo sí oí que me mencionó.

HELLINGER La constelación muestra claramente que el hijo muerto está excluido. De lo contrario, se hubiera configurado de otra manera. *al representante de Christoph* ¿Cómo te encuentras tú?

MARIDO En la segunda constelación me encuentro mejor que en la primera. Pero es una sensación muy pesada, sobre todo me pesa en los hombros. También noto una tirantez en el corazón. A la mujer no la noto mucho. En ambas constelaciones tenía alguna historia con el segundo hijo. Hay una sensación de hormigueo. El segundo hijo ni siquiera puede mirarme. La hija entró más en mi campo visual en la segunda constelación. Con el hijo más pequeño tengo poco contacto. Veo que está presionado de alguna forma, pero por mi parte no hay nada.

HELLINGER *a la representante de Birgit* ¿Cómo se encuentra la mujer?

MUJER En la segunda constelación me siento muy fría y el corazón me palpita fuertemente. Antes me sentía mejor. Hubo un calor bueno con el hijo muerto a mi lado. Me quería apoyar en el hijo muerto y tomarlo en brazos; hubo una conexión. Hacia el marido no hay mucho. Está bien, pero no se le percibe bien.

HELLINGER *a Birgit* ¿Qué ocurrió en tu familia de origen?

BIRGIT Mi madre tuvo un parto prematuro. La niña vivió cinco días, después murió y nunca más se mencionó. Lo descubrí por casualidad en unos documentos. Viví el duelo por esa niña yo sola, lloré lo que quise y sólo pude hablar con mi madre de todo esto cuando mi propio hijo murió. La madre de mi madre también perdió un bebé de dos semanas. Ese tampoco se contó. Yo supe de ese niño cuando mi propio hijo murió. Fue muy doloroso. Sentía un dolor increíble por esos niños. Toda mi vida he tenido la sensación de que en nuestra familia falta alguien. Ya de niña tenía la sensación de que alguien faltaba.

HELLINGER *a Birgit* ¿En quién se quería apoyar la madre?

BIRGIT En el hijo muerto.

HELLINGER No, una madre no se apoya en un hijo.

BIRGIT Pensaba que te referías a la constelación.

HELLINGER Sí, la representante lo dijo. ¿Pero a quién representaba ese hijo?

BIRGIT ¿A la hermana muerta?

HELLINGER Probablemente, la hermana muerta. ¿Tiene sentido lo que digo?

BIRGIT *asiente emocionada* Ésa es mi intuición, absolutamente.

HELLINGER *a Christoph* ¿En tu familia de origen ocurrió algo especial?

CHRISTOPH Mi abuela murió cuando mi madre tenía seis años. A mí me contaron que a partir de nacer mi madre, su madre ya no recuperó

la salud. Es decir, seis años después de nacer mi madre, su madre se murió, pero ya desde que dio a luz a mi madre, estuvo delicada y finalmente murió de un fallo cardíaco.

Los dos hermanos mayores de mi madre cayeron en la Guerra en un plazo de quince días. Además, hubo tres chicas más. Mucho tiempo después de morir la abuela, mi abuelo se casó con la prima de mi madre.

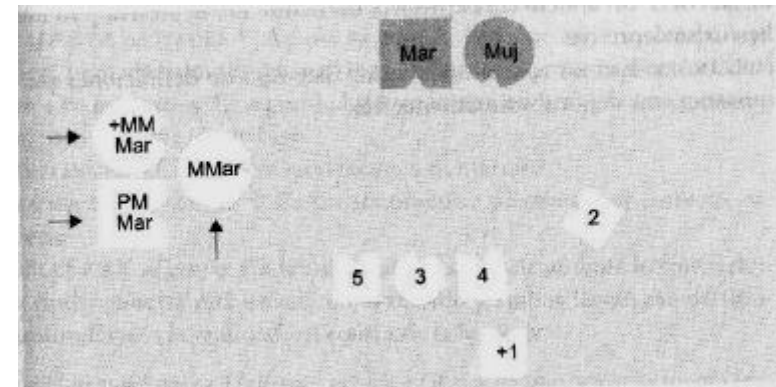
HELLINGER Eso no tiene importancia aquí. La cuestión es cuál será la relación tan extraña que tienes con el segundo hijo. ¿A quién representa? No tienes que contarme nada. Lo configuraré de forma que quede claro, ¿de acuerdo?

CHRISTOPH Aún hay otro caso más en la familia de mi madre. ¿Lo explico?

HELLINGER Creo que ya tengo los hechos esenciales.

Hellinger elige a representantes para la madre de Christoph y para sus padres, y los introduce en la imagen.

Figura 2.



Abreviaciones:

- MMar madre del marido
- +MMMar madre de la madre del marido; murió de las consecuencias del parto de la madre de Christoph
- PMMar padre de la madre del marido

HELLINGER *al representante de Christoph* ¿Ha cambiado algo?

MARIDO Son como olas de calor que me invaden. El lado derecho está más relajado.

HELLINGER ¿Qué tal hacia el hijo ahora? ¿Ha cambiado algo?

MARIDO Es difícil de decir. Quizás sea un poco más llevadero.

HELLINGER *al segundo hijo* ¿Para ti ha cambiado algo?

SEGUNDO HIJO De repente sé hacia dónde estaba mirando. Antes, todo el tiempo estaba mirando al vacío, y ahora sé dónde estaba mirando todo el tiempo.

HELLINGER *a Christoph* Es el padre de la madre a quien tiene que representar el segundo hijo. ¿Sabes cuál es la fantasía que muchas veces surge en una familia en la que una mujer muere de las consecuencias de un parto?

CHRISTOPH El hijo se siente culpable.

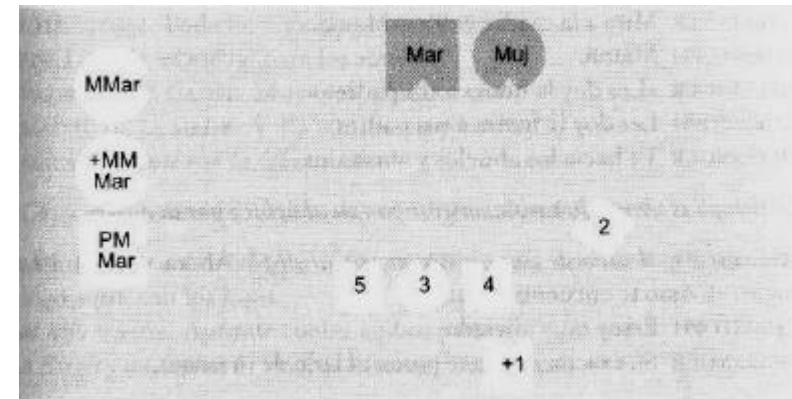
HELLINGER He preguntado cuál es la fantasía en la familia en la que una mujer muere de las consecuencias de un parto. *tras un silencio pensativo* El marido la mató, ésa es la fantasía. Así se le reprocha. Ésta es la situación aquí en la constelación.

CHRISTOPH Mi abuelo era depresivo, mi madre fue depresiva y yo me he vuelto depresivo.

HELLINGER Eso no aporta nada aquí. Este tipo de definiciones psiquiátricas me dejan absolutamente frío.

A continuación, Hellinger pone a la madre de Christoph a la derecha de sus padres.

Figura 3.



HELLINGER ¿Cómo se encuentra la abuela ahora?

MADRE DE LA MADRE t Así me va genial. Antes no me encontraba tan bien, pero ahora me encuentro bien. Notaba como una corriente eléctrica en las manos. El segundo hijo me estaba mirando constantemente, pero aquí me siento bien.

HELLINGER ¿Cómo te va en relación a tu marido?

MADRE DE LA MADRE t Es un sentimiento afectuoso, es correcto, es cierto.

HELLINGER *al grupo* En la constelación sale exactamente lo contrario: la mujer muerta está unida con el marido y ambos llevan ese destino juntos. Ésta es la realidad, en contra de la fantasía.

En un segundo paso, Hellinger le pide a Christoph que ocupe su propio lugar en la imagen. Posteriormente lo lleva delante de sus abuelos.

HELLINGER *a Christoph* Ahora te inclinas ante tus abuelos, con amor y respeto para ambos.

Christoph se inclina profundamente.

HELLINGER Pon las manos en el pecho, así es más fácil. Relaja la cabeza.

al cabo de unos instantes Ahora enderézate y di: «Abuelo, te doy la honra.»
CHRISTOPH Abuelo, te doy la honra.

HELLINGER «A ti y a la abuela os doy la honra ahora.»

CHRISTOPH A ti y a la abuela os doy la honra ahora.

HELLINGER Mira a la madre y dile: «Mamá.»

CHRISTOPH Mamá.

HELLINGER «Les doy la honra a tus padres.»

CHRISTOPH Les doy la honra a tus padres.

HELLINGER Ve hacia los abuelos y abrázalos.

Christoph es abrazado cariñosamente por sus abuelos y por su madre.

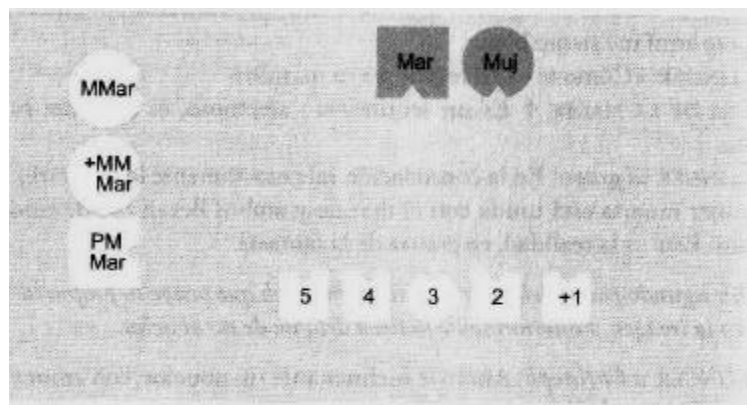
HELLINGER *al cabo de unos instantes, a Christoph* Ahora vuelves a tu lugar. ¿Cómo te encuentras aquí?

CHRISTOPH Estoy muy aliviado.

HELLINGER Sí, exacto. Ahora te pones al lado de tu mujer.

Hellinger le pide también a Birgit que ocupe su propio lugar en la imagen. A continuación pone a los hijos, por orden de edades, enfrente de los padres.

Figura 4.



HELLINGER *a Christoph* Mira hacia los abuelos y diles: «Ésta es mi mujer, y éstos son mis hijos.»

CHRISTOPH Ésta es mi mujer, y éstos son mis hijos: Sebastian, Fabián, Nino, Nina y Tim.

HELLINGER «Miradnos con buenos ojos.»

CHRISTOPH Miradnos con buenos ojos.

HELLINGER «Todo ha seguido por buen camino.»

CHRISTOPH Todo ha seguido por buen camino.

HELLINGER ¿Qué tal para los abuelos?

PADRE DE LA MADRE Muy bien, conmovedor.

MADRE DE LA MADRE t Es bonito, muy bonito.

MADRE *asiente con la cabeza* Sí.

Christoph está muy emocionado y con lágrimas en los ojos.

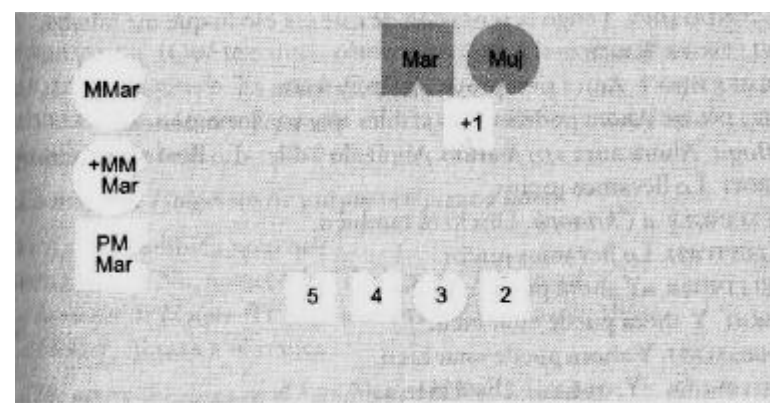
HELLINGER *a Christoph y a Birgit* Ahora aún tenemos que arreglar algo aquí, con los hijos.

al hijo muerto Apóyate contra ambos padres.

a Birgit y a Christoph Vosotros lo cogéis en brazos.

Cuando el hijo muerto se apoya contra los padres, Birgit cierra los ojos y lo acaricia.

Figura 5.



HELLINGER *al cabo de unos instantes, al hijo muerto* Ahora te das la vuelta, abrazas a ambos padres, y ambos te cogen a ti.

Christoph y Birgit abrazan cariñosamente al hijo muerto.

HELLINGER *al cabo de un tiempo* Los padres le dicen: «Querido hijo.»

BIRGIT Y CHRISTOPH Querido hijo.

HELLINGER «Te despedimos con amor.»

BIRGIT Y CHRISTOPH Te despedimos con amor.

HELLINGER «Pero en nuestros corazones tienes un lugar.»

BIRGIT Y CHRISTOPH Pero en nuestros corazones tienes un lugar.

HELLINGER «Y entre tus hermanos, también.»

BIRGIT y CHRISTOPH Y entre tus hermanos, también.

HELLINGER *al hijo muerto* ¿Cómo te encuentras?

PRIMER HIJO t Estoy bien. Todo el tiempo me encontraba bien. Simplemente me va bien.

HELLINGER Sí, y ahora ponte al lado de los hermanos. *a los hijos* Vosotros os ponéis ahora enfrente de los padres, exactamente por orden de edades.

al segundo hijo Tú miras al primer hermano muerto. Dile: «Tú eres el grande.»

SEGUNDO HIJO *alegremente* Tú eres el grande.

HELLINGER «Yo, el segundo.»

SEGUNDO HIJO Yo, el segundo.

HELLINGER ¿Qué tal?

SEGUNDO HIJO Tengo la sensación de que era eso lo que me faltaba.

HELLINGER Exacto.

PRIMER HIJO t Antes siempre estaba muy triste.

HELLINGER Ahora podéis ver lo afables que son los muertos. *a Birgit* Ahora mira a tu marido. Abrázalo y dile: «Lo llevamos juntos.»

BIRGIT Lo llevamos juntos.

HELLINGER *a Christoph* Díselo tú también.

CHRISTOPH Lo llevamos juntos.

HELLINGER «Y ahora puede estar bien.»

BIRGIT Y ahora puede estar bien.

CHRISTOPH Y ahora puede estar bien.

HELLINGER :Y, que tal? ¿Está bien así?

BIRGIT Y CHRISTOPH *con un gesto afirmativo* Sí.

HELLINGER De acuerdo, aquí lo dejo.

CHRISTOPH Sí.

BIRGIT Gracias.

Continuación de Birgit y Christoph, página 153

Darle al hijo que nació muerto un lugar en el propio corazón

Continuación de página 121

HELLINGER Me acaba de conmover mucho esto, porque nosotros también tenemos una hija que nació muerta. Hasta ahora siempre lo había tratado con mucha distancia. Pensaba que no me afectaba en absoluto. Ahora me he dado cuenta de que no era cierto.

HELLINGER Sí, exacto. ¿Y qué haces ahora?

HOLGER No sé qué debo hacer ahora.

HELLINGER Mira a la hija muerta ahora. - ¿La viste entonces?

HOLGER Sí.

HELLINGER Dile a la hija muerta: «Te tomo como mi hija.»

HOLGER Te tomo como mi hija.

HELLINGER «Y te llevo a mi corazón.»

HOLGER Y te llevo a mi corazón.

HELLINGER «Como tu padre.» HOLGER Como tu padre.

Holger y su mujer están muy conmovidos.

HELLINGER ¿Qué te parece, cómo se sentirá la hija ahora?

HOLGER *sonriendo* Es una niña pequeña.

HELLINGER *a las demás parejas* Ahora tiene sentimientos de padre para la hija. Muy bien.

La mujer de Holger sonríe y después empieza a llorar.

HOLGER También noto que ...

HELLINGER No, no necesitas decir nada. Déjalo así.

a la mujer de Holger Te dejo tranquila. Estás en ello ahora.

a Holger Abraza a tu mujer.

Elke apoya la cabeza en el hombro de Holger, llorando.

HELLINGER Imaginaos que la hija descansa entre vosotros dos. Está arropada y acogida con sus padres.

Elke acaricia tiernamente la mano de Holger como si fuera un bebé.

Conformidad con la muerte

HELLINGER En el alma hay una profunda conformidad con la muerte y con el fondo último, del que proviene la vida y al que vuelve a caer. Hay un movimiento interior que atrae a la persona de vuelta al fondo último. Es un movimiento muy delicado y hay que prestarle atención.

No obstante, hay personas que con su yo se oponen a este movimiento. Así, dicen: «Quiero vivir 120 años» y, por ejemplo, aún hacen footing a sus ochenta años, para alargar el tiempo de su vida. De esta manera hacen el ridículo ante su propia alma. El alma no quiere nada de eso. El alma, cuando sea su hora, quiere volver al fondo último. Quien asume su edad con dignidad y sigue al movimiento, suavemente vuelve a caer al fondo último cuando sea su hora. Es como una plenitud.

Otros, sin embargo, pretenden volver al fondo último mucho antes de su hora. Así traicionan su alma. El alma quiere el pleno tiempo que le esté dado.

a Holger y a Elke Algunos sólo tienen un tiempo breve, como vuestra hija que nació muerta.

Algunos piensan que la persona que vive muchos años aventaja a otra que únicamente vivió un tiempo muy breve, o que incluso nació muerta. Pero en el fondo último no hace ninguna diferencia si alguien vivió cien años o si sólo fue un segundo. ¿Qué diferencia podría hacer allá donde todo descansa? Tenemos que revisar nuestra soberbia que nos dice que nosotros tenemos una ventaja si vivimos muchos años.

Es fatal cuando, en una familia, un hijo que nació muerto o que murió prematuramente no se cuenta entre los demás hermanos. Incluso existe un nuevo decreto estatal que afirma que a los funcionarios les supone demasiado trabajo registrar en el Libro de Familia también a los hijos que nacieron muertos. Una actitud así es incomprensible.

En las Constelaciones Familiares se ve el efecto que estos hijos tienen y lo importantes que son.

Cuando los hijos que murieron prematuramente reciben su lugar, aquellos que vivieron más tiempo, o que sobrevivieron, pueden tomar su vida sin arrogancia. Porque respetan a los muertos. De lo contrario, frecuentemente tienen la sensación de que no se merecen la vida. Sin

embargo, cuando los muertos son respetados, se muestran afables con los vivos.

Continuación de Elke y Holger, página 188

Después de una ronda

Continuación de página 151

CHRISTOPH Estoy muy positivo. A través de la constelación, los abuelos, sobre todo la abuela y su hijo muerto, se me hicieron presentes. También a nivel de sentimientos están presentes ahora y tengo una imagen. Pero en lo que a mi familia actual con Birgit se refiere, aún falta algo.

HELLINGER Tienes que pensar en algo muy especial para tu mujer.

Christoph sonríe y asiente con la cabeza. Después, también Birgit sonríe y hace un gesto afirmativo.

BIRGIT Yo estoy bien. Antes siempre me esforzaba tanto por contar también a nuestro hijo muerto entre sus hermanos. Está representado en nuestra casa; hay un gran dibujo con cinco niños. Nuestros hijos les hablan a sus amigos de su hermano mayor. De alguna manera está viviendo con nosotros.

HELLINGER Donde hay tantos dibujos, parece sospechoso.

BIRGIT Quería que no se le olvidara.

HELLINGER Si el hijo puede vibrar entre vosotros con toda normalidad, ya no hace falta lo otro.

BIRGIT Es posible.

HELLINGER Empieza de nuevo.

BIRGIT *se ríe y asiente* ¡Vale!

Durante una ronda, la mañana siguiente ÉL te debe

algo

BIRGIT He dormido bien. Tengo muchas preguntas, demasiadas preguntas. Me están pasando muchas cosas por la cabeza. Dudo de si realmente hemos aprendido algo de la constelación. Aún estoy dudando, porque se trata de la aceptación ...

HELLINGER *interrumpe* No está resuelto. El te debe algo y no está dispuesto a dártelo.

BIRGIT Ayer me quiso hacer un regalo ...

HELLINGER *interrumpe* No quiero hablar de ello. *a Christoph* Está clarísimo que le debes algo. No sé qué es, ni tampoco quiero saberlo. Eso tiene que arreglarse. Las relaciones reaccionan muy sensibles ante el dar y el tomar; ante el respeto y el reconocimiento mutuos.

Birgit asiente con la cabeza, mientras Christoph permanece con los brazos cruzados.

CHRISTOPH He dormido muy mal. Me es difícil de expresar. Hay algo como una imagen desfigurada. Hay algo que se ha desplazado, pero no está claro.

HELLINGER No importa. Algo así ya puede tardar su tiempo hasta que se despliegue.

Dejarse impactar por la nueva imagen

HELLINGER Aún quisiera advertir algo: cuando surgen temas nuevos o una imagen nueva, no hay que actuar inmediatamente —eso es de suma importancia. No se deben tomar decisiones en seguida. Sino es la imagen misma la que actúa, y al cabo de un tiempo está clarísimo que hay que hacer. Si se hace de prisa, uno se adelanta al alma. Así, la imagen se retira de nuevo. Es importante no tomar decisiones precipitadas, sino seguir de la misma manera que hasta ahora, sin cambios. Hasta que de repente esté claro.

O se da un cambio sin que uno mismo se dé cuenta; sin ninguna presión por parte del propio yo, por así decirlo.

Christoph y Birgit asienten.

Me recuerdas...

HARM Durante la constelación, por un instante ella me recordó a mi hermana. Cuando rompió a llorar tenía los mismos ojos que mi hermana.

HELLINGER ¡No los tiene, tiene otros!

HARM Parecidos.

HELLINGER ¡Eso es pura fantasía!

HARM Me recordó eso.

HELLINGER «Me recuerdas...» es un timo con el que uno obliga a otras personas a tomar un papel que no es el suyo.

Por ejemplo: «Me recuerdas a mi padre.» Cuando con mi padre hubo problemas, lo sacaré todo contigo, porque tú me lo recuerdas. Eso es un timo.

HARM Sólo fue un instante.

HELLINGER Incluso eso ya es demasiado. Sobre todo, si le dices a tu mujer: «Me recuerdas ...», entonces la relación está perdida. O si la mujer dice: «Me recuerdas ...», la relación está perdida. Entonces ya puedes olvidarte de ella. - De acuerdo, caigo más?

HARM De momento, no.

HELLINGER ¿Te he dado una pequeña lección?

HARM De momento, no.

Harm sonríe.

Al día siguiente

Discutir para descansar del amor

HARM Bert, tu frase de ayer: «Te acabo de dar una lección», me resultó dura de aceptar. Comprendí el contenido, pero no pude tomar la frase. Tampoco sé con que tendrá que ver.

HELLINGER ¿Fue una buena lección?

HARM Estuvo bien.

Harm y Marion se ríen.

HARM *con voz conmovida* Esta mañana tuvimos una discusión. La encontré tan típica en nuestra relación: primero nos entendemos bien, y de repente surge una discusión. En esos momentos ya no tengo ninguna influencia sobre el desarrollo posterior de la discusión. Todo se descontrola. Para mí no se explica cómo es posible que una y otra vez lleguemos a eso.

HELLINGER Cómo tratar con una pelea se explica en los cuentos de los hermanos Grimm.

HARM Pero yo quisiera conocer las causas.

HELLINGER Te digo cómo se trata esa situación; no estoy hablando de las causas. ¿Conoces el cuento del Sastrecillo Valiente?

HARM Sí, un poquito.

HELLINGER El Sastrecillo Valiente se vio atacado por un unicornio, (Sabes lo que hizo el Sastrecillo?)

HARM No.

HELLINGER Dio un paso al lado.

Harm y Marion se miran a los ojos; ambos se ríen con ganas.

HELLINGER ¿De acuerdo? ¿Algo más?

HARM No.

MARION Yo dormí muy bien, hasta la madrugada. Entonces tuve un sueño muy malo. A partir de entonces ya no me encontraba tan bien.

Después nos peleamos. Y ahora estoy de mal humor y cabreada.

HELLINGER ¿Te encuentras bien en ello?

MARIÓN A veces.

Marion se ríe.

HELLINGER Por eso.

MARION No, hoy en el fondo no me va bien.

Marion sonrío al hablar.

HELLINGER Si te supone una satisfacción estar de mal humor, tu pareja a veces te tiene que decir: «Por ti lo aguanto con ganas.» Eso también sería una manera de manejarlo.

a las parejas ¡Algunas parejas necesitan descansar del amor! En la discusión entre la pareja, la mayoría de las veces se trata de ganar más distancia. A través de la discusión se restablece una distancia.

MARION Sí, quizás sea eso.

HELLINGER ¿Algo más?

MARION No.

Unas horas más tarde

La discusión es una manera de ganar distancia de la pareja

MARION Tengo dificultades con lo que antes me dijiste sobre el tema de las discusiones.

HELLINGER Qué te dije?

MARION Que la discusión lleva a la distancia cuando el amor se hace demasiado grande. En el fondo no lo quiero, porque tuvimos discusiones durante mucho tiempo. Los dos queremos estar otra vez más cerca, pero simplemente no lo conseguimos.

HELLINGER Proximidad y distancia van juntos. Cuando en la relación hay demasiada cercanía, surge una discusión y después se tiene otra vez la distancia óptima. A continuación, los dos pueden acercarse de nuevo. Es un ir y venir. Por regla general es mucho más bonito después de una pelea.

MARION Por regla general, quizás; pero para nosotros, no.

HELLINGER ¿Para vosotros, no?

MARION También lo conozco así, pero ahora no lo conseguimos.

HELLINGER Una vez me contaron de un hombre que quería ir a ver a su amigo. Cuando llamó a la puerta, el amigo salió, radiante. El visitante le dijo:

-¡Sí que estás radiante!

-Sí-, le contestó el amigo, -tuve una discusión con mi mujer; después, siempre es mucho más bonito.

Marion y Harm se ríen.

MARION Quizás aún llegue.

HELLINGER De acuerdo, bien.

HARM A mí también me dan vueltas estos enfrentamientos. Siempre se trata de un tema fundamental: la falta de respeto.

HELLINGER En el fondo es fácil de solucionar.

HARM ¿Sí?

HELLINGER ¿Sabes cómo?

HARM No.

HELLINGER Cada día le dices tres cosas de ella que la alegren. Es un ejercicio muy sencillo.

HARM Lo intentaré.

Compensación positiva y negativa

HELLINGER Un motivo principal para la discusión es la falta de igualdad o de equilibrio entre el dar y el tomar. En aquellas relaciones en las que el amor es fuerte, uno le da al otro algo de sí mismo. Así, el otro si siente presionado. Todo lo que recibo, me crea presión, me hace sentirme obligado. Puedo aligerar esa presión dándole al otro también. Pero como le quiero, le doy un poco más. Así, también él se siente presionado y también él me devuelve algo; pero como me quiere, me da un poco más. Así, el intercambio se incrementa y se enriquece: ésa es la felicidad rica y plena, el intercambio positivo. Sin embargo, los dos cada vez se encuentran más vinculados. Ésa es la desventaja: se pierde algo de la libertad. Ahora bien, es una renuncia fácil de sobrellevar comparada con aquello que se recibe a cambio.

Marion se gira hacia Harm y le mira a los ojos.

HELLINGER Sí, mírale con cariño. Tranquila, que no hace ningún daño.

Marion y Harm sonríen.

HELLINGER Esta fue la parte fácil. Ahora viene la parte difícil. En un pareja, muchas veces ocurre que uno le hace daño al otro. En consecuencia, también el otro siente la necesidad de compensar, por lo que a su vez le hace daño al primero. Dado que se siente justificado, le hace un poco más de daño al primero que éste le hizo a él. Así, el primero tiene de nuevo el derecho de hacerle un poco más de daño a él. *a Marion y Harm ¿Os suena eso?*

HARM Sí, sí, me suena.

Marion hace un gesto afirmativo.

HELLINGER Así, también aquí se incrementa el intercambio, pero esta vez en lo negativo. Este intercambio en lo negativo destruye muchas relaciones. A través del intercambio en lo negativo, la pareja acaba vinculada de la misma manera que en el intercambio positivo; la única diferencia es que las personas son infelices. No obstante, también aquí hay una solución: en vez de devolver un poco más de lo negativo, se devuelve un poco menos. No obstante, es imprescindible devolver

algo. No se puede perdonar. El perdonar destruye el intercambio y la relación. Cuando el otro me hizo daño, le digo: por el bien del amor, yo también te hago daño a tí, para que nuestra relación no se pierda. Pero te perjudicaré un poco menos. Este poquito menos abre nuevamente el camino hacia el intercambio positivo.

En una relación se puede ver inmediatamente si el intercambio se realiza más bien en lo positivo o en lo negativo. La solución se halla en abandonar el intercambio negativo para pasar nuevamente al positivo. Ese paso no requiere mucho; únicamente un poco más de lo positivo. Cuando una pareja logra dar este paso, la relación cobra una serenidad alegre.

Lo más grande que le puedo dar a mi pareja es reconocer y respetarla. Eso es lo más importante. Y además, «tal como es».

Algunos dicen: Te respetaré cuando cambies. Eso ya se puede olvidar. *a Marion y Harm* Tal como es el compañero, está bien. Si no hubiera estado bien así, no te habrías casado con él. Ni él tampoco se habría casado contigo, si no hubieras sido la idónea para él. Cada uno debe seguir siendo idóneo de esta forma.

Donde no hay ningún impulso para la mejora, cada uno puede desarrollarse con más plenitud. En cambio, en cuanto el otro le exige a la pareja que cambie, ésta se lo debe a su dignidad seguir de la manera que está. ¿Lo he dejado claro así?

Marion y Harm asienten.

HELLINGER *con picardía* ¿Os acabo de dar otra lección más?

HARM Sí.

El tercer y último día

Harm y Marion: «Lo sabía»

La familia actual y el compañero anterior de la mujer, que la quiso asesinar

HELLINGER Me parece que hoy aún nos queda algo por hacer.

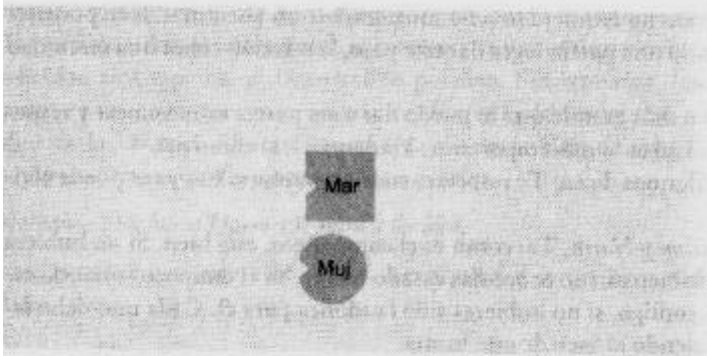
a Harm ¿Cuál era tu asunto?

HARM De momento no lo sé con toda seguridad.

HELLINGER ¿Estáis casados vosotros dos?

HARM Y MARION Sí.
 HELLINGER ¿Tenéis hijos?
 HARM Y MARION No.
 MARION Ese es precisamente el gran problema.
 HELLINGER Harm, configura el sistema actual: tu mujer y tú.

Figura 1a configurada por el marido



Abreviaciones:

Mar marido (= Harm)

Muj mujer (= Marión)

HELLINGER *al representante de Harm* ¿Cómo se encuentra el marido?

MARIDO Me siento un poco solitario. *Indica a la mujer a su lado.* Es demasiado poco -todavía.

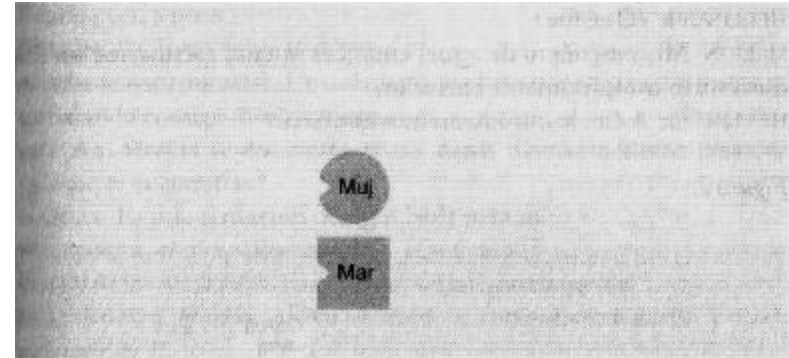
MUJER No lo puedo mirar. *Indica su hombro izquierdo.* Tengo mucho frío aquí.

HELLINGER Marión, ¿cómo lo configurarías tú?

MARION Lo hubiera hecho de otra manera.

HELLINGER Hazlo de manera centrada, siguiendo enteramente tu intuición.

Figura 1b configurada por la mujer



HELLINGER *a los representantes* De acuerdo. ¿Qué ha cambiado?

MARIDO Es mejor. Antes, el lado derecho estaba vacío, y ahora está la mujer. En el lado izquierdo no me falta nada.

MUJER Para mí también está mejor. De alguna manera estoy más derecha, por como lo siento. Pero sigo sin poder mirarle.

HELLINGER *a Marion* ¿Qué hubo en tu familia de origen?

MARION Tengo una hermana cuatro años mayor. Mis padres se separaron cuando yo tenía aproximadamente ocho años. Mi padre volvió a casarse, y con su nueva pareja adoptó a dos hijos. Hace dos años y medio, mi padre murió de cáncer. Mi madre se operó de cáncer de mama dos veces ya. En la familia de mi madre hubo una muerte trágica. El hermano menor, a la edad de 21 años, se suicidó abriendo la llave de gas. Ésos serían los hechos más incisivos que se me ocurren ahora.

HELLINGER ¿Uno de tus padres tuvo una relación vinculante antes?

MARION Que yo sepa, no.

HELLINGER El hermano de tu madre, que se suicidó, ¿era más joven que tu madre?

MARION Sí.

HELLINGER No creo que pueda ser eso. ¿Pasó algo entre vosotros dos?

¿Uno de los dos tuvisteis una relación vinculante antes?

MARION y HARM Sí.

HELLINGER ¿Ambos? ¿Cuántas relaciones vinculantes?

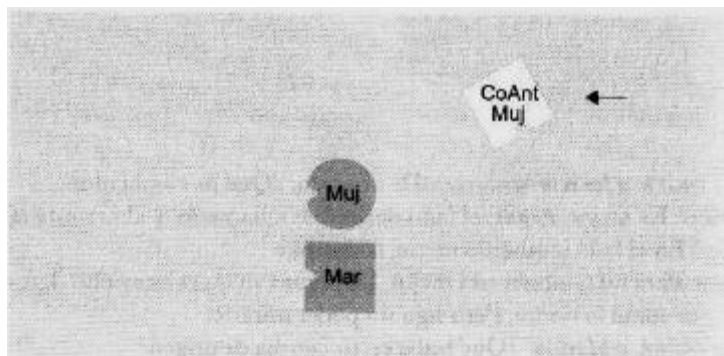
Marion En mi caso hubo tres de importancia. Pero no hubo hijos. Sin embargo, sí que hubo un suceso grave.

HELLINGER ¿Qué fue?

MARION Mi compañero de aquel entonces intentó asesinar me un día que estuvo completamente borracho.

HELLINGER A éste le introduciremos también.

Figura 2.



Abreviaciones:

CoAntMuj compañero anterior de la mujer; intentó asesinarla

HELLINGER a la mujer ¿Qué hay ahora?

MUJER Tengo escalofríos. Me asusté mucho. Empiezo a sentir miedo y también podría llorar. Es como si algo me tuviera cogida, como prisionera.

HELLINGER a Marion ¿Le denunciaste?

MARION En un principio no lo hice, pero después, la policía me instó a que lo hiciera. Posteriormente hubo un pleito, pero ya antes retiré la denuncia, porque la presión era demasiado grande. Finalmente tuve que comparecer como testigo, porque el fiscal hizo la denuncia.

HELLINGER ¿Le sentenciaron?

MARION No lo sé. El juicio duró dos días porque aún había cometido otros delitos más; consumo de drogas, tráfico de drogas, delito de fuga después de un accidente ...

HELLINGER ¿Por qué te vas con un hombre así?

MARION *se ríe* Cuando lo conocí no sabía nada de todo eso. Fue saliendo poco a poco.

HELLINGER Estas cosas se saben.

al cabo de unos instantes Dejaré que tu representante se siente y seguiré trabajando contigo directamente.

una vez Marion se encuentra en su lugar Toma contacto primero. ¿Cómo te encuentras?

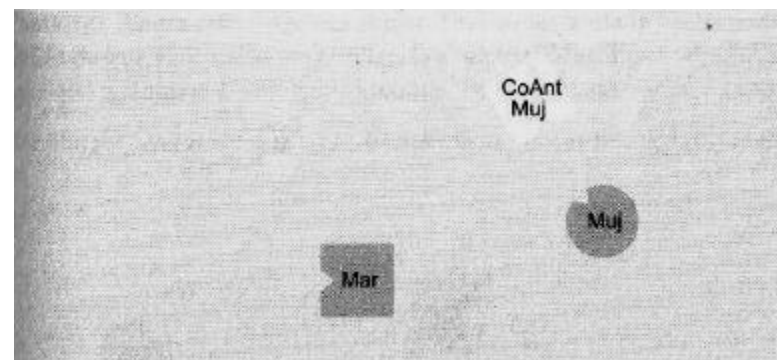
MARION Es una sensación desagradable para mí.

HELLINGER *al compañero anterior* ¿Qué tal tú?

COMPAÑERO ANTERIOR El corazón me late fuertemente.

HELLINGER a Marion Ahora ve hacia tu compañero anterior y ponte enfrente de él.

Figura 3.



Marion y su compañero anterior se miran a los ojos largamente y sin pronunciar palabra.

HELLINGER a Marion Ponte a su lado.

Marion se pone a ¡a derecha de su compañero anterior.

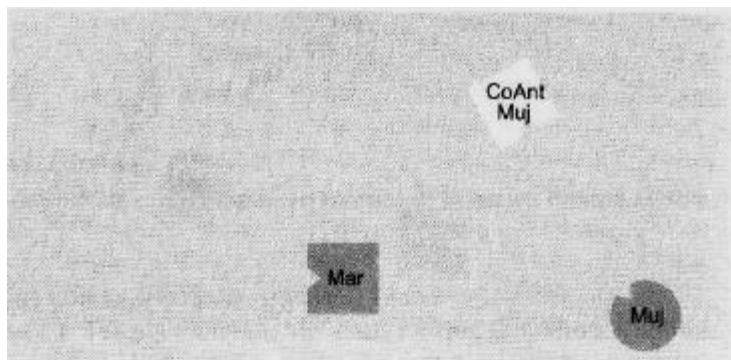
HELLINGER a Marion ¿Qué hay?

Marion Es una sensación curiosa.

HELLINGER ¿Cómo es la sensación ?

MARION Es desagradable.
 HELLINGER *al compañero anterior* ¿Para ti?
 COMPAÑERO ANTERIOR Estoy nervioso,
 HELLINGER *a Marion* Ponte otra vez enfrente de él.
cuando Marion se encuentra enfrente de su compañero ¿Qué tal así?
 MARION Mejor.
 HELLINGER Mírale y dile: «Lo sabía.»
 MARION Lo sabía.
 HELLINGER «Lo asumo; lo sabía»
 MARION Lo asumo; lo sabía.
 HELLINGER «Pero ahora me retiro de ti.»
 MARION Pero ahora me retiro de ti.
 HELLINGER *a Marion* Hazlo. Mírale mientras te retiras lentamente.
 Manténlo siempre a la vista.

Figura 4.



HELLINGER *después de que Marion se retirara unos cuantos pasos* ¿Qué tal así?
 Marion *con un gesto afirmativo* ¡Mejor!
 HELLINGER *al compañero anterior* ¿Qué tal para ti?
 COMPAÑERO ANTERIOR En un principio, bien. Pero de alguna manera también me sabe mal.
 HELLINGER Dile: «Dejo que te vayas.»
 COMPAÑERO ANTERIOR Dejo que te vayas.

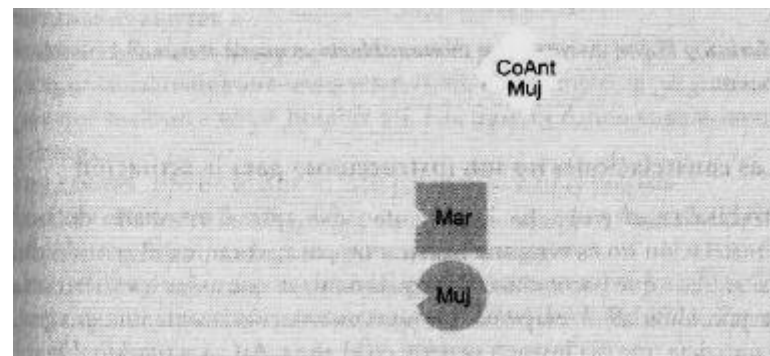
HELLINGER «Yo lo llevo.»
 COMPAÑERO ANTERIOR Yo lo llevo.
 HELLINGER «Todo.»
 COMPAÑERO ANTERIOR Todo.
 HELLINGER ¿Qué tal?
 COMPAÑERO ANTERIOR Es correcto así.
 HELLINGER Ahora date la vuelta y da unos cuantos pasos hacia delante.
El compañero anterior acaba de espaldas hacia Marion.
 HELLINGER *a Marion* ¿Qué hay ahora?
 MARION Me siento aliviada.

Hellinger pone a Marion detrás del representante de su marido, a unos pasos de distancia.

HELLINGER *al marido* ¿Cómo ha sido para ti todo este tiempo?
 MARIDO Ahora estoy otra vez mejor. Pero antes tenía la fuerte sensación de que todo se iba desarrollando a mis espaldas. Y pensaba: «Tengo que aguantar. Tengo que aguantar. Tengo que aguantar.»

Hellinger pone al representante del marido de Marion a la derecha de ella.

Figura 5.



HELLINGER *a Marion* ¿Qué tal así?

MARION Es agradable.
HELLINGER *al marido i* Para ti ?
MARIDO Me cuesta soltar tan rápidamente aquello que pasó antes.
Aún me va dando vueltas.
HELLINGER ¿Qué exactamente?
MARIDO El hecho de aceptarla aquí a mi lado. Me cuesta perdonarle.
HELLINGER *a Harm* ¿Qué te parece a tí?
HARM *pensativo* Yo también siento siempre un ligero reproche hacia ella. Pero no se de qué.

Hellinger le pide a Harm que ocupe su propio lugar en la imagen.

HELLINGER *a Harm* Mírala y dile: «Me es demasiado peligroso.»

HARM Me es demasiado peligroso.

HELLINGER ¿Qué tal? ¿Es cierta la frase?

HARM No.

HELLINGER *a Marion* ¿Cómo te llega a ti si dice eso?

MARION No me llega.

HELLINGER No llega.

después de que Harm mirara largamente a los ojos de su mujer ¿Está bien así?

HARM Estoy un poco triste.

Harm vuelve a mirar a los ojos de Marion.

HELLINGER Creo que aquí lo dejo. ¿De acuerdo?

Marion y Harm asienten y se sientan. Harm se queda mirando pensativamente.

Las constelaciones no son instrucciones para la actuación

HELLINGER *al grupo* Es importante saber que el resultado de una constelación no es ninguna instrucción para actuar, en el sentido de: así se tiene que hacer ahora. Eso sería fatal, ya que así se transferiría la responsabilidad al terapeuta. De una constelación resulta una imagen, y uno deja que esa imagen penetre en el alma. Así va actuando. De repente, el alma ve: éste es el camino. Entonces se sabe qué hacer. Así no es ninguna actuación ajena, inducida desde fuera, sino una actuación

que nace de la propia responsabilidad, de la propia alma. Eso es muy importante y se aplica a todas estas constelaciones.

¿Aún hay preguntas o comentarios sobre lo que hubo antes?

Representante de la mujer ¿Referente al papel?

HELLINGER Lo que fuera.

Representante de la mujer En el momento en el que Marion dijo: «Lo sabía», yo me quedé totalmente relajada y acabé de salir del papel, representante del compañero anterior En este papel también tuve la sensación de que yo era interesante, en el sentido de una diversión o de una excitación.

HELLINGER Éste es un comentario importante también. *a Marion* Mantengo la frase que te propuse. Esa frase lleva a la seriedad. De lo contrario, se convierte en un juego.

Harm y Marion se miran y sacuden las cabezas.

HARM ¿A cuál te refieres ahora?

HELLINGER Sabes perfectamente de qué frase se trata.

Harm sonríe y asiente.

Después de la pausa

HARM Estoy muy tranquilo, un poco reservado, algo triste, pero también un tanto fortalecido, y a pesar de todo, abierto para un futuro. Me siento muy abierto.

MARION Me siento bastante desorientada, porque para mí, la constelación no me dio ninguna imagen tan clara. Por ejemplo, la pregunta de por qué me busco yo un hombre así. Esa frase va dando vueltas en mi cabeza.

HELLINGER Eso no lo dije yo. Mis palabras son muy precisas.

MARION De todos modos, voy pensando por qué lo escogería. Hasta ahora no encuentro ninguna respuesta a esa pregunta.

HELLINGER Para mí se trataba de que reconocieras que lo sabías. Es decir, que tuvieras una parte de responsabilidad de tu situación. Eso es lo esencial.

MARION A pesar de todo, me da vueltas ese por qué. ¿Por qué lo hice?

HELLINGER El por qué no tiene ninguna importancia. Los actos mis-

mos tienen consecuencias. Interiormente tienes que decirte: Lo hice así y asumo las consecuencias. Asumo las consecuencias hasta donde me conciernan.

Al día siguiente

Cuando una pareja no puede tener hijos

HARM ¿Qué ocurre con las parejas que no pueden tener hijos? Entonces no puede convertirse en un sistema nuevo, tal como explicaste hace poco. ¿Qué ocurre entonces?

HELLINGER Cuando una pareja se encuentra y al cabo de un tiempo resulta que uno de los dos no puede tener hijos, no debe pasarle esta carga al otro, para así decirlo. Cuando uno no puede tener hijos, pero el otro sí puede y quiere tenerlos, entonces aquél que no puede tenerlos tiene que darle la libertad al otro. No es lícito cargarle a otro el propio destino. Cada uno tiene que llevar su propio destino, y así conserva su dignidad. Cuando, después, el compañero le dice: «A pesar de todo, me quedo contigo», es un regalo grande y hay que reconocerlo particularmente.

Donde hay una nueva relación en la que uno de los compañeros se ha esterilizado, no se da ningún vínculo fuerte. En un caso así, de antemano se excluye algo muy esencial.

HARM ¿Eso sería un destino también?

HELLINGER En un caso así, la persona tiene que vivir con su destino y con las consecuencias de su actuar. Eso hay que reconocerlo. Cuando una persona vive de esta manera, de alguna forma también hay dignidad en ello.

Algo más tarde

MARION A mí me preocupa lo que antes dijiste sobre la esterilidad no deseada. Porque ese es nuestro gran problema. Para mí es difícil encontrar un camino.

HARM A mí también me da vueltas ese tema. Noto un cierto vacío en mi interior. Pensaba que ya había pasado mi destino hacia arriba. *Indica el techo.* Pero me sigue dando vueltas.

Continuación de página 78

DANIELA A mí también me mueve este tema. He tenido unas cuantas operaciones en el abdomen. Pero no se me dijo que no podía tener hijos. Soy fértil, pero a pesar de todo puede ser que no funcione.

HELLINGER Un riesgo así lo asume la pareja. De hecho, en cualquier relación también es así, nunca se sabe de antemano.

Después de que otra pareja configurara su familia

Lo que ayuda es la realidad

Continuación de página 102

STEFFEN a Bert Hellinger Cuando les dijiste: «Eso no tiene solución», y que él tenía que permitir que ella se fuera y que él se hiciera cargo de los niños, algo se encogió en mi interior. ¡Estoy cabreadísimo contigo! ¡Que tengas la desfachatez de decirle: «Eso no tiene solución»!

HELLINGER ¿Tú qué viste? ¿Viste otra cosa que yo? ¿Realmente te fijaste?

STEFFEN No, sí que tengo la sensación de que es cierto, pero me identifico mucho con él. Me es difícil de aguantar.

HELLINGER Ésta es la realidad. Yo no la temo. Porque si algo hay que ayuda, únicamente puede ser la realidad. El mirarla de frente, sea como sea. De lo contrario, uno está por las nubes, y allá de todos modos no hay ninguna solución. En la tierra, sin embargo, de vez en cuando la hay, ¿de acuerdo?

Steffen asiente con la cabeza.

SABINE Aún estoy muy removida por la constelación. Para mí es algo totalmente nuevo que aquí, en el pecho, sienta tanto. Normalmente es más en medio y en la parte baja del cuerpo.

HELLINGER Está bien que arriba se vaya abriendo.

SABINE Sí.

¿Quieres vivir?

KARIN Desearía que mi marido pudiera confiar en mí. Muy profundamente. Y que yo supiera perdonar.

HELLINGER ¿Qué quieres perdonar?

KARIN Hubo otra mujer. Me enfado cuando pienso en ello. Quizás también tenga que ver con mi infancia. Cuando tenía tres años me pasé mucho tiempo en el hospital. La enfermedad fue cada vez peor. A lo largo de un año fue aumentando constantemente.

HELLINGER ¿De qué enfermedad se trataba?

KARIN Primero tenía problemas con el apéndice; lo tenía en el otro lado. Tres días más tarde tuve que ingresar de nuevo por una oclusión intestinal. Después me quemé con sopa hirviendo, y otra vez tuve que pasarme unas cuantas semanas en el hospital. Después tuve una miocarditis. De alguna manera me moría, pero finalmente volví. Fue todo en un año. Creo que en aquel entonces me sentía bastante abandonada. Ese dolor que conozco desde mi infancia me volvió a surgir con aquella otra mujer. Fue el mismo sentimiento terrible.

HELLINGER ¿Quieres vivir?

KARIN Durante mucho tiempo me sentía descontenta porque había vuelto.

HELLINGER Exacto, no volviste.

KARIN Sí. *Suspira profundamente.*

HELLINGER Si no volviste, todavía no estás disponible para tu marido. En un caso así, yo también me buscaría a otra mujer.

Karin y su marido se ríen.

KARIN Sí, me gustaría aterrizar aquí en algún momento.

HELLINGER Así ya va mejor.

Karin se ríe.

BERND Como resultado de este taller desearía poder asumir mi fuerza como hombre y también, poder vivirla. Preferiblemente, con Karin.

HELLINGER De acuerdo.

a las parejas Es bonito que podamos aprender los unos de los otros. Ya veis lo polifacético que es cuando una persona quiere a otra. Así se ven las soluciones en los demás y, de paso, uno se las puede aplicar directamente.

Al día siguiente

Sentirse encerrado

BERND Esta noche estuve soñando con que me fugaba de un campo de prisioneros militar. Salí de ahí con toda violencia, con toda dureza, pero sin agresión. Tenía una meta que quería alcanzar a todo trance.

HELLINGER Una vez se me ocurrió un aforismo. En un sentido más amplio también tiene que ver con el cautiverio. Dice así: el sabio trata la verdad como una vaca la valla de púas: mientras hay comida, se mantiene lejos; después, se busca un hueco. *tras unos instantes pensativos* El listo da la vuelta por detrás.

BERND Me lo pensaré.

KARIN Estuve pensando mucho en mis relaciones. En un primer plano, siempre parecía que los hombres se iban. Pero pienso que en el fondo yo me iba antes que los hombres,

HELLINGER No lo entiendo del todo.

KARIN Hacia fuera, los hombres tenían motivos para marcharse, y así terminaban las relaciones. Cada vez me voy dando más cuenta de que en el fondo soy yo la que se va, aunque la apariencia sea otra.

HELLINGER Sí, los hombres lo hacen por ti.

Karin y Bernd se ríen.

Más tarde

Alas en lugar de pies

KARIN Durante la pausa no me encontraba bien. Es un estado de confusión general. No sé bien dónde me encuentro, sea en mi familia, o en nuestra familia, o en cualquier otro contexto.

HELLINGER Algunas personas tienen alas en lugar de pies, ¿lo sabías?

KARIN *se ríe* Lo sé.

HELLINGER «Y tú, ¿qué tienes?»

KARIN Me parece que ambas cosas. Pero más bien uso mis alas.

HELLINGER Exacto. ¿Sabes lo que significan las alas?

KARIN ¿Despegar?

HELLINGER Significa morir.

KARIN *afectada* ¿Morir?

HELLINGER Pies significan vida.

KARIN Ese tema lo conozco, ya lleva unos treinta años. ¿Qué puedo hacer para plegar las alas o deshacerme de ellas?

HELLINGER Se pueden atar ciertos pesos a los pies. La otra posibilidad sería: te dejas llevar por él.

Karin y Bernd se miran a los ojos y se sonríen.

Bernd: «Mamá, me pongo al lado de mi padre» La familia de origen

HELLINGER *mirando el reloj* Aún nos queda tiempo para una constelación.
a Bernd Configura tu familia de origen.

BERND ¿La imagen de antes del divorcio de mis padres o después ...?

HELLINGER *interrumpe* Simplemente configura tu familia de origen. ¿Cuántos hijos sois?

BERND Antes de nacer yo hubo dos abortos, siempre en el tercer mes de embarazo. Después nací yo. Después, otro aborto. Después, mi hermana.

HELLINGER Necesitamos a alguien para ti y para tu hermana.

BERND Mi padre aún tiene otro hijo más de otra mujer. Lo supe por casualidad.

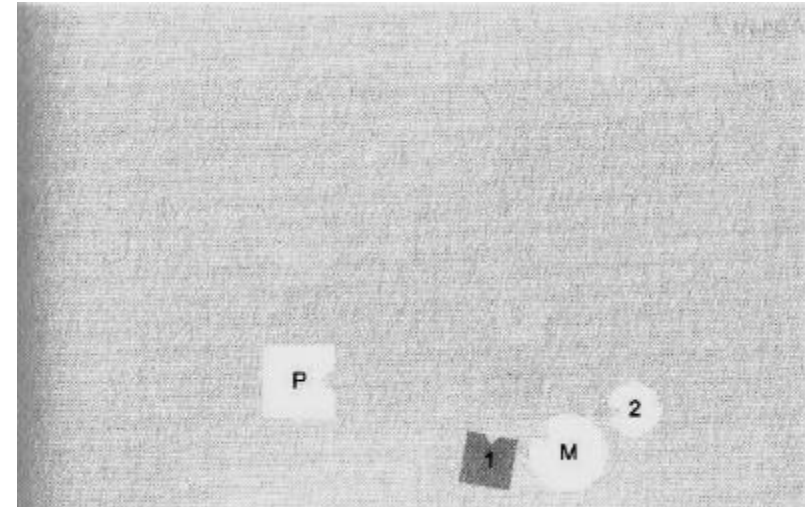
HELLINGER ¿Antes del matrimonio?

BERND Durante el matrimonio, después de mi hermana.

HELLINGER Ese hijo ilegítimo quizás lo introduzcamos más adelante.

Primeramente, los padres, tú y la hermana. Empezaremos con esas cuatro personas.

Figura 1.



Abreviaciones:

- P padre
- M madre
- 1 primer hijo (= Bernd)**
- 2 segunda hija

HELLINGER *a Bernd* ¿Tu madre intentó suicidarse alguna vez?

BERND No.

HELLINGER ¿Amenazaba con hacerlo?

BERND No lo sé.

HELLINGER ¿Cuál es tu impresión? ¿Se quería suicidar?

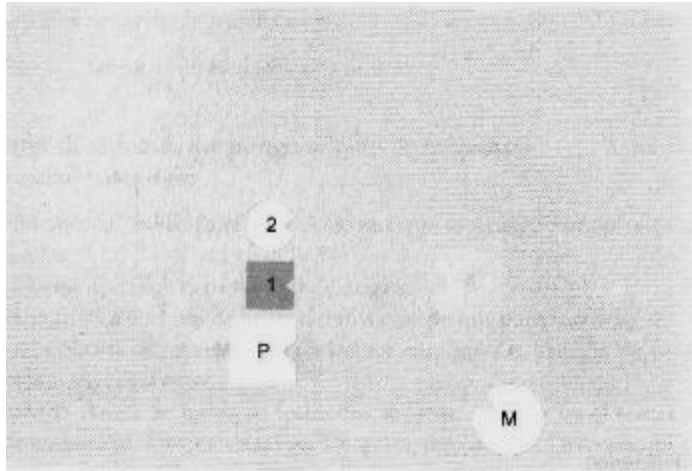
BERND No. Pero desde su infancia planeaba tener hijos, pero sin amar a ningún hombre.

HELLINGER ¿Fue así?

BERND Al final acabó siendo así.

Hellinger pone a los hijos a la izquierda del padre.

Figura 2.



HELLINGER *al hijo* ¿Qué tal aquí?

PRIMER HIJO Aquí noto calor y estabilidad.

HELLINGER ¿Es mejor o peor que antes?

PRIMER HIJO Un poco mejor.

HELLINGER *a la hija* ¿Para tí?

SEGUNDA HIJA Me siento muchísimo más relajada. Antes tenía la sensación de sentir una atracción increíble hacia mi madre, pero siempre tenía dolor de cabeza cuando miraba hacia mi padre. Pero ahora es realmente agradable.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra el padre?

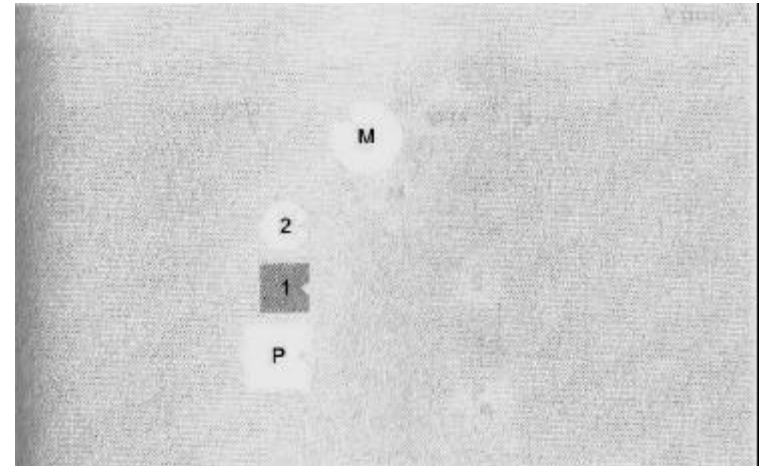
PADRE Antes sentía auténtico frío, y ahora es un poco más agradable.

HELLINGER ¿Para la madre?

MADRE Pues, yo preferiría no mirarlos.

Bert Hellinger aleja a la madre unos pasos de la familia, con la vista apartada.

Figura 3.



HELLINGER ¿Qué tal así?

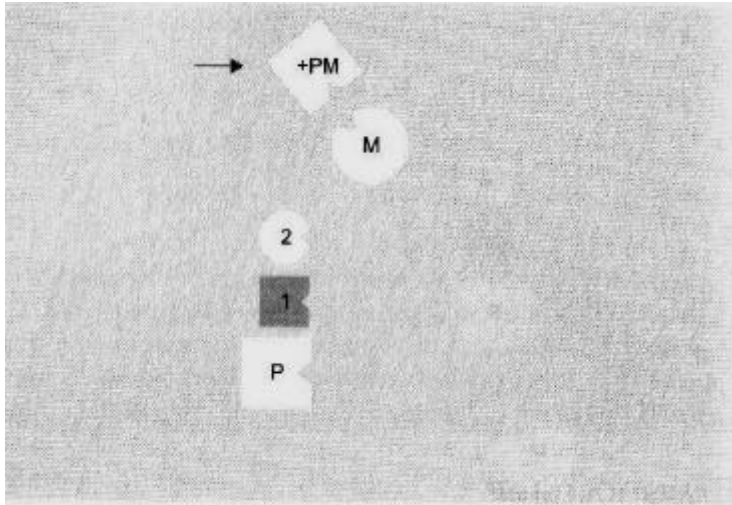
MADRE Es como si estuviera envuelta en un velo. Igual que antes. En el fondo da igual.

HELLINGER *a Bernd* ¿Qué ocurrió en su familia de origen?

BERND El padre de mi madre desapareció en la guerra.

Hellinger pone al padre de la madre delante de ésta.

Figura 4.



Abreviaciones:

+ PM padre de la madre; desapareció en la guerra

HELLINGER *Éste es el anhelo de la madre.*

a la madre ¿Cómo te encuentras ahora?

MADRE Sí, aún podría acercarme más al padre.

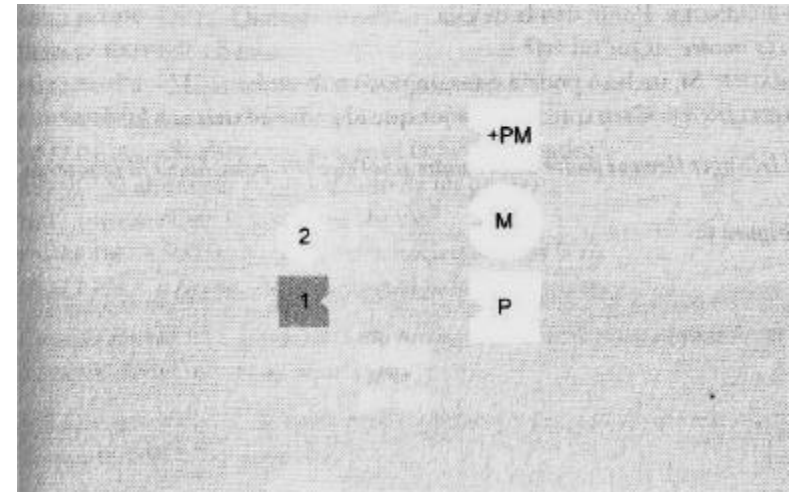
HELLINGER *a Bernd* Tu madre hizo lo mismo que su madre: vivir sin marido. Ésa es la lealtad de una hija: procura perder al marido, de la misma manera que la madre. Muchas veces, al mismo tiempo y a la misma edad.

BERND Sí, por el tiempo ya sería eso.

HELLINGER Así son los hijos. Pero ésa no es ninguna solución buena.

Hellinger pone a la madre y al padre de ésta a la vista de los hijos. Después pone al marido a su izquierda. Los hijos están enfrente.

Figura 5.



HELLINGER *al hijo* ¿Qué tal para ti?

PRIMER HIJO Es una sensación muy buena.

HELLINGER *a la hija* ¿Para ti ?

SEGUNDA HIJA Sí.

HELLINGER *al padre* ¿Para ti?

PADRE Bien, fantástico.

HELLINGER *a la madre* ¿Para ti?

MADRE Me apoyo en el padre. Pero me gustaría tener al marido un poco más cerca.

HELLINGER Coge al marido. Aquí hay que recuperar algo.

La mujer coge al marido por la cintura.

MADRE Todavía estoy un poco temblorosa. Pero ahora, por fin, miro a mis hijos. Ahora también quisiera mirar al marido.

Se gira hacia el marido y le mira a los ojos.

MADRE Pero mi padre no debe marcharse. Quiero que se quede todavía.

HELLINGER *al padre de la madre* ¿Cómo te encuentras tú ?

PADRE DE LA MADRE f Ahora que ella abraza a su marido, quisiera retirarme unos pasos. Eso sí que lo quisiera.

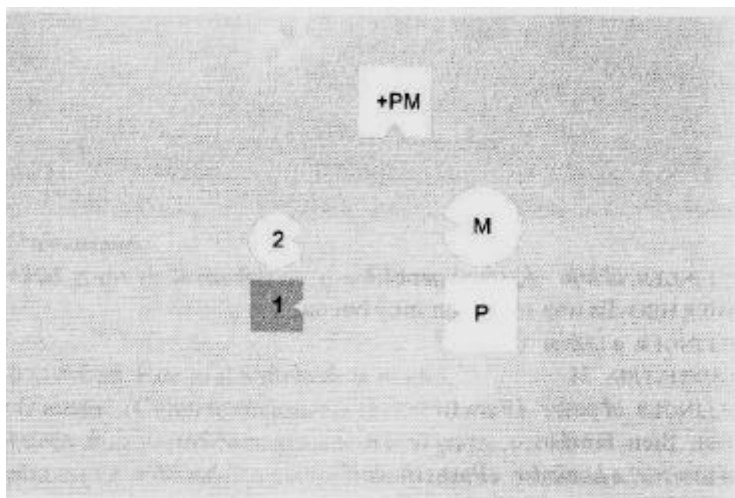
HELLINGER Ponte detrás de ella. *a la madre* ¿Qué tal así?

MADRE Sí, incluso podría estar un poco más atrás.

HELLINGER Creo que sería mejor que el padre estuviera a la vista.

Hellinger lleva al padre de la madre unos cuantos pasos hacia la izquierda.

Figura 6.



PADRE DE LA MADRE f Me alegro de verlos a todos.

HELLINGER *a Bernd* Ponte en tu lugar.

Cuando Bernd ocupa su propio lugar se tapa los ojos con la mano y rompe a llorar.

HELLINGER *bajándole la mano* No, simplemente quédate así. ¿A quién representas?

BERND *indica al padre de la madre y sigue llorando* A él.

HELLINGER Vé hacia él. Y el abuelo lo abraza.

Bernd se deja caer en brazos del abuelo, sollozando y respirando profundamente.

HELLINGER Dile: «Querido abuelo.»

BERND Querido abuelo.

HELLINGER «Mírame con buenos ojos.»

BERND Mírame con buenos ojos.

HELLINGER «Si ahora me pongo al lado de mi padre.»

BERND Si ahora me pongo al lado de mi padre.

HELLINGER ¿Qué le parece al abuelo?

PADRE DE LA MADRE t Sí, lo estás haciendo muy bien.

HELLINGER *a Bernd* Ahora ponte al lado de tu padre.

Cuando Bernd se encuentra al lado de su padre, éste le pone el brazo en el hombro. Bernd solloza de nuevo.

HELLINGER *a Bernd* Respira profundamente. Inspira y expira profundamente, con la boca abierta.

Bernd solloza violentamente.

HELLINGER Respira sin sonido, simplemente respira. Toma la fuerza del padre.

Bernd respira profunda y tranquilamente.

HELLINGER Ahora mira a la madre. ¿Cómo le decías?

BERND Christa.

HELLINGER ¿Le decías Christa a tu madre? ¡Por Dios!

BERND Sí, más o menos a partir de mis doce años le decía Christa.

HELLINGER Di: «Mamá.»

BERND Mamá.

HELLINGER «Me pongo al lado de mi padre.»

BERND Me pongo al lado de mi padre.

HELLINGER «Aquí es mi lugar.»

BERND Aquí es mi lugar.

HELLINGER «Mírame con buenos ojos si estoy al lado de mi padre.»

BERND *suspira* Mírame con buenos ojos si estoy al lado de mi padre.

La madre asiente y mira a Bernd afablemente.

HELLINGER ¿Ves?, la madre tampoco se lo toma tan mal. Ella está de acuerdo. ¡Imagínate, incluso se casó con tu padre!

Bernd se ríe.

HELLINGER ¿Está bien así?

BERND Sí.

Después, Bernd vuelve a abrazar al padre y a la madre.

HELLINGER *al grupo* Aún lo necesita un poco. Bien, de acuerdo. *en cuanto Bernd y los demás representantes acaban de volver a sus asientos* Muchas veces, en una pareja decimos: «él tiene la culpa», o: «ella tiene la culpa». «Él no hizo aquello», o: «ella no hizo lo otro». - Como podemos ver en las Constelaciones, todo eso carece de importancia. Lo esencial se mueve a un nivel totalmente distinto.

Bernd y Karin se miran a los ojos, sonriendo.

HELLINGER *al grupo* Y ahora también se miran cariñosamente.

Después de la pausa del mediodía

BERND Hay algo de la constelación de antes que todavía sigue trabajando fuertemente en mi interior. Me parece como si acabara de salir de una especie de sombra. Noto que el flujo de energía hacia mi padre está abierto. También hay lágrimas en todo eso.

HELLINGER Está bien, eso forma parte del proceso.

BERND Pero la sombra ha desaparecido.

HELLINGER Es una imagen bella.

Pierdes si pretendes sujetarlo

Continuación de página 30

MARKUS En esta ronda estoy tenso. Antes me sentía absolutamente a gusto al lado de mi novia.

Markus toca a Alexandra cariñosamente.

Ayer empecé a sentir una cercanía, también con todo este grupo. Pude disfrutarlo realmente, abandonarme totalmente, sin poner barreras de ningún tipo. Quisiera conservar esa sensación. Tengo miedo de perderla cuando vuelva otra vez a esa vida cotidiana tan rara.

HELLINGER No, pierdes si pretendes sujetarlo. La felicidad tiene una característica: va aumentando constantemente, poco a poco. *al cabo de unos instantes* ¿De acuerdo ?

MARKUS Tengo que pensármelo. No lo acabo de comprender.

HELLINGER Te lo repetiré.

MARKUS No, acústicamente ya lo entendí.

HELLINGER Aquello que sujetamos, huye. El secreto del camino es que avanzamos en él dejando atrás lo anterior. También, la felicidad anterior. ¿Está claro ahora?

Markus asiente.

Con la mirada empieza el contacto

ALEXANDRA Me siento excluida. También tengo que decir que la distancia hacia Markus va aumentando.

HELLINGER ¿Por qué no le miras a los ojos?

Alexandra se encoge de hombros y le sonrío cariñosamente a Markus.

HELLINGER Si os miro así, la distancia no puede ser tan grande.

Markus besa a Alexandra en el cuello.

ALEXANDRA Entonces debe estar relacionado con otra cosa.

HELLINGER Con la mirada empieza el contacto. A saber, con la mirada afable, tal como lo acabáis de hacer vosotros dos.

Al día siguiente

Echo de menos a mi padre

ALEXANDRA Empiezo a ver la vida como un regalo y no como una carga.

Alexandra baja la vista al suelo y empieza a llorar.

HELLINGER Si mantienes los ojos abiertos, sigue siendo un regalo.
 ALEXANDRA Por primera vez le estoy agradecida a mi padre.
sollozando Simplemente lo echo de menos.
 HELLINGER ¿A quién echas de menos?
 ALEXANDRA Al padre.
 HELLINGER El padre no te puede faltar nunca. ¿Sabes por qué?
 ALEXANDRA Sí, porque está.
 HELLINGER Porque tú eres tu padre. Todo hijo siempre lleva a ambos padres en su interior. Es una idea bella, ¿verdad?
 ALEXANDRA Sí.
 HELLINGER Pero hubo alguna situación en la infancia donde echaste de menos a tu padre.
 ALEXANDRA Sí. Si fuera posible, me gustaría configurarlo.
 HELLINGER De acuerdo.

Más tarde

Alexandra: «Soy hija ilegítima» La familia de origen

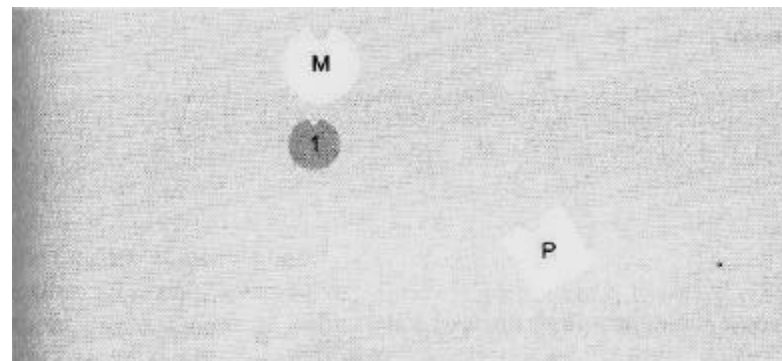
ALEXANDRA Quisiera configurar mi familia de origen.
 HELLINGER No estoy seguro de si puedo hacerlo aquí, si es necesario aquí, tan poco tiempo antes de casaros.
Markus coge la mano de Alexandra.
 ALEXANDRA Tengo la sensación de que todavía hay algo que se interpone entre nosotros dos.
 HELLINGER ¿Qué?
 ALEXANDRA El padre.
 HELLINGER ¿Tu padre? ¿En qué sentido?
 ALEXANDRA Quizás falte el reconocimiento de su parte.
 HELLINGER ¿Qué él esté de acuerdo? ¿Está en contra de la boda?
 ALEXANDRA No, tengo la sensación de que en general está en contra de mí.
 HELLINGER ¿Tu padre está en contra de ti? De acuerdo, me lo miraré.
 ALEXANDRA Soy hija ilegítima y me crié con los abuelos y con la madre.

HELLINGER ¡Ah, eres hija ilegítima! Ésa es una situación especial. a *las demás parejas* ¿No es hermoso ver el buen fruto de los pecados?!

Todas las parejas, Alexandra y Markus se ríen. Markus besa a Alexandra en el cuello.

HELLINGER De acuerdo, configúralo.

Figura 1.



Abreviaciones:

P padre
 M madre
Ha hija (=Alexandra)

HELLINGER a *Alexandra* ¿Tu padre está casado, o estuvo casado en aquel entonces?
 ALEXANDRA No, más tarde se casó, después se divorció, y ahora está otra vez casado.
 HELLINGER ¡Por qué no se casó con tu madre? ¿Quién no quiso?
 ALEXANDRA Sólo conozco la historia de que ella no quería.
 HELLINGER ¿Tu madre se casó más tarde?
 ALEXANDRA No.
 HELLINGER Curioso. ¿Y los padres de tu madre?
 ALEXANDRA Mi abuela tuvo dos abortos.

HELLINGER ¿Te criaste con los abuelos?

ALEXANDRA Sí, más o menos, sí que estuve con la madre, pero ...

HELLINGER ¿Qué hacía la madre?

ALEXANDRA Trabajaba.

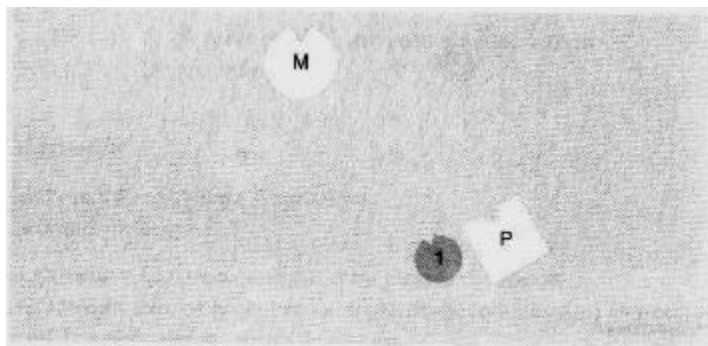
HELLINGER *a la representante de la madre* ¿Cómo te encuentras?

MADRE Me duelen las nalgas. Tengo unos dolores insoportables.

HELLINGER Tengo que apartar a la hija directamente.

Hellinger la pone al lado del padre.

Figura 2



HELLINGER *a la representante de Alexandra* ¿Cómo te encuentras tú ?

HIJA Mientras estaba detrás de la madre, pensaba: «En realidad, ¿quién soy?»

HELLINGER ¿Y ahora? HIJA Ahora, mejor.

HELLINGER ¿Qué tal el padre?

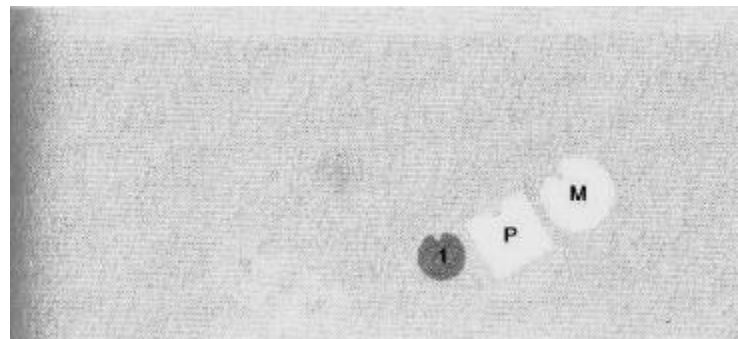
PADRE En un principio, únicamente la veía, pero no sentía absolutamente nada. Ahora hay un sentimiento hacia la hija.

HELLINGER ¿Qué tal la madre ahora?

MADRE No mejora. Tengo calor y las nalgas duelen. Las manos me arden.

Hellinger pone a la madre al lado del padre y de la hija.

Figura 3.



HELLINGER ¿Qué tal ahora?

MADRE Algo más llevadero.

PADRE Noto la carne de gallina y la sensación de unión: somos tres.

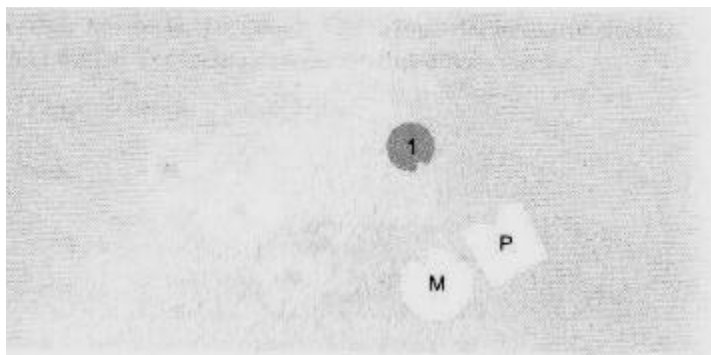
HELLINGER *a la madre* ¿Para ti?

MADRE Mejor, pero en el lado izquierdo sigue el dolor. En el lado derecho se va aliviando.

HELLINGER Intenta cambiar, ponte en el otro lado.

Hellinger pone a la madre a la izquierda del padre, y a la hija, enfrente de los padres.

Figura 4.



HELLINGER ¿Qué tal ahora?

MADRE Va mejorando.

PADRE La sensación de unión se mantiene, pero el hormigueo ha desaparecido. Es mejor así.

HELLINGER *a la madre* Mírale y dile: «Perdí la oportunidad.»

MADRE Perdí la oportunidad.

HELLINGER «Lo siento.»

MADRE Lo siento.

HELLINGER ¿Qué tal para la hija?

HIJA Me emociona. Me va bien.

HELLINGER *a Alexandra* ¿Quieres ponerte en tu lugar?

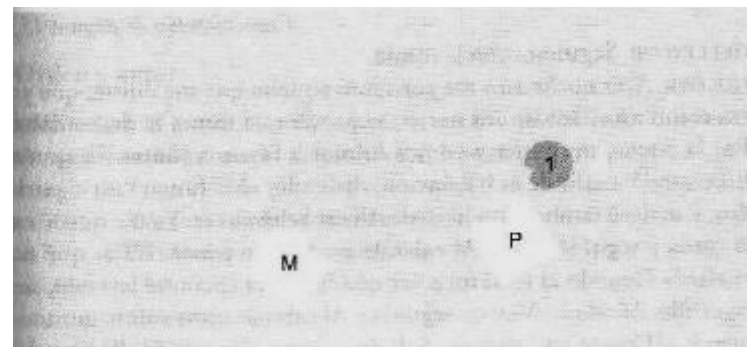
Al ocupar su lugar, Alexandra tiene lágrimas a los ojos. Después expira profundamente, sonrío y abraza al padre largamente y llena de amor. La representante de la madre mira la escena con expresión perpleja.

HELLINGER *a la madre* ¿Tanto te cuesta? Aquí debe haber ocurrido algo especial en la familia de origen.

MADRE Sí, siento un dolor increíble.

Hellinger aparta a la madre unos pasos. A continuación, pone a la hija al lado del padre.

Figura 5.



HELLINGER *a la madre* Dile a la hija: «Allá te va mejor.»

MADRE Allá te va mejor.

HELLINGER «Lo que tenga que llevar, lo llevo yo misma.»

MADRE Lo que tenga que llevar, lo llevo yo misma.

HELLINGER *a Alexandra* ¿Cómo te va?

ALEXANDRA ¡Es cierto!

HELLINGER Dile a la madre: «Aunque ahora me case, sigues siendo mi madre.»

ALEXANDRA Aunque ahora me case, sigues siendo mi madre.

a Bert Hellinger ¿Puedo darle un abrazo?

HELLINGER Por supuesto que puedes.

Alexandra abraza a su madre larga y cariñosamente.

MADRE Ahora desaparece el dolor.

HELLINGER De acuerdo, ya está.

a Alexandra Mi imagen es que de alguna manera tú no puedes ni debes abandonar a la madre. La madre tiene que tener un lugar contigo. Debe ser reconocida. ¿Está bien para ti?

ALEXANDRA *asiente, sonrío y pone una mano en el hombro de Markus* Sí.

HELLINGER *a Markus* ¿Tú también puedes asentir?

Markus asiente emocionado y abraza a Alexandra. Ella le da un beso en la mejilla.

La relación de pareja es un proceso de muerte

Continuación de página 153

HELLINGER Seguimos con la ronda.

HOLGER Ayer noche aún me persiguió aquello que me dijiste: que yo era como un niño con mi mujer, y que de esta forma la desbordaba. Por la noche, mi mujer y yo nos fuimos a la cama juntos. Después, Elke volvió a salir de la habitación, diciendo: «Me fumaré un cigarrillo», y se llevó también un libro de Albert Schweitzer. Yo me quedé en la cama y seguí leyendo. Al cabo de un tiempo pensé: «¿Por qué no vuelve?» Cuando al final fui a ver qué hacía, la encontré leyendo, sin cigarrillo. Me dijo: «Voy en seguida.» Al cabo de otros veinte minutos pensé: «¿Dónde está ahora?» Salí de nuevo y ella seguía allí sentada. Le dije: «¿Qué estas haciendo realmente? ¿Pensaba que en este seminario queríamos estar juntos!»

Me surgían preguntas e ideas como: «¿Por qué no está conmigo? O sea que prefiere ese libro, o a ese hombre, al autor del libro, en vez de preocuparse de mí.» Después pensé: «En el fondo, ¿qué hacía mi madre? Mi madre bailaba, escribía, se autorrealizaba, y con todo ello se olvidaba de mí, de su hijo.» Ayer noche me di cuenta de que todo esto se relacionaba. Y entre las tres y las cuatro de la madrugada estuve fuera, escribiendo como un loco, cinco o seis páginas. Las tengo aquí ahora. Puse muchos detalles de este problema.

HELLINGER Te diré algo del secreto de la relación de pareja. Cuando una pareja se enamora, ambos piensan: «¡Por fin acabo de encontrar la madre que siempre deseaba tener!»

Al cabo de un tiempo, se dan cuenta de que esa idea es un engaño. Así, el desengaño obliga a cada uno a ver al otro tal como es: como persona propia.

También otro elemento es de suma importancia en la relación de pareja: la relación de pareja es un proceso de muerte; una constante despedida. Hasta que al final uno se encuentra sólo, pero más rico a través de ello. Y aún otra cosa has experimentado: en este paso de soltarte interiormente -y, a pesar de todo, seguir allí- hay grandeza.

Holger asiente con un gesto leve, pero sigue respirando con dificultad.

HELLINGER Pero como ya te dije, tu proceso dura mucho tiempo. No tienes que hacerlo todo de golpe.

Holger se ríe.

Orden y amor

HELLINGER *al grupo* Ha sido un curso intenso. Al final aún os contaré unas cuantas ideas acerca del orden y del amor:

El amor llena lo que el orden abarca. El uno es el agua, el otro el jarro.

*El orden recoge,
el amor fluye.
Orden y amor se entrelazan en su actuar.*

*Como una melodía, al sonar, se guía por las armonías,
así el amor se guía por el orden.
Y como el oído difícilmente se habitúa a las disonancias,
por mucho que éstas se expliquen,
así nuestra alma difícilmente se hace
a un amor sin orden.*

*Algunos tratan a este orden
como si no fuera más que una opinión,
que pudieran tener o variar a gusto.*

*En realidad, empero, nos viene dado:
actúa aunque no lo entendamos.
No se idea, se encuentra.
Lo conocemos, igual que el sentido y el alma,
por su efecto.*

a las parejas Os deseo las dos partes: orden y amor, en su momento. ¡Y que os vaya bien!

III. AMOR Y DOLOR EN LA RELACIÓN DE PAREJA

En este capítulo se desarrollan, de forma condensada, las afirmaciones de Bert Hellinger sobre aspectos esenciales de la dinámica de pareja. Mucho de lo que surgió de manera ejemplar en el capítulo anterior, aquí se explica y se encuadra en un contexto mayor.

1. LA RELACIÓN DE PAREJA LOGRADA

La relación de pareja es el gran sueño

La relación de pareja es aquello a lo que la vida apunta. La infancia y la juventud se orientan hacia la relación de pareja. Por eso, la mayoría de películas y novelas terminan justamente cuando la relación se logra. Todo lo demás casi se da por sí solo.

Desde el alma nos hallamos orientados hacia la relación de pareja. Éste es el gran sueño y la verdadera plenitud de la vida humana. Por eso nos embarcamos en la relación de pareja con tantas expectativas: nosotros, que antes nos sentíamos incompletos e imperfectos, esperamos encontrar en ella la plenitud y la perfección.

Ahora bien, también sabemos que la relación de pareja se topa con obstáculos. Este hecho no es en absoluto sorprendente, ya que, dondequiera que observemos la vida, veremos que ésta se impone y se mantiene en contra de las resistencias. La relación de pareja no es ninguna excepción en este sentido. Por tanto, la relación de pareja también requiere una constante adaptación a condiciones nuevas.

El enamoramiento es ciego, el amor mira y ve

Con el amor ya empezamos muy pronto, sobre todo, con el amor a la madre. Éste es el primer amor y, quizás, el más profundo. Al cabo de

un tiempo, el amor a la madre encuentra ciertos límites. Así, el hijo vive un desengaño y aprende a actuar y a vivir con más autonomía. Cuando el hijo o la hija llega a la edad adulta, encuentra a otra persona que se le hace importante y acaba sustituyendo a la madre. La mujer encuentra a un hombre, y el hombre encuentra a una mujer, y de repente están enamorados. Pero ese amor apasionado es algo curioso. Me parece que durante el primer enamoramiento cada uno de los compañeros piensa: ¡Por fin he encontrado a mi madre, tal como siempre la había deseado! Por eso, este amor es ciego; no ve al otro nítidamente.

No obstante, debe ser un sentimiento muy bonito por lo que me han dicho...

Ahora bien, la dificultad reside en que ambos compañeros tienen la misma sensación: ¡Por fin he encontrado a mi madre! Sólo muy lentamente uno se va dando cuenta de que el otro necesita o espera algo de mí como pareja, de manera similar que yo espero algo de él. En ese momento, el enamoramiento se va difuminando y empieza el amor. Ese amor ve; quiere al otro tal como es.

Cuando uno de los compañeros inició la relación con la sensación de «¡Por fin he encontrado a mi madre ideal!», también ha encontrado a alguien que nuevamente le «educa»; que, por así decirlo, pretende formarlo de acuerdo con su propia imagen. Así se crea un gran obstáculo para el amor.

Quien no está de acuerdo con su pareja tal como es, la perderá. Quien pretende remodelar a su pareja, la perderá. Ya que el secreto es que cada uno piensa que su madre, o sus padres, fueron los ideales y que su familia fue la ideal. Y que el mundo sería perfecto si todos fueran como sus padres y como su familia; si las leyes que eran válidas en su familia de origen, también se aplicaran a todo el mundo.

Toda familia piensa así. Mirándolo más de cerca, sin embargo, se ve que cada familia maneja sus dificultades a su manera peculiar. Asimismo, cada familia desarrolla sus valores específicos.

La solución para la pareja consiste en reconocer las diferencias entre sus familias, ¡reconocerlas como iguales de valor y de rango! Y que cada uno se deje enriquecer por la familia del otro.

Muchas veces, uno de los compañeros dice: «¡Mi familia tiene prioridad!» Eso destruye la relación. De la misma manera que el hombre y la mujer son diferentes y, a pesar de todo, se encuentran en un

mismo nivel, así también sus familias son diferentes y se encuentran a un mismo nivel.

Raíces diferentes

La relación de pareja se halla englobada en un entorno y tiene raíces que llegan lejos en el pasado, raíces ancladas en la propia familia de origen. De ella nacemos y en ella crecemos, ella nos marca, nos apoya o, también, nos limita. Porque todo, también cualquier familia, tiene límites. Por tanto, en una relación de pareja es necesario que los compañeros establezcan algo común, porque cada uno de ellos tiene raíces distintas.

El primer obstáculo para una relación de pareja es que la persona no reconozca, o tenga problemas para reconocer que su pareja tiene raíces distintas de las suyas y, por tanto, está marcada por otras experiencias que él. Que no se pueden unir las raíces distintas en una única raíz, sino que siguen siendo distintas. Ya que de la misma manera que el hombre y la mujer son distintos, así también lo son sus familias de origen. Y de la misma manera que entre el hombre y la mujer tiene que desarrollarse un proceso que una lo diverso, así también ocurre en relación a sus familias de origen. La condición previa, sin embargo, es que cada uno reconozca, valore y quiera a la familia del otro.

Una ilusión que debemos abandonar en la relación de pareja es la idea de que la propia familia es la ideal, y que la familia del otro debería ser como la propia para acabar siendo igualmente ideal. Las familias se toman tal como son, es decir, imperfectas, y justamente lo imperfecto en cada familia es lo que despliega y da fuerzas, animando a la pareja.

Reconocer y valorar las diferencias

La relación de pareja comienza valorando las diferencias como iguales. Lo diverso tiene un mismo valor y una misma validez. De la misma manera que el hombre y la mujer son diferentes, pero igualmente valiosos y válidos, así también sus familias de origen son igualmente valiosas y válidas. De este reconocimiento nace luego el amor. El fundamento del amor es el reconocimiento del otro y de su familia, tal como son.

La consumación sexual

La consumación del amor no está en manos del individuo, ya que esta consumación del amor entre el hombre y la mujer tiene una dimensión cósmica. No se trata de un asunto particular, sino que en este acto, el hombre y la mujer forman parte de un movimiento cósmico que los sobrepasa en mucho. La consumación se logra cuando ambos se hallan englobados en este movimiento.

La mujer es capaz de entregarse plenamente y de tomar plena mente, cuando se halla unida con lo femenino en el sentido más amplio. Al mismo tiempo, esta unión se muestra muy concretamente si ella está unida a su madre; mejor dicho, con su madre como mujer y madre. Además, con la madre de la madre, como mujer y madre. Y con la madre del padre, como mujer y madre. Estas líneas se extienden lejos en el pasado, de manera que la mujer se ve sostenida por lo femenino, tal como se halla fundamentado en el movimiento de la vida.

En sintonía con este movimiento, la mujer encuentra la fuerza para la plena entrega y para la consumación. Encuentra la fuerza para el goce y para la pasión que también forman parte. Y también encuentra la fuerza para el asentimiento a las consecuencias de la consumación del amor, sea cual sea su aportación para la vida en su totalidad. De esta manera se convierte en una consumación profunda y, a la vez, en un acto religioso, el acto más profundo posible.

Lo mismo se aplica al hombre. Él es capaz de entregarse plenamente y de tomar plenamente cuando se halla unido con lo masculino, tal como está fundamentado en la consumación de la vida. Así encuentra la fuerza masculina. Esta fuerza tiene algo bélico. En el fondo, el hombre es un guerrero. Un blandengue no puede realizar esta consumación profunda, porque no es hombre. Un guerrero sí que puede. Un guerrero es uno que también está dispuesto a defender a una familia y es capaz de hacerlo. Puede imponerse en la vida y así proteger, alimentar, o ayudar a alimentar a su familia.

Un hombre no tiene esa fuerza profunda cuando únicamente permanece remitido a sí mismo. La tiene cuando detrás de él se encuentra su padre, como hombre y padre. Y cuando detrás de su padre se encuentra el padre de éste, como hombre y padre. Y de la misma manera.

el padre de su madre, como hombre y padre, y aún más allá. Así, lo masculino le sostiene, y él está en sintonía con lo masculino. Entonces puede entregarse a su mujer, puede tomarla con fuerza y con goce y con pasión, y puede asentir a las consecuencias de la consumación del amor, sean cuales sean. Eso tiene grandeza. La consumación del amor en este sentido es lo más grande que conocemos.

La consumación del amor se logra cuando cada uno de los compañeros reconoce que necesita lo que el otro le da, y que él/ella da, lo que el otro necesita de él/ella.

Este intercambio se interrumpe cuando uno hace ver que no está necesitado, y así deja que el otro se exponga con su necesidad: «¿A ver que necesitas? - Quizás te lo dé.» Si hace ver que no tiene ninguna necesidad y que no necesita al otro y después deja que se exponga, esto se convierte en la herida más profunda de todas.

La consumación del amor es muy humilde. Cualquier otro intercambio se fundamenta en ella.

Los límites del dar y del tomar

Únicamente se debe dar tanto como el otro esté dispuesto a devolver a un nivel equivalente, o como sea capaz de hacerlo.

Cuando uno da más de lo que el otro está dispuesto a devolver, el compañero se siente presionado, por lo que aún da menos. De esta forma, el desequilibrio va aumentando constantemente.

Es una de las experiencias más dolorosas en una relación cuando uno se da cuenta de que el otro únicamente puede devolver una parte, o poco, en comparación con lo propio. O el otro devuelve algo diferente de lo que en realidad se necesitaría o desearía, no aquello que hace avanzar la relación. En un caso así, la persona tiene que conformarse con no dar más que el otro esté dispuesto a devolver.

Puede ser que a través de este respeto, el otro empiece a dar un poco más por su propia iniciativa. Pero también puede ser que aquello que da siga siendo demasiado poco. En este caso, la relación se acaba. La relación de pareja requiere una cierta medida de dar y de tomar; sin esta medida se extingue.

2. AMOR Y ORDEN EN LA RELACIÓN DE PAREJA

El amor únicamente puede desarrollarse en el marco de un cierto orden

Hay un tipo de amor que toma posesión. Quien ama de esta forma, piensa que a través del amor puede dominar el orden y el destino. Sin embargo, el amor únicamente puede desarrollarse en el marco de un cierto orden.

El orden implica que cada uno que forme parte de un sistema sea reconocido, de acuerdo con el lugar que le corresponda. Por ejemplo, la primera mujer, la segunda mujer, los hijos anteriores. Sólo cuando todos son reconocidos como pertenecientes, puede lograrse, por ejemplo, una tercera relación.

En el amor existe una jerarquía

En el amor existe una jerarquía: primero va el amor entre el hombre y la mujer. Este es el fundamento de la familia, a saber, el amor entre el primer marido y la primera mujer. Ellos se encuentran, y de la consumación del amor nacen los hijos. Los hijos son fruto de este amor. Por tanto, la relación de pareja tiene prioridad ante la paternidad.

De su amor a su mujer, el hombre saca las fuerzas para ser padre. Cuando ama a los hijos, en ellos también ama a su mujer.

Y a la inversa, la mujer encuentra la fuerza para ser madre, porque sabe que su marido está a su lado, y porque ella toma de él la fuerza para dedicarse a los hijos. Esto se logra cuando en los hijos también ama a su marido, cuando el ser madre para ella es la continuación del amor a su pareja.

Los hijos son felices cuando sus padres, en ellos, se quieren. Y son más felices, cuando experimentan a sus padres como pareja; entonces se sienten en su lugar y consolados.

No obstante, el amor entre el hombre y la mujer no es la única fuerza que apoya el amor hacia los hijos. La otra fuerza nace de sus familias de origen. Un hijo se siente profundamente obligado con sus padres, porque ha recibido mucho de ellos y, a cambio, puede devolverles tan poco. Dado que el hijo puede devolver tan poco, se siente in

cómodo en su familia de origen, y una de las causas por las que un hijo que llega a la edad adulta se separa de los padres, es la imposibilidad de devolverles lo suficiente.

No obstante, el hijo tiene la posibilidad de compensar cuando forma su propia familia, en la que pasa a sus hijos aquello que no puede devolverles a sus padres. Este movimiento de pasar lo recibido a otros es un alivio. Así, el hijo puede ponerse al lado de sus padres, a un nivel de igualdad, porque ahora también él se ha convertido en padre. La necesidad de compensar en relación a sus padres, fomenta el amor a los propios hijos; es un movimiento sumamente bello.

El tomar a los padres, el pasar a otros algo de lo que de los padres se recibió, y el amor hacia la pareja, confluyen para que también el amor hacia los hijos se logre.

Ahora bien, si la pareja se separa y ambos compañeros se vuelven a casar, las parejas posteriores tienen que reconocer que para los primeros, el amor hacia los hijos de su relación anterior tiene prioridad sobre el amor hacia sus nuevas parejas. Así, por ejemplo, un hombre en una segunda relación, en primer lugar es padre para sus hijos del primer matrimonio, y sólo en segundo lugar, marido para su segunda mujer. Si la segunda mujer empieza a sentir celos, diciendo: «Primero soy yo, y después van tus hijos», el orden se encuentra trastornado, por lo que también sufre el amor de la pareja. Si, en cambio, la nueva mujer reconoce que para el marido los hijos tienen prioridad, el hombre puede dirigirse a su nueva mujer con más libertad y cariño, porque ella no se interpone entre él y sus hijos.

UNA PARTICIPANTE Entonces, en el fondo uno no se debería casar por segunda o tercera vez.

HELLINGER Si se piensa que el segundo matrimonio, o el tercero, son lo mismo que un primer matrimonio, uno no debería volver a casarse. La segunda relación nunca es lo mismo que la primera; es más compleja. Quien reconoce este hecho y se atiene a ello, también en una segunda o tercera relación puede ser feliz.

Hijos de diferentes parejas

Un tercer hijo que proviene del tercer matrimonio de su padre, en la jerarquía de los hermanos ocupa el último lugar. Tiene que reconocer

que sus hermanastros de los matrimonios anteriores de su padre ocupan el primer rango. Él es el tercer hijo de su padre, aunque esté viviendo solo con sus padres. Para la tercera mujer, sin embargo, es el primer hijo, por lo que ocupa el primer lugar para ella. Aquí, la relación de pareja en el tercer matrimonio es la fuente del amor hacia este hijo. Pero en relación a los hijos anteriores, no puede serlo.

Por regla general, la nueva mujer no debe inmiscuirse en los asuntos que atañen a los hijos anteriores; tiene que decirles: «Para vosotros, vuestra madre es la idónea. Yo no soy más que la nueva mujer de vuestro padre.» No debe darse una importancia que no le corresponde, como si ella fuera la representante de la madre o, incluso, la madre mejor. Los hijos siempre son leales con sus padres verdaderos. Así, la nueva mujer únicamente puede sustituir a la madre, si ésta murió o de alguna manera ya no está disponible para los hijos, sobre todo, si éstos son todavía pequeños.

Cuando de una relación extramatrimonial nace un hijo

Cuando, durante el matrimonio, se da una relación con otra pareja y nace un hijo, por regla general, el matrimonio se acaba. Incluso es así si ese hijo es abortado.

La nueva relación tiene prioridad sobre la anterior. Así, el matrimonio anterior se acaba. Es una ley dura, una ley de vida. Estas leyes no responden a nuestro libre albedrío. Nunca he visto nada diferente.

Donde nace un hijo, el nuevo sistema tiene prioridad sobre el sistema antiguo.

Compensación en una relación sin hijos

OTRA PARTICIPANTE Antes dijiste que el alivio se da cuando el hijo adulto forma una nueva familia, donde pasa luego el amor a sus propios hijos. ¿Y si la persona no tiene hijos? ¿Cómo puede darse entonces la descarga por el amor que de los padres se recibió?

HELLINGER La descarga se da cuando la persona se compromete por un todo mayor, traspasando de esta forma aquello que de los padres se recibió. Aportaré un ejemplo. En algunas mujeres de carrera, que se preocupan más de su carrera que del dar, se puede observar lo débiles que acaban siendo en sus almas y cómo

éstas van perdiendo peso. En cambio, si ven la carrera como algo que les permite hacer algo bueno, es decir, no sólo para ellas mismas, para imponerse, sino en un sentido más amplio, el efecto es otro. Naturalmente, lo mismo se aplica a los hombres.

Relaciones de mucho tiempo, sin estar casados

La relación de pareja tiene un norte interior. Al cabo de un tiempo pide firmeza y continuidad; por ejemplo, a través de una decisión definitiva, como un matrimonio, de manera que quede muy claro: ahora somos una pareja. Si uno va dando largas, con ello le dice al compañero: «Aún estoy esperando algo mejor», con lo cual le hiere. Por eso, por regla general, las «relaciones largas» se rompen al cabo de un tiempo.

«Tengo una relación contigo», en este caso significa: «No eres suficiente para mí.»

«Me caso contigo», significa: «Tú eres el idóneo / idónea para mí.»

Naturalmente hay variables. De hecho vivimos en una sociedad que en parte ya no quiere este vínculo. Uno quiere la libertad. Pero esta libertad va unida a un precio; el precio es el vacío.

El asentimiento al vínculo también tiene un precio, y también tiene una ganancia importante. La ganancia es la plenitud. Sin embargo, la idea es justamente la contraria: muchos piensan que a través de la libertad alcanzan la plenitud. Y en el vínculo se tiene la idea de que es vacío. No obstante es pleno, cuando se da la consumación plena.

¡Pero no digáis que yo he dicho esto! Es una imagen, y cada uno puede orientarse en ella. ¡Únicamente se trata de eso!

3. INFIDELIDAD Y FIDELIDAD

El «adulterio»

Durante una terapia de pareja

MARIDO El problema es que hace nueve meses cometí un adulterio.

HELLINGER ¿Y eso qué es?

MARIDO Tuve una relación con otra mujer.

HELLINGER El concepto del adulterio es peligroso. Por eso te confron-

té aquí. Bien. Así que tuviste una relación con otra mujer. Esta descripción está libre de cualquier valoración. «Adulterio» implica una valoración, y no sabemos si aquí corresponde. Si procedemos sin esta valoración, nos es más fácil encontrar una solución. *a la mujer* ¿Tú que dices a todo esto?

MUJER Cuando me enteré, lo pasé muy mal. Durante el tiempo siguiente, sin embargo, se mostró que entre nosotros cambió y se disolvió mucho, y que ahora, aquello que hay entre nosotros dos ha aumentado.

HELLINGER Exacto. Quizás fuera necesario para fomentar la relación. Si se mira sin juicios morales, simplemente fijándose en los efectos, muchas veces el significado es otro. Así abordó yo estos asuntos, sin ningún juicio moral.

La fidelidad tiene que resultar del amor

¿Qué es tan grave cuando alguien tiene otra relación? ¿Que es lo que realmente se hiere en ello? A veces, el inocente se comporta como si tuviera un derecho de considerar a su pareja suya para siempre. Esto, sin embargo, es una arrogancia. En vez de intentar ganarse al otro a través del amor, le persigue. ¿Y así quiere que el otro vuelva? No puede hacerlo ya. Cuando el inocente se ha vengado sobremedida, el culpable ya no puede volver con él. Por tanto, abogo por lo más humano y por la mesura.

Siento un gran respeto ante la fidelidad, pero no ante una fidelidad así. Ésta debe resultar del amor. Muchas veces se reclama: yo soy la única persona que puede ser significativa para ti. Pero frecuentemente uno se encuentra en la situación de conocer también a otras personas importantes. En un caso así, el otro compañero no tiene ningún derecho a perseguirle por ello. Tiene que respetarlo tal como es; así, quizás, pueda darse una buena solución para todos. Ahora bien, este giro positivo únicamente es posible a través del amor.

El miedo de ser abandonado

Cuando un compañero quiere abandonar al otro, frecuentemente se dan reacciones extrañas, difíciles de explicar. El compañero que es abandonado empieza a sentir miedo como si tuviera que morir. Tiene la sensación como si junto con su pareja también perdiera su vida. Ésta

es exactamente la situación de un niño pequeño que de repente es abandonado por su madre: empieza a sentir un gran miedo y pánico.

Observando la expresión de un adulto abandonado, se puede deducir si esta persona se encuentra en un sentimiento infantil, y en qué edad se mueve. Por ejemplo, ¿tiene dos o cuatro años?

En cambio, cuando la persona se mueve en el sentimiento adulto, nunca se encuentra del todo expuesto. Sabe que su vida no depende de si su pareja se queda o se va.

Cuando uno de los compañeros se mueve en el sentimiento infantil con frecuencia y con gran intensidad, pone en peligro la relación. A veces, uno le dice al otro: «¡Si me dejas, me suicido, la vida ya no tendría ningún sentido para mí!» Así, el otro se encuentra en el papel de la madre, responsable de la supervivencia del hijo. Por tanto, ya no es pareja y no tiene ninguna salida más que abandonar la relación.

Frecuentemente, la lucha de uno de los compañeros por el otro recibe su energía del miedo del hijo de perder a la madre. La exigencia de fidelidad, por tanto, no se dirige tanto a la pareja como a la madre. También la fidelidad incondicional de uno de los compañeros, sobre todo si es sacrificada, no es más que la transferencia de la fidelidad del hijo a su madre. En consecuencia, tiene algo irreal.

Para que una relación se logre, es importante que cada uno busque en el otro una pareja, y no una madre. Al consumir el amor sexual es importante que la pareja se mire a los ojos; así se tiene delante a un hombre o a una mujer. En cambio, cerrando los ojos, es posible que surjan otras imágenes.

«Confesar» relaciones extramatrimoniales

Cuando uno acarrea una culpa y se la confiesa al otro, este otro tiene que llevar las consecuencias. Es decir, el primero transfiere las consecuencias al segundo. La llamada sinceridad destruye la relación. Los secretos se tienen que guardar, también, los deslices.

La solución consiste en arreglarlo solo y en llevar las consecuencias uno mismo. Así, el otro queda libre de cargas. Si quiero compensarlo para que todo vuelva a arreglarse, puedo hacerle algún bien al otro, secretamente, sin confesar nada. Eso es mucho mejor que confesarme y provocar un escándalo.

«Perdonar» relaciones extramatrimoniales

Si le pido perdón a mi pareja, con ello le escurro la responsabilidad de que todo se arregle. Todo depende de la pareja, para así decirlo. Por eso, por regla general, la persona a la que pido perdón se enoja conmigo. Se siente abusado. Es similar que en la confesión: de repente, el otro, que en el fondo no tiene nada que ver con el asunto, tiene que actuar, mientras yo permanezco pasivo.

Sería mejor que dijera: «He cometido una injusticia contigo. Yo llevo las consecuencias. Me sabe muy mal el dolor que con ello te causé.» Con estas afirmaciones permanece centrado en sí mismo y puede actuar inmediatamente. Y la pareja es respetada.

Quien perdona, se encuentra en la posición superior

Cuando uno de los compañeros perdona —por ejemplo, el desliz de su pareja—, con ello reduce al otro. Así, aquél que fue perdonado, quizás tenga que abandonar a su pareja. Así se lo debe a su dignidad. El llamado perdón tienen un efecto fatal. En cambio, cuando el culpable dice: «Lo siento», el otro puede ir a su encuentro por su propia iniciativa.

PARTICIPANTE Y si aquél a quien le digo que lo siento no acepta esa frase, o deja la culpa conmigo, ¿la culpa se queda conmigo entonces?

HELLINGER Sí, yo llevo esa culpa. Pero diciéndole a mi pareja que lo siento, la respeto. Más ya no está en mi poder.

PARTICIPANTE En el fondo no quise confesar nada, pero mi compañera se dio cuenta de que algo no funcionaba. Así no dejó de insistir, con un método muy eficaz, hasta que al final acabé confesando. Aunque veía claramente las consecuencias, no pude evitarlo.

HELLINGER Algunos que tienen mala conciencia, sienten la necesidad secreta de expiar, por lo que finalmente siempre consiguen que todos los secretos se destapen. La cuestión central, sin embargo, sería ésta: ¿Cuál es mi postura ante mi propia culpa? ¿Pretendo deshacerme de ella, o me digo que la conservaré hasta el final de mi vida? Si la conservo, bien no soy inocente, pero tengo una fuerza que sin esa culpa no tendría. Además, soy más humilde y muy humano.

Reconciliación y comenzar de nuevo

La reconciliación es un valor, el perdón, no. A no ser que los compañeros se perdonen mutuamente. Cuando una pareja se hizo daño mutuamente, y posteriormente se dicen: «Nos perdonamos mutuamente», ninguno de los dos acaba siendo superior.

También se puede decir: «Nos reconciamos.» Eso significaría: «Nos permitimos comenzar de nuevo. Eso implica que lo anterior ya no se toque nunca más; tiene que ser pasado. Es como un nuevo comienzo, lo cual sería la verdadera reconciliación.

La alianza

Carta de una pareja a Bert Hellinger, unos meses después de configurar sus familias actual y de origen en uno de sus cursos:

Estimado Sr. Hellinger,

su frase durante nuestra constelación —«Esta relación ha terminado»— desencadenó una profunda crisis en mi marido y en mí. Parecía un absurdo, porque siempre habíamos sido una pareja ejemplar, ante nosotros mismos, y también, para otros.

A pesar de todo, después de la constelación reflexionamos sobre nuestra relación, sobre cómo llegó a formarse, cómo nos habíamos tomado, cómo habíamos vivido nuestra relación hasta ese momento.

Después, durante unos días nos quitamos las alianzas y nos dimos la libertad de marcharnos o de decidirnos nuevamente el uno por el otro. Después de ese tiempo muy doloroso para nosotros, mi marido se decidió nuevamente por mí. Por mi parte, esa nueva decisión no fue necesaria.

En este contexto me resultó asombroso sentir la función protectora que una alianza ejerce para el alma. Cuando, al cabo de unos días, volví a ponerme la alianza, el terremoto interior había pasado, aunque todavía no sabía cuál iba a ser la decisión de mi marido.

4. LOGRAR LA SEPARACIÓN

Cuando se acabó

EGON Mi mujer y yo nos conocemos desde hace ocho años. Desde hace tres años estamos casados, pero hace uno, nos separamos. Yo me enamoré de otra mujer y dejé a mi mujer. En la nueva relación me encontraba bastante desorientado, incapaz de formar una nueva pareja. Aún estaba muy atado a mi mujer. Mi mujer se pasó un año con la esperanza o la expectativa de que volviera. Finalmente, desde hace medio año, vive en otra relación estable. Sin embargo, noto que todavía hay una fuerte unión y quisiera aclararlo.

HELLINGER ¿Tenéis hijos?

EGON No.

HELLINGER No hay nada que aclarar aquí. Cada uno sigue su camino. ¿Qué habría que aclarar? Ese abandono no se puede reparar. Una relación empieza con un capital inicial. Este capital puede incrementarse mediante el intercambio de amor. Así, el vínculo se intensifica. Sin embargo, también se puede consumir este capital. El capital consumido ya no puede ser renovado; la relación se acaba. *al grupo* Sólo hay que imaginarse cómo sería si él ahora volviera con su mujer. ¿Qué posibilidades tendría? Seguiría siendo el pobre pecador que abandonó a su mujer. Jamás puede volver a ser como antes; eso se perdió. Quien alguna vez se metió por este camino, lo tiene difícil para volver. Al cabo de un tiempo se ha perdido la posibilidad de establecer una relación estable y duradera. Eso ya no funciona.

a Egon ¿Qué te parece?

EGON Son reflexiones que uno mismo también hace. No obstante, lo experimento de otra manera; lo siento de otra manera.

HELLINGER *a Magdalena* ¿Quisieras comentar algo tú ?

MAGDALENA Ahora ya no puedo decir nada que sea provechoso. Realmente me pasé mucho tiempo esperando que la relación se recuperara. Durante un año estaba firmemente convencida de que así sería. De alguna manera sabía: somos el uno para el otro. Hasta que finalmente, al cabo de un año, llegó el punto en que me di cuenta de que también yo me había distanciado. Algo había cambiado. Poco después conocí a

otra persona. Antes nunca tuve a ningún otro hombre; ni siquiera en mis imaginaciones.

HELLINGER Tú pasaste el proceso de la separación por tu propia cuenta. Pero aún os daré un consejo para una buena separación: Una buena separación se logra cuando los compañeros mutuamente *te* dicen: «Te quise mucho. Todo lo que te di, lo di con ganas. Tú me diste muchísimo, y lo honro. Por aquello que entre nosotros fue mal, yo asumo mi parte y te dejo la tuya. Y ahora te dejo en paz.» Así quedan separados y cada uno sigue su camino.

Egon y Magdalena asienten conmovidos.

HELLINGER Cuando una relación se rompe, siempre significa un gran dolor. Es importante que ambos compañeros se entreguen al dolor. Muchas personas prefieren esquivar el dolor. Por ejemplo, a través de reproches o buscando culpas: ¿Quién tiene la culpa? ¿Soy culpable yo? ¿Es culpable el otro? Detrás de esta búsqueda o de estos reproches actúa la idea de que también hubiera podido ser de otra manera. O que, quizás, se le pudiera dar un giro al asunto. Pero la corriente de la vida fluye hacia delante, y no hacia atrás.

La vida sigue fluyendo

UN PARTICIPANTE *a Bert Hellinger* Antes dijiste que la vida sigue fluyendo hacia delante, y no hacia atrás. Cuando una pareja se separa o se divorcia, ¿esto se puede anular en algún momento, o no? Cuando los dos se vuelven a encontrar posteriormente, ¿se puede decir que generalmente no hay ningún futuro posible? HELLINGER ¿Alguna vez he hecho afirmaciones generales?

El participante se ríe.

HELLINGER Detrás de lo que dices se esconde la imagen de un ideal. Si se encontraran, sería lo mejor o lo ideal. Sin embargo, no sabemos si realmente es lo correcto o lo mejor. Una vez se me ocurrió un aforismo sobre la «felicidad dual». El aforismo dice:

La felicidad procurada por el yo, se nos escapa con facilidad.

*Nosotros crecemos cuando se va.
La felicidad del alma llega y permanece.
Ella crece con nosotros.*

Aquello que consideramos lo feliz, frecuentemente es lo cómodo. La grandeza, sin embargo, no se alcanza en el camino cómodo. Son dos niveles diferentes. Por eso también me mantengo sereno cuando veo que una pareja se separa. O si veo que una relación se acabó. No intento encubrir nada. Así, los compañeros conservan su dignidad. *con la mirada puesta en Egon y Magdalena Fijaos*, lo dignos que están los dos ahora. Han crecido.

La autonomía

HELLINGER *a una pareja joven que no está casada, ni tampoco convive ya, y que desde hace seis años no sabe cómo desligarse el uno del otro* Uno se desliga del otro reconociendo que fue bello. Asimismo, reconociendo que uno mismo se negó a algo y que tiene que asumir esta responsabilidad. Después, los dos se aseguran: «Ahora te dejo en paz.» Ésta sería la solución.

LEO No sé si estoy dispuesto a dejar que se vaya.

HELLINGER Después de la Primera Guerra Mundial hubo una época de inflación. ¡Hubo billetes por un valor de mil millones de marcos! Algunas personas se guardaban estos billetes, con la esperanza de que conservarían su valor.

LEO Es duro, pero es verdad.

HELLINGER Aún hay otro secreto más, pero no me gusta revelarlo: una separación tiene que ser ganada a través de un largo dolor. Sólo cuando la persona ha sufrido lo suficiente, puede separarse con la conciencia tranquila. Ésta es la otra alternativa, y también la ofrezco como solución.

O la persona se da cuenta de que todo ha pasado, y sigue su propio camino. Eso es más difícil que aguantar todavía juntos en el sufrimiento durante mucho tiempo. Es cómodo quedarse en a relación antigua, aunque ya haya terminado.

Ahora podéis elegir. Os acabo de dar tres alternativas.

LEO El problema es que estas tres alternativas ya antes estaban claras.

HELLINGER ¡Otra vez llego tarde! Sé que como terapeuta una y otra vez se llega tarde. Bien, os despido, pues, hacia vuestra autonomía. *al grupo* Cuando ya se ha tomado una decisión clara, aún existe la tentación de volver a consultar a un terapeuta y dejar que él nos confirme que así no puede funcionar. De esta manera, uno todavía puede rebelarse contra él durante un tiempo. *a la pareja* Ésta es la cuarta alternativa. -De acuerdo, aquí lo dejo.

El dolor de la separación

UN PARTICIPANTE En el trabajo con Constelaciones se percibe que el dolor también encierra mucha fuerza. Mi pregunta a ti sería la siguiente: ¿Qué puede favorecer una actitud interior en la que uno no se resiste con dientes y uñas al dolor? Noto en mí mismo que constantemente esquivo el dolor y me defiendo ante él.

HELLINGER Hay diferentes clases de dolor. Un dolor muy grave es el dolor de la separación; cuando una relación de pareja se separa, cuando uno de los compañeros se muere, o cuando un hijo se muere, el dolor es muy profundo. Si uno encara el dolor, permitiendo que penetre en el corazón, y en el cuerpo, y en el alma, con toda su amargura e intensidad, este dolor, por regla general, es breve, aunque en un principio parezca interminable. Sin embargo, una vez la persona lo ha pasado, la separación está superada.

Un mecanismo muy común para escaparse de este dolor es el de buscar culpables, o también, el estar enfadado. Así, por ejemplo, uno se enfada con aquél que murió, porque murió. Esta reacción es muy frecuente, sobre todo, en niños.

Otro intento de evitar el dolor es la autocompasión. En la autocompasión no veo al otro, en absoluto; únicamente me miro a mi mismo.

Éstos serían, pues, algunos caminos por los que uno pretende salvarse del dolor.

Despedirse de lo provisional

Ahora bien, también existe un dolor que se halla más allá de nuestra culpa y de nuestro esfuerzo. Es el dolor relacionado con los reveses del

destino. Ese dolor se apodera de nosotros y nos eleva a un nivel que se halla más allá de nuestros deseos e ideas de una vida en plenitud. Cuando la persona encara este dolor y este destino, se produce una purificación de estos deseos, de las ideas e ilusiones que conllevan. Uno se expone a una realidad mucho más grande que la felicidad normal y corriente. Aunque la felicidad normal y corriente sea un gran bien; ambos hechos no se contradicen.

Por ejemplo, cuando una pareja tiene un hijo discapacitado que, de repente, exige toda la atención y toda una vida de cuidados por parte de sus padres, la idea de una vida feliz y plena en un sentido común se termina. Cuando esa pareja encara su destino, diciendo: «Sí, es nuestro hijo, y lo asumimos», y diciéndole al hijo: «Ahora estamos contigo como tus padres, por mucho que la vida pueda exigirnos», esa pareja alcanza una profundidad de fuerza y de plenitud inasequibles para aquella otra felicidad. Viendo a estos padres, su actitud irradia también sobre las otras relaciones. Nos hacemos más humildes y también podemos sintonizar con esta realidad más profunda.

La realidad más profunda no es la felicidad en este sentido, sino el dolor. Él es la realidad última. El porqué no lo puedo explicar. Pero probablemente tendrá que ver con que el dolor facilita la despedida de lo provisional.

Viendo la vida en conjunto, es algo provisional y pasajero. Detrás actúa algo duradero, sea lo que sea este algo duradero. No puedo definirlo, ni tampoco quiero hacerlo. Pero el dolor indica lo que hay detrás. Permite la mirada y el paso en dirección a ese algo duradero.

Es difícil de describir. Ni tampoco hay que intentarlo como si se pudiera codificar de esta manera. ¿Para ti está bien así?

PARTICIPANTE Sí. ¿Compartirías mi percepción que este encarar el dolor, en última instancia es un regalo y no tiene que ver tanto con un logro? Con «regalo» me refiero a una entrega que no es algo que se pueda hacer, sino más bien algo que uno deja que ocurra.

HELLINGER No, no se puede dejar que ocurra. Es un arrebato y uno tiene que encararlo. Es algo activo. El mero dejar que ocurra no tiene fuerza; el encarar sí que tiene fuerza. También es un logro, un gran logro del alma. De lo contrario, el dolor es sordo. Eso también existe.

El siguiente capítulo contiene secuencias de terapias y explicaciones de Bert Hellinger sobre cuestiones concretas de la relación de pareja.

De las relaciones íntimas con parejas anteriores no se debe hablar

HELLINGER Entre los compañeros, todo aquello que se refiere a una relación íntima con una pareja anterior, debe guardarse como un secreto; de ello no se debe hablar. Así lo exige el respeto a la otra pareja y el respeto a uno mismo. Así, por ejemplo, cuando un hombre le pregunta a su mujer: «¿Cómo fue antes en tus relaciones?», o la mujer le pregunta a su marido: «¿Cómo era antes?», los efectos serían fatales; algo se destruye. De esta manera se traiciona al compañero anterior, por así decirlo. Y así también se entorpece la relación con la nueva pareja, ya que al final no se fiará plenamente del otro. Me parece sumamente importante que esto sea respetado.

Los padres no deben contarles nada a sus hijos de sus dificultades matrimoniales; esta confidencia sería fatal para ellos. Como consecuencia, los hijos muchas veces se autocastigan por saberlo. Cuando estos hijos llegan a la edad adulta y acuden a grupos terapéuticos, dicen: «Mi madre me contó esto o lo otro de mi padre.» O: «El padre dijo aquello o lo otro sobre la madre.» En un caso así, les aconsejo que se olviden. Uno puede olvidarlo, en el sentido de «despedirlo del alma», de dejarlo allá donde pueda permanecer como secreto. Así, el alma queda purificada.

El hombre no puede engendrar hijos Terapia breve con una pareja

HELLINGER ¿De qué se trata?

MICHAEL Llevamos ocho años juntos. Desde hace cuatro, estamos casados. En el fondo tengo una relación muy profunda con Susanne.

Pero una y otra vez llegamos al punto de discutir tan violentamente que parece que todo se acaba.

HELLINGER ¿Tenéis hijos?

MICHAEL No, no tenemos hijos. Quisiéramos tenerlos, pero no nos vienen.

HELLINGER :Uno de vosotros está «discapacitado» en este sentido, para así decirlo?

MICHAEL. Me hice análisis, y mis espermatozoides no tienen toda la movilidad que podrían tener.

HELLINGER *a la mujer* ¿Tú quieres tener hijos?

SUSANNE No, no quisiera tener hijos. Tengo dos hijos de una relación anterior.

HELLINGER Quisiera comentar algo sobre los «Ordenes del Amor» en una situación así. Cuando uno de los compañeros no puede tener hijos, por las razones que sean, no debe mantener atado al otro. Tiene que decir: «Es mi destino y lo llevo solo.» Es decir, interiormente tiene que darle la libertad a la pareja.

Si aquí es así, no lo sé, ya que la mujer no quería tener hijos - has-ta ahora. De esta manera se compensaría. *a Susanne* ¿Tú qué dices?

SUSANNE Para mí fue un alivio cuando me dijo que no podía tener hijos. Fue como: Yo soy culpable, pero a él también le pasa algo. Para mí fue más bien una compensación cuando lo supe.

a Michael No hizo más difícil la situación. Más bien la hizo más fácil cuando supe que tenías dificultades de tener hijos.

HELLINGER *a Susanne* Dile: «Ahora te tomo.»

SUSANNE *sonríe y le mira a Michael a los ojos* Ahora te tomo.

Michael está muy conmovido.

HELLINGER *a Michael* Díselo a ella también.

MICHAEL Ahora te tomo, con amor.

HELLINGER Aquí lo dejo, ¿de acuerdo?

Michael y Susanne sonríen, asienten y se secan las lágrimas de las mejillas. Después parece como si quisieran seguir argumentando.

HELLINGER *sonríe* Ni una palabra más. De lo contrario, lo estropeáis todo.

al grupo Hace poco, recibí una carta de una participante de uno de mis talleres. Me escribió: De hecho, las Constelaciones se desarrollan de la manera en que un pintor crea un lienzo: el artista sabe exactamente cuándo está terminado el cuadro. Cualquier trazo adicional estropea la imagen.

A este respecto, aún os contaré una historia:

La historia de uno que quería saberlo todo

A un hombre se le había muerto la mujer, dejándolo solo con muchos hijos y sin saber cómo salir adelante. No tenía trabajo ni podía darles de comer.

Un día, pues, un amigo le contó:

—Hay un ermitaño cerca de aquí, que conoce el secreto de cómo convertir las piedras en oro. ¡Quizás, él pueda ayudarte!

Al oírlo, el hombre se dijo a sí mismo: «Es una buena idea.» Así se puso en camino, en busca del ermitaño, y lo encontró en una cueva. Nada más verle, le preguntó:

-¿Es cierto que sabes cómo convertir las piedras en oro?

—Sí, lo sé.

—¿Y me dirías el secreto?

—Sí, con mucho gusto. Con la próxima luna llena -que ya será pasado mañana—, ve al segundo valle de aquí. Allí buscarás unas piedras grandes y un poco de leña.

Después, el ermitaño se metió un momento en su cueva, pero en seguida volvió con algo en la mano, y prosiguió:

—Después cogerás este frasco con estas seis hierbas, y una hora antes de medianoche las pones sobre ¡a leña y enciendes el juego. Una hora más tarde, es decir, poco antes de medianoche, las piedras se habrán convertido en oro.

El hombre le dio las gracias al ermitaño y emprendió el camino de vuelta a su casa. Sin embargo, cuando ya llevaba un rato caminando, le asaltaron las dudas: «Eso no puede ser todo. ¡Seguro que falta algo más!»

Así dio la vuelta, y cuando llegó de nuevo a la cueva del ermitaño, le dijo:

—Estuve pensando en lo que me dijiste. Eso no puede ser todo. Seguro que falta algo que no me has confiado.

—Sí —dijo el ermitaño—, ¡durante la hora que el fuego arda, no debes pensar en ningún oso blanco!

Michael y Susanne se ríen.

Cuando una pareja planifica un hijo

UNA PARTICIPANTE ¿Cuáles son las consecuencias cuando una pareja planifica exactamente un «hijo deseado».

HELLINGER La planificación de «hijos deseados» tiene un efecto extraño en el alma; tiene algo técnico. Es como si la persona interfiriera en la Naturaleza para, de alguna manera, utilizarla, en vez de someterse a ella. En cambio, cuando los padres se aman y están abiertos para un hijo, sin planificarlo exactamente, aquello que ocurre en el alma es mucho más bello, tanto para la pareja como, más tarde, para el hijo.

Un hijo a quien se le dice: «Fuiste un hijo deseado, te planificamos», por regla general se encuentra mal. Un hijo que simplemente vino, por regla general se encuentra bien o, al menos, mejor.

Lo esencial nos viene dado

HELLINGER En el engendramiento, los padres no pueden escoger aquello que le dan a su hijo y aquello que no le dan. Tampoco el hijo está libre para elegir qué toma de los padres y qué no. Cuando una persona no reconoce y toma lo que de sus padres recibe, no puede desarrollarse plenamente.

No obstante, toda persona también experimenta que tiene algo que va más allá de sus padres, algo propio. Se podría decir, una gracia propia. También esto nos viene dado. Únicamente podemos desarrollarnos plenamente cuando también reconocemos y tomamos lo propio.

Cuando un hijo nació muerto

HELLINGER *a una mujer cuyo primer hijo nació muerto* Donde un hijo nace muerto, es importante que se le dé un nombre y que sea contado como un miembro íntegro de la familia.

MUJER Eso no se hizo,

HELLINGER ¿Aún tenéis otros hijos más?

MUJER Dos hijos más.

HELLINGER ¿Cómo se cuentan estos hijos? ¿Cómo primero y segundo, o como segundo y tercero?

MUJER Como primero y segundo.

HELLINGER ¡Exacto! Hay que decirles a los hijos que hubo un hermano antes, que murió y que también forma parte, como hijo mayor y como primer hermano. Después se le dice al hijo siguiente: «Tú eres el segundo», y al siguiente: «Tú eres el tercero». Eso es importante para los hijos. Para los padres es importante que juntos miren al hijo muerto. Después, se miran a los ojos ellos dos y dicen: «Es nuestro hijo. Nosotros lo quisimos. Y ahora lo despedimos, pero le guardamos un lugar en nuestros corazones.»

¿Un aborto espontáneo forma parte del sistema familiar?

UNA PARTICIPANTE Para un sistema familiar, ¿hace una diferencia si un hijo se perdió por un aborto espontáneo, o si nació y murió pronto?

HELLINGER El hijo que nace vivo y muere, forma parte del sistema familiar. También el hijo que nace muerto forma parte. Un aborto temprano, sin embargo, por regla general no forma parte. Dónde empieza y dónde termina esto no se puede decir con seguridad, pero se ve en las Constelaciones Familiares.

¿Cuándo se precisa una prueba de paternidad?

MUJER Ayer no dije que el hijo mayor posiblemente no es de mi marido.

HELLINGER En un caso así, sólo hay una solución: hay que hacer una prueba de paternidad. Sin prueba de paternidad no hay claridad. Cuando hay claridad, se sabe el siguiente paso. ¿Podemos dejarlo así de momento?

El hombre y la mujer asienten sin palabras.

UNA TERAPEUTA En una constelación que hice en mi consulta parecía como si el padre no fuera el padre de mi joven cliente. ¿Hasta dónde es lícito cuestionar la paternidad por una constelación?

HELLINGER Por una constelación no se puede deducir que alguien no sea el padre. Me acuerdo de un taller en el que un hombre ponía en duda que un hijo fuera realmente hijo suyo. La constelación le dio la razón. No obstante, en cuestiones de paternidad no me fío nunca de una constelación. Siempre exijo una prueba de paternidad. Le dije: «Si quieres estar seguro, tienes que hacer una prueba.» Así lo hizo, y se supo, sin lugar a dudas, que el hijo era suyo. En una constelación no hay que hacer especulaciones. Realmente hay que trabajar con los hechos concretos.

Te daré otro ejemplo. Una vez, en uno de mis cursos participaron varios hermanos. Su madre, durante el matrimonio, tuvo varios hijos de diferentes hombres. Una de las hermanas dijo: «Yo soy realmente del marido de mi madre. ¿Pero quizás mis hermanos sean de otro padre?» Después del curso se fue a Sudtírol, a ver a su madre, y la preguntó. La madre le contestó: «No, ¡tú eres de ese policía!»

Más tarde, la mujer contó que en el fondo siempre lo había sabido. Porque de niña, siempre que tenía que cruzar la calle y el policía estaba allí, la acompañaba expresamente para cruzar el paso zebra.

Seguir siendo padres para el hijo después del divorcio Durante una sesión de terapia que giraba alrededor del divorcio

MUJER Estoy de acuerdo con el divorcio, pero me falta la buena solución para la hija.

HELLINGER Una separación únicamente puede realizarse entre la pareja, pero no entre los padres. Los padres siguen siendo padres. En este ámbito seguís unidos. Es importante que mutuamente os aseguréis: «Para nuestra hija seguimos siendo los padres.» Y también, que le hagáis saber a la hija: «Estoy a tu lado como tu madre.» O: «Estoy a tu lado como tu padre.» Así encontráis un camino para la hija, ¿de acuerdo?

La pareja asiente.

¿Con quién deben ir los hijos después del divorcio?

UNA PARTICIPANTE Cuando en una constelación dices que, después de un divorcio, un hijo debe ir con el padre o con la madre, ¿siempre te refieres a la

convivencia física, o a veces te refieres sólo al nivel emocional? Por ejemplo, cuando uno de los hijos es muy pequeño y el padre no lo quiere.

HELLINGER La decisión de cuál de los hijos debe ir con quién depende enteramente de las circunstancias; no hay reglas fijas. No obstante, tengo el siguiente punto de orientación: los hijos deben ir con aquél de los padres que en los hijos respeta y ama más a su pareja. Éste es un principio bello que distensa todo. Cuando ambos padres en los hijos se respetan y se aman mutuamente, los hijos se encuentran muy bien. Entonces, la pregunta de dónde deberían ir los hijos no se plantea de esta forma.

Cuando una mujer dice: «Mi marido no quiere tener a los hijos», frecuentemente se muestra que en realidad ella no respeta al marido; ni tampoco lo respeta en los hijos. En cuanto empieza a respetar al marido en los hijos, a veces se da un cambio extraño en el marido, sin que se haya comentado nada.

Cuando el padre no puede ver a sus hijos

UN PARTICIPANTE En varias constelaciones vimos que oficialmente se les negaba a los padres el acceso a sus hijos. Esta dinámica se encuentra con relativa frecuencia en parejas que no estaban casadas. ¿Un hombre puede hacer algo para conseguir ver a su hijo, sobre todo, cuando éste es demasiado pequeño para defender sus propios derechos? ¿O sólo puede esperar?

HELLINGER Un padre que es excluido, hacia fuera tiene una posición débil. Todo este proceso de expulsión de los padres se describe muy bien en el cuento del Lobo y los Siete Cabritos. El lobo es el padre expulsado, y la madre reúne a los hijos alrededor de ella. Les prohíbe a los hijos el acceso a su padre y más tarde lo asesinan juntos. Antes, el padre tiene que fingir ser otro para poder ver a los hijos. Hasta aquí el texto real del cuento.

El excluido, sin embargo, está en la posición del más fuerte. Eso hay que saberlo. Si es consciente de ello, puede esperar. Porque al final, el hijo se alía con aquél que fue tratado injustamente; es decir, no con aquél que gana, sino con aquél que aparentemente pierde. Ésta sería una posible actitud básica para un padre en una situación de este

tipo. Adopta esta actitud y después le hace entender a su hijo que él es su padre, y que el hijo siempre puede contar con él, pase lo que pase. No necesita decírselo directamente al hijo si no puede verlo. Puede enviar a un amigo, por ejemplo, que le dé este mensaje al hijo. Quizás, incluso un amigo de la madre; eso, además, sería refinado.

De una sesión de terapia

HELLINGER *al marido* ¿Tu madre despreció a su marido, es decir, a tu padre?

MARIDO Pienso que sí.

El marido parece muy afectado.

HELLINGER Estás muy conmovido. Para que puedas enfrentarte mejor a tu mujer, necesitas la fuerza de tu padre y, además, la fuerza del padre del padre. Así, tu mujer puede mirarte con mayor respeto.

Hay un cuento que ilustra de manera muy acertada el menosprecio de la madre hacia el padre. El cuento se llama «El Lobo y los Siete Cabritos». La primera frase del cuento es la siguiente: La madre cabra llama a sus hijos, los siete cabritos, y les dice: «¡Guardaos de Papá, que es malo!» - Este sería el lobo.

¿Qué hace la mujer después? Le prohíbe al marido el acceso a los hijos. En consecuencia, el marido tiene que fingir para poder visitar a sus hijos: tiene que comer tiza y ponerse un pellejo blanco. De esta manera consigue ver a sus hijos. Al darse cuenta, la madre quiere matarlo con la ayuda de los hijos.

Una vez me inventé una versión diferente de la historia. El lobo no dice: «¡Dejadme entrar!», sino que dice: «¡Soy vuestro Papá! Podéis abrirme tranquilamente. Además, os he traído algo.» Los cabritos contestan: «No, la madre nos lo tiene prohibido. Primero nos tienes que demostrar que eres nuestro Papá.» Pero al final les vence la curiosidad, y lo dejan entrar.

El lobo se sienta en la mesa con los siete y empieza a sacar lo que les ha traído. Los hijos se alegran. De repente llega la madre, la madre cabra. El lobo, cogiéndola de sorpresa, le dice: «¡Puedes sentarte con nosotros tranquilamente!»

El marido y la mujer se ríen de buena gana.

Naturalmente, éste es un cuento de intenciones solapadas. En muchos matrimonios divorciados se da la dinámica descrita: al hombre se le niega el acceso a los hijos, porque se dice: «Es malo».

Para el lobo, para la cabra, su mujer, y para sus siete hijos he encontrado una solución. En su caso se trata de un matrimonio ya divorciado. La solución sería: los hijos mayores tienen que ir con el padre, el más pequeño se queda con la madre.

El marido y su mujer se sonríen.

El camino errado

Después de interrumpir la constelación de un hombre que de su primer matrimonio tiene dos hijas, con su segunda pareja, un hijo, y ahora está viviendo en una nueva relación.

HELLINGER *al grupo* Estuve realizando investigaciones sobre los caminos errados. He podido observar que una persona que estuvo caminando mucho tiempo por un camino errado, ya no vuelve.

Aún otra cosa hay que tener en cuenta: independientemente de cuáles son las implicaciones en las que una persona se halla cogida, este hecho no le dispensa de la responsabilidad de aquello que hace o hizo.

al cliente Por ejemplo, en relación a las mujeres o a los hijos. *al grupo* Y aún otra cosa más hay que tener en cuenta: somos libres de hacer lo que queramos; por ejemplo, de abandonar a una pareja. Cada uno es libre de hacerlo. Pero no tenemos ninguna libertad para determinar las consecuencias. Éstas resultan de los actos. Aquí termina nuestra libertad.

La doble transferencia

UNA PARTICIPANTE Al margen de una conferencia sobre terapia de pareja escuché algo sobre la llamada «doble transferencia». ¿Podrías explicar qué se entiende bajo este concepto?

HELLINGER En una pareja, la doble transferencia es una de las causas más frecuentes de los conflictos que no parecen tener solución. Es

como boxear contra una sombra: los verdaderos contrincantes no se ven.

Te daré un ejemplo. A uno de mis cursos acudió una pareja. La primera noche, la mujer se fue sin decir ni palabra, y cuando volvió la mañana siguiente, se plantó delante de su marido y le dijo: «¡Acabo de estar con mi amante!» Ella y su marido tenían cinco hijos. A veces cuando veía a su marido, se enojaba con él sin ningún motivo y parecía totalmente fuera de sí.

Durante el curso salió que su padre cada verano enviaba a su mujer y a sus hijos al campo, mientras él se quedaba en la ciudad con su amiga. De vez en cuando visitaba a la mujer y a los hijos junto con su amiga. En esas ocasiones, su mujer siempre los atendía con toda amabilidad. ¡Qué virtud!, ¿verdad? PARTICIPANTE ¡No!

HELLINGER El sentimiento que su mujer hubiera tenido que tener y seguramente tendría, es decir, la rabia, la tenía su hija. Y ella la sacaba, pero no hacia su padre, sino hacia su propio marido. Por tanto, aquí se da una transferencia en el sujeto, de la madre a la hija. Asimismo hay una transferencia en el objeto, del padre al marido. Ésta sería la doble transferencia. Al mismo tiempo, sin embargo, la hija también acaba siendo como su madre. Ésta sería la doble lealtad, tanto con la madre como con el padre.

Aborto y culpa

Después de una constelación relacionada con un aborto intencionado

HELLINGER *al grupo* Por regla general, en lo más hondo del alma un aborto se vive como una culpa grave. Al hijo se le exige lo último, porque uno quiere librarse de una carga, pensando que sería posible librarse. Pero el alma no asiente a ello. El alma siente la culpa. En consecuencia, en la pareja se inicia un proceso en el sentido de querer deshacerse de la culpa, a saber, a través de la expiación. Así, pues, ambos buscan el sufrimiento o, también, no permiten que relaciones posteriores se logren.

Ahora bien, pensemos un momento: ¿Cómo se encuentran los hijos abortados cuando los padres lo expían? Se encuentran mal, ya que lo malo no puede llegar a ningún fin. De hecho, estos niños están en

paz con ellos mismos. Para un niño, la muerte no es nada malo. Pero los padres están desasosegados porque no la asumen.

En la culpa hay dos soluciones posibles. La primera es que la persona la asuma en el sentido de «lo quise y lo asumo». Quien asume la culpa, de la culpa recibe una fuerza que los inocentes no tienen. Con esta fuerza, los padres pueden darle al hijo abortado un lugar en sus corazones. Pueden decirle: «Ahora soy tu padre. Ahora soy tu madre. Te tomo como mi hijo, y reconozco que hayas hecho sitio para que a mí me vaya mejor.»

La segunda solución posible es aquello que acaba de expresarse en la constelación de este cliente. Él dijo: «Ya pasó.» Hay algo de verdad en esto. Al cabo de un tiempo, la culpa tiene que pasar. Y puede pasar si la persona la asume. Eso es sumamente importante. Después, la pareja se permite empezar de nuevo.

al cliente Lo que ahora debería realizarse sería la separación de la pareja anterior, profundamente y con la conciencia de la culpa. Que te separes de ella ahora, que lleves al hijo abortado contigo, en tu corazón, y que después te dirijas a tu nueva pareja. Ése sería el movimiento sanador en este caso. De esta manera también hay más posibilidades de encontrar la plenitud en la nueva relación. Siendo consciente de la propia culpa, uno reduce un poco las exigencias. *a la pareja* Aún hay otro secreto de cómo tratar las dificultades. El secreto sería: lo pasado ya no se vuelve a tocar, ni tan sólo en el pensamiento, y uno se queda con el presente. Un presente importante son vuestros hijos ahora. ¿Sabéis qué es lo mejor para los hijos? Cuando experimentan a sus padres como pareja.

UNA PARTICIPANTE ¿Habría que ponerse una muñeca o algo parecido en algún lugar, para acordarse toda la vida de un hijo abortado?

HELLINGER No, eso sería fatal. Así, nunca puede ser pasado. Así, el hijo abortado no encuentra la paz. Uno lleva al hijo al propio corazón, y al cabo de un tiempo se le despide. Entonces puede retirarse. Antes, a veces se plantaba un arbolito en memoria de un hijo abortado. Se dejaba que el árbol floreciera y que se marchitara, en señal de que podía ser pasado. Al cabo de un tiempo, hay que permitir que toda fatalidad sea pasado.

UN PARTICIPANTE De la manera que acabas de explicar la culpa y la inocencia, se podría pensar que la persona que a toda costa pretenda evitar la culpa, vive de forma más incompleta que aquél que también se entrega a este aspecto.

HELLINGER Sí, exacto. Los inocentes son ligerísimos. Aquellos que a toda costa pretenden guardar su inocencia, en el fondo son estrechos.

Ahora bien, si alguien se hace culpable para así ganar grandeza, es aún es peor.

UNA PARTICIPANTE Antes decías que un hijo abortado únicamente es asunto de la pareja. En la constelación de antes les indicaste a los hijos de la nueva relación que se dieran la vuelta y miraran a los hijos abortados, y les preguntaste cómo se encontraban. Eso me confundió.

HELLINGER Antes afirmaba rotundamente que los hijos abortados únicamente afectaban a la pareja. Mirándolo bien, es cierto. Cuando la pareja lo soluciona entre ellos, los hijos quedan libres. Sin embargo, hay muchas situaciones en las que sí toca a los hijos. Eso se ve en una constelación. Ahora bien, si los hijos reales hubieran estado presentes aquí, no habría hecho esta constelación. No comprometería a los padres delante de sus hijos; eso no se debe hacer.

La «píldora del día después»

UNA PARTICIPANTE Según mi opinión, la llamada «píldora del día después» encubre la cuestión de si fue un aborto o no. ¿Cómo se maneja este problema?

HELLINGER Éste es un ámbito en el que no me atrevo a decidir nada. Más bien voy con cuidado.

PARTICIPANTE Primeramente quisiera explicar mi pregunta. Soy médico de urgencias, y como tal, muy frecuentemente tengo que recetar la «píldora del día después». Una y otra vez me encuentro en un conflicto de conciencia, porque rechazo un aborto como homicidio. Por mi profesión, sin embargo, estoy obligada a dar la «píldora del día después». ¿Qué opinas tú a este respecto?

HELLINGER Mi imagen es que no se pueden comparar las dos cosas.
PARTICIPANTE Pero para mí se trata de una cuestión de principios, al igual que la Ley del Aborto que en Alemania tenemos: ¿dónde empieza la vida?

Si el principio se define como el momento en que el espermatozoide se funde con el óvulo, para mí «la píldora del día después» sí que es una forma de abortar.

HELLINGER No creo que esto se pueda o deba interpretar así. Con estas definiciones, la persona interviene de una manera que me parece Inadmisibles. Si hubo una concepción, y se sabe que el niño se está desarrollando en el seno materno, entonces se sabe algo claro. Lo otro es casuístico para mí, y demasiado estrecho. Yo no me atrevería a responder a la pregunta de cuándo comienza la vida.

Si se pretendiera definir la vida exactamente, ¿cuáles serían los efectos en el alma? Mirándolo en un sentido más amplio, veo que con esta definición exacta uno se pone en el lugar de Dios, o del Principio Supremo, fuera lo que fuera. Para mí sería una arrogancia que evito. Definir el aborto como homicidio, tampoco es posible. Ya que el aborto tiene otro efecto que un asesinato. Si fuera lo mismo, el aborto tendría que tener los mismos efectos en una constelación que un asesinato. Esto, sin embargo, no es así. En las constelaciones se puede ver que no es lo mismo. También aquí voy con cautela.

Cuando un miembro de la pareja es mucho más joven que el otro

UN PARTICIPANTE ¿Podrías decir algo de las posibilidades de una relación, en la que el hombre mayor ya no quiere tener hijos, porque ya los tuvo con otra pareja, la mujer, más joven, sin embargo, sí desea tenerlos?

HELLINGER Es la situación típica: un hombre que tiene el futuro a sus espaldas se casa con una mujer que aún lo tiene por delante. En la mayoría de los casos, una relación así fracasa.

Cuando un hombre mayor se casa con una mujer mucho más joven, se casa con su madre. La mujer joven no representa a su mujer, sino a la madre. De manera idéntica ocurre con una mujer mucho mayor. Una relación de pareja existe entre personas de la misma edad por supuesto, siempre dentro de unos ciertos límites.

Una mujer que se casa con un hombre más joven tiene que contar con que él la dejará. La mujer más joven, sin embargo, más bien se mantiene al lado del hombre mayor. Todo esto es mera observación.

Casarse con un gemelo

HELLINGER Un gemelo no puede vivir sin su hermano gemelo. Eso hay que saberlo. Quien tiene una pareja que es gemela o gemelo, tiene que reconocer que para su pareja el otro gemelo tiene prioridad. El efecto es como el de un primer vínculo. Quien lo reconoce, tanto recibe el amor de su pareja, como también, del gemelo de ésta.

No se puede ni se debe excluir al otro. De lo contrario, el gemelo intentará sustituir a su hermano gemelo, frecuentemente, buscando una relación extramatrimonial. Así, la pareja extramatrimonial representa al gemelo.

Esperar con amor

HELLINGER El amor se logra cuando ambos compañeros se han desprendido de sus familias de origen, con amor. Donde, por lo contrario, aún llevan cometidos de las familias de origen, por ejemplo llevando destinos que en el fondo no son suyos, estas dinámicas se introducen en la relación e interfieren en la pareja. En un caso así, ambos compañeros necesitan paciencia para no enojarse el uno con el otro. Ven que el otro está atado por las implicaciones en su familia, y esperan hasta que esto se resuelva. Esta espera llena de amor, por una parte conlleva una gran renuncia; por otra parte, sin embargo, crea un ambiente en el que, quizás, las implicaciones puedan salir a la luz y ser resueltas.

UNA PARTICIPANTE ¿Cuánto tiempo se puede esperar, o cuándo me exijo demasiado, quizás sin darme cuenta?

HELLINGER Cuando uno de los compañeros atraviesa una crisis, el otro puede imaginarse que está como al lado de la cama de un enfermo, esperando hasta que la pareja se sane. El otro espera con comprensión, pero permanece interiormente centrado. No obstante, hay un límite a partir del cual ya no se le puede exigir más. En cuanto se alcanza este límite, la pareja se separa.

Cuando la persona espera con amor, a veces en el interior de su pareja se da algún cambio. Ahora bien, uno no espera desde la posición del que ayuda, sino como pareja; así, el otro no es humillado. Cuando el compañero recibe demasiada ayuda, ya no puede compensarlo y se produce la separación. La espera respetuosa, en cambio, encierra una gran fuerza.

Aún te daré otro ejemplo más. A veces, en un divorcio se le impide a uno de los padres el acceso a los hijos. En consecuencia, ambos luchan por los hijos. El padre lucha por los hijos, la madre lucha por los hijos - y eso es fatal para todos. En cambio, si por ejemplo el hombre que no puede acceder a sus hijos, simplemente se queda esperando con tranquilidad, con esta atención tranquila se cambia algo.

Una vez me llamó un hombre diciendo: «Mi mujer se ha fugado a Estados Unidos, con los hijos. ¿Qué puedo hacer?» Su mujer; poco antes; había estado en uno de mis talleres. Ella era americana y, por así decirlo, había huido de Estados Unidos casándose con un alemán. La pareja tenía dos hijos. Cuando la mujer vino a consultarme, le dije: «Tienes que volver a Estados Unidos y tienes que dejar a los hijos con el marido.» Ella, sin embargo, se largó con los hijos. Así, le dije al marido: «Simplemente espera, centrado y sin hacer nada.» Un año más tarde, los hijos volvieron. Ése es el efecto de la espera centrada - a veces.

Una relación a distancia

HELLINGER *a una pareja que acaba de sentarse a su lado, obviamente muy unidos* Mirándoos me pregunto si realmente tendréis algún problema.

HEIDI Creo que dejamos nuestro problema en casa. Quiero decir, hemos venido aquí, y todo es bonito y diferente. En casa tenemos los problemas.

HELLINGER ¿No es ésta una buena posibilidad de solucionarlos?

Heidi y Klaus se ríen.

Cuando volváis a casa, podéis reservar un cuarto en el sótano para Vuestros problemas, y allí los depositéis. ¿También sería una posibilidad!

Heidi y Klaus asienten.

HEIDI >i No vivimos juntos.

HELLINGER ¿Es éste el problema? ¿Porqué no vivís juntos?

HEIDI Supongo porque nuestra relación es todavía muy joven.

HELLINGER ¿Cómo debería crecer y desarrollarse la relación?

HEIDI *pensativa* Quizás, durante un tiempo, a distancia, y después puede ser que nos juntemos.

HELLINGER ¿Lo quieres?

HEIDI Tengo miedo que sea así.

HELLINGER Exacto. ¿Estuviste casada anteriormente?

HEIDI No, pero tuve una pareja estable y de esa relación tengo
hija de trece años.

HELLINGER ¿Porqué os separasteis?

HEIDI Él vivía demasiado lejos. Fue también una relación de fin de semana.

HELLINGER Ajá, es decir, ya estás acostumbrada a lo distante.

Heidi y Klaus se ríen.

HELLINGER Os contaré una historia. En uno de mis grupos hubo un matrimonio que ya llevaba seis años de casados, pero todavía no vivían juntos. El marido decía que únicamente podía encontrar el trabajo adecuado en otra parte. Además, allí tenía una amiga. Los demás participantes del grupo intentaban hacerle ver que en la ciudad en la que vivía su mujer podía encontrar el mismo trabajo. Él, sin embargo, no quería saber nada de esto.

Más tarde descubrimos que su padre tuvo tuberculosis. Durante muchos años estuvo lejos de casa, en un sanatorio, y sólo venía a casa de vez en cuando. Durante sus visitas tenía miedo de contagiar a su mujer y a su hijo. Por eso solía quedarse muy poco tiempo en casa y prefería volver al sanatorio cuanto antes. Ése era el miedo que el hombre había adoptado de su padre, sin ser consciente de ello. Después del curso fue a vivir con su mujer. Ahora tienen hijos y son felices.
HEIDI *conmovida* Ahí podría haber algo.

El vínculo indisoluble

UNA PARTICIPANTE ¿Qué opina usted del principio católico de la indisolubilidad del matrimonio?

HELLINGER Lo encuentro absolutamente acertado. Pero no porque sea católico, sino porque se muestra que los vínculos son indisolubles.

PARTICIPANTE ¿Este principio debería ser una meta?

HELLINGER Como meta es equivocado. Como descripción de los hechos es correcto. La vida es demasiado polifacética como para poder reducirla a una cuantas leyes. Los órdenes de los que aquí hablamos, no son leyes en el sentido

de prescripciones. El árbol que crece, sigue un orden, pero no, una prescripción. En cuanto se pretende prescribirle algo, se deforma. Así actuó también aquí. Miro cuáles son los órdenes que corresponden a la vida. Y después se intenta seguirlos, hasta donde se pueda, y si no se puede, uno se adapta al entorno. Los principios rígidos ya no se mantienen en nuestra sociedad. Todos nosotros tenemos alergia a estos órdenes exteriores; se han derrumbado. Pero los órdenes fundamentales sí que existen, y con ellos trabaja el terapeuta. Si los reconoce, también se dan soluciones.

Por ejemplo, cuando el primer matrimonio se divorcia, el vínculo ligue existente. Quien reconoce y valora este hecho, también puede establecer un segundo vínculo.

El matrimonio no siempre es lo mejor

HELLINGER *a una pareja* ¿De qué se trata?

PETER Llevamos cinco años juntos. Estamos aquí porque tenemos la sensación de que algo está bloqueado.

HELLINGER ¿Uno de vosotros tuvo una relación estable antes?

PETER Sí, yo estuve con una mujer durante doce años.

HELLINGER ¿Tienes hijos de esa relación?

PETER No.

HELLINGER *a la mujer* ¿Y tú?

SILKE Tuve muchas relaciones, un compromiso, pero ningún matrimonio.

HELLINGER ¿Tienes hijos?

SILKE. No.

HELLINGER ¿Por qué se rompió el compromiso?

SILKE No pude atarme a ese hombre, aunque él quería casarse conmigo. En aquel entonces tuve un sueño incisivo. El sueño fue tan claro que tuve que marcharme.

HELLINGER ¿Cuál fue el sueño?

SILKE Entramos en una iglesia llena de gente. El padre del novio era el cura y nosotros dos fuimos al altar, como novios. Después nos preguntó: «Queréis casaros?» Y en vez de «sí» dije un claro «no» y me fui.

HELLINGER ¿Tu decisión fue consecuencia del sueño, o fue el sueño la consecuencia de la decisión? ¿Qué te parece?

SILKE Ahora mismo no puedo percibirlo.

HELLINGER Ese sueño fue consecuencia de la decisión. En una situación así parece más fácil transferir la responsabilidad a un sueño, en vez de asumirla uno mismo.

SILKE También asumí la decisión, pero fue duro.

HELLINGER ¿Y por qué no os casáis vosotros dos?

PETER Por mi parte, es una idea totalmente nueva.

HELLINGER *a Silke* ¿Y para ti?

SILKE Para mí, la idea está desde hace mucho tiempo, pero tengo la sensación de que no debo ser tan activa en este punto. Lo siento muy claramente. Para mí, la idea no es tan nueva.

HELLINGER Pues, no veo cómo podríais ser más felices de lo que ya estáis.

PETER Sólo puedo decir que a veces me siento capaz, y a veces, no.

HELLINGER Creo que habéis encontrado la mejor solución. Es una solución provisional, y es la mejor de momento.

al grupo No estoy seguro de si el matrimonio es lo mejor para cualquier relación.

a Silke y Peter Donde hubo ya varios vínculos, la necesidad de establecer un vínculo pleno, con todas las consecuencias, puede disminuir.

En un caso así, se opta por la segunda alternativa; además, por lo que veo, para vosotros no se trata de fundar ninguna familia. Únicamente se trata de una relación de pareja. Donde únicamente se trata de una relación de pareja, el matrimonio no es tan importante. ¿No es así?

PETER Siento en mí una ambivalencia en relación a la familia. Seguro que también es algo que perjudica nuestra relación. Es decir ...

HELLINGER *interrumpe* No, así es. No digo que debería ser de otra manera. Ni tú tampoco deberías decirlo. Habéis encontrado una buena solución para vosotros, y para vosotros es adecuada. ¿Puedes tomarlo así?

PETER Sí, incluso estoy agradecido por ello.

HELLINGER *a Silke* ¿Y tú?

SILKE Tengo la sensación de que aún hay algo más que nos ensombrece y que no está resuelto.

HELLINGER Sí que habría una solución, pero es un poco difícil. No si la debo decir. ¿La digo?

PETER Sí.

HELLINGER *a Silke* ¿La digo?

SILKE Sí.

HELLINGER Cuando estéis en casa, tenéis que miraros a los ojos, sin decir nada. En vez de hablar de la relación, os miráis a los ojos, ¿de acuerdo?

PETER Sí.

SILKE *sonríe* Sí.

Balance matrimonial

HELLINGER :De que se trata?

RICHARD Hace poco celebramos nuestro vigésimo aniversario de bodas. Hice un balance y dije: un año de estos veinte años -contando todos los días buenos- fue un año pleno.

HELLINGER Quisiera contarte algo. Tuve un taller en Londres al que acudió una mujer de cuarenta años, que de pequeña tuvo polio y desde entonces se mueve en silla de ruedas. Quería hacer una constelación conmigo. Le dije: «No, contigo no haré ninguna constelación. Sólo te haré una pregunta: imagínate que no hubieras tenido polio, que hubieras crecido como todos los demás niños, y que hoy en día fueras una mujer sin discapacidad. Y ahora compáralo con la realidad, con la discapacidad que tienes: ¿cuál de las dos vidas es la más preciosa?»

La mujer se resistía e intentaba esquivar haciendo un sinfín de preguntas. Le dije: «Mi pregunta fue muy simple: ¿cuál de las dos vidas es la más preciosa?» Tras un silencio, la mujer se conmovió profundamente y dijo: «La de ahora.»

Richard permanece inmóvil.

HELLINGER *a Richard* Te diré algo: como contable no sirves.

La mujer de Richard se sonríe.

RICHARD Creo que aquello que quise decir aún no ha llegado.

HELLINGER ¿Qué te acabo de decir?

RICHARD Que no sirvo como contable.

HELLINGER ¿Por qué?

RICHARD Quieres decir, si ahora empiezo a sumar lo que fue bueno y lo que no fue bueno ...

HELLINGER No sabes hacer balances.

Richard y su mujer se ríen.

HELLINGER Aún te contaré algo más. En un curso que di en Viena hubo una mujer con cáncer, y ella misma se definía como psicótica. Había tomado drogas alucinógenas. Le pregunté: «¿Por qué se toman drogas?» Me contestó: «Porque algo me faltaba.» Yo: «Ajá. Alguien toma drogas porque le falta algo. Pero cuando esa persona dice que algo le falta, no se da cuenta de lo que ya tiene.»

Richard y su mujer permanecen en silencio, perplejos.

Ir soltando

Las relaciones exigen de cada uno que se vaya desprendiendo, aunque en la relación nos veamos enriquecidos por la presencia del otro. Día a día, la relación exige este ir soltando. Por ejemplo, soltar un sueño que se tenía cuando la pareja se encontró por primera vez.

Un límite importante en la relación consiste en que, de antemano, el dar y el tomar no pueden sobrepasar una cierta medida. Únicamente puedo darle determinadas cosas a mi pareja. Otras, no le puedo dar; sé que no las tomará. Y a la inversa también es así. Ya en el primer encuentro se sabe qué será posible y qué no. Cuanto más claramente se encara este hecho, tanto más serena y humilde será la relación. Al mismo tiempo, sin embargo, también será más feliz.

V. PAREJAS EN SITUACIONES ESPECIALES

El presente capítulo documenta sucesos fatales en la vida de diferentes parejas. Las terapias con parejas, transcritas a continuación, tuvieron lugar en talleres en Alemania, Austria, Suiza y Estados Unidos.

«Vivimos en una relación de triángulo»

**Terapia de conversación breve con el hombre y con las dos mujeres.
Después, constelación de la familia de origen de Judith: incesto por el padre.**

HELLINGER ¿Qué pareja quiere trabajar?

Judith levanta la mano.

HELLINGER ¿Estás sola aquí?

Judith sacude la cabeza e indica a una mujer y a un hombre, sentados a su lado.

HELLINGER ¿Estáis en una relación de triángulo?

Judith y los otros dos asienten.

HELLINGER De acuerdo, venid aquí.

Al lado de Hellinger se sienta Max, después, Eva, y al final, Judith.

HELLINGER ¿De qué se trata?

MAX Bien, como ya se dijo, estamos aquí los tres. Tengo una relación con ambas mujeres. Hay amor, pero a pesar de todo, una y otra vez no se logra, porque a uno de nosotros tres le duele.

HELLINGER Os contaré una historia oriental sobre este tema:

Un hombre se acercó a otro y le contó entusiasmado: -Ahora tengo a dos mujeres. ¡No te haces idea de lo fantástico que es! ¡Tendrías que probarlo tú también!

El otro se dejó convencer de buena gana y poco después contrajo matrimonio con una segunda mujer. En consecuencia, la primera se enojó y ya no quería acostarse con él. Y también la segunda mujer ya no quería saber nada de él. De repente se encontraba totalmente sólo. Así, a medianoche, acudió a la mezquita con toda su pena. Para su gran sorpresa, allí encontró al hombre que le había dado el consejo de las dos mujeres. Fue hacia él y le dijo:

—¡Pero si es horrible con dos mujeres!

—Sí —contestó el otro—, sólo te lo conté porque por las noches me encontraba tan solo en la mezquita y quería tener compañía.

Max, Eva y Judith se ríen a carcajadas.

HELLINGER Esto sólo fue para distraeros un poco. Volvamos a la seriedad. *a Max* ¿Estás casado?

MAX No estoy casado, pero tengo todavía a dos mujeres más, una muy pequeña y otra grande, su madre. Ella y mi hija también están muy arraigadas en mi corazón. El año pasado, a temporadas volví a la relación con la madre de mi hija.

HELLINGER ¿No estuviste nunca casado?

MAX Estuve casado dos veces anteriormente. No hay hijos de esos matrimonios.

HELLINGER *a Judith y Eva* ¿Una de vosotras estuvo casada anteriormente?

Ambas mujeres sacuden las cabezas.

HELLINGER ¿O sea que él es el primer hombre?

EVA Y JUDITH No del todo.

HELLINGER ¿Tuvisteis relaciones vinculantes antes?

Eva y Judith asienten.

EVA Para mí es el segundo compañero.

HELLINGER ¿Por qué se rompió lo otro?

EVA Aborté un hijo con ese hombre.

JUDITH Mi primera relación fue realmente un amor de juventud. Aún hoy en día mantengo un contacto muy amistoso con él. Fue realmente una relación de hermanos, donde la sexualidad no funcionaba en absoluto. De todos modos nos queríamos mucho.

Mi segundo compañero estuvo todavía casado cuando lo conocí. Durante nuestra relación se separó de su mujer, y una vez se desprendió de ella, me abandonó a mí.

HELLINGER Espero que tengamos suficiente sitio aquí para esta constelación.

JUDITH No sé si es importante, pero el año pasado, de junio a septiembre, estuve muy enamorada de un hombre con el que durante esos meses también tuve una relación. Pero para mí estaba claro que esta relación de triángulo tenía prioridad y que primero quería aclarar esto. En consecuencia, el otro se fue.

HELLINGER En el fondo tendría que configurar tres sistemas: el sistema de Max, el sistema de Eva y el sistema de Judith. Empezaré con Judith.

a Judith Elige a representantes para ti, para el primer compañero, para el hombre que ahora está divorciado y para la mujer de éste. ¿Tiene hijos?

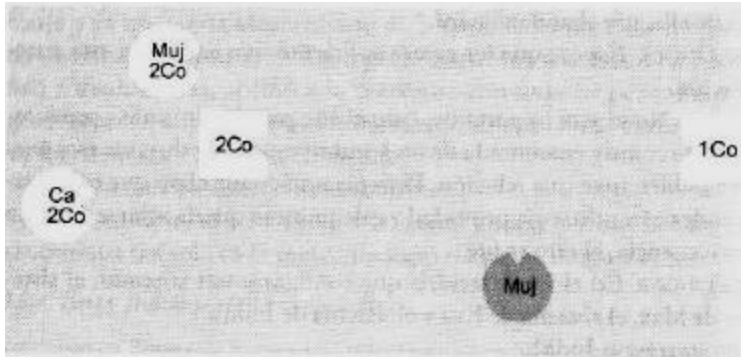
JUDITH No. Abortó un hijo con otra mujer; pero no con su mujer.

HELLINGER Pon también a alguien para esa mujer con la que abortó el hijo.

JUDITH ¿También la relación de triángulo actual?

HELLINGER No. Primero quiero conocer el trasfondo; después siempre estaré a tiempo de decidir si configuramos vuestra relación actual.

Figura 1.



Abreviaciones:

- Muj** **mujer (=Judith)**
- 1Co primer compañero; no estuvieron casados
- 2Co segundo compañero; no estuvieron casados
- Muj2Co mujer del segundo compañero
- Ca2Co compañera del segundo compañero

HELLINGER a Judith, refiriéndose a la constelación Te encuentras bastante sola. ¿Qué hubo en tu familia de origen?

JUDITH Pues, pienso que lo que sería importante para nuestra relación de triángulo ...

HELLINGER *interrumpe* No, totalmente independiente de eso. Trabajo contigo independientemente de la relación.

JUDITH Desde hace medio año tengo indicios de que mi padre, entre mis diez y mis trece años tuviera una relación con otra mujer, y que de ahí naciera un hermano mío. Por lo demás, hay muchos hechos dramáticos en mi familia de origen.

HELLINGER ¿Qué?

JUDITH Mi padre abusó de mí sexualmente, y cuando yo tenía diecinueve años se suicidó.

HELLINGER Con eso trabajaré ahora. Si resolvemos eso, también podemos aclarar lo otro. ¿A partir de qué edad fue el incesto?

JUDITH Desde los tres años y nueve meses hasta, aproximadamente, los cuatro años.

HELLINGER ¿Cómo fue la relación entre los padres?

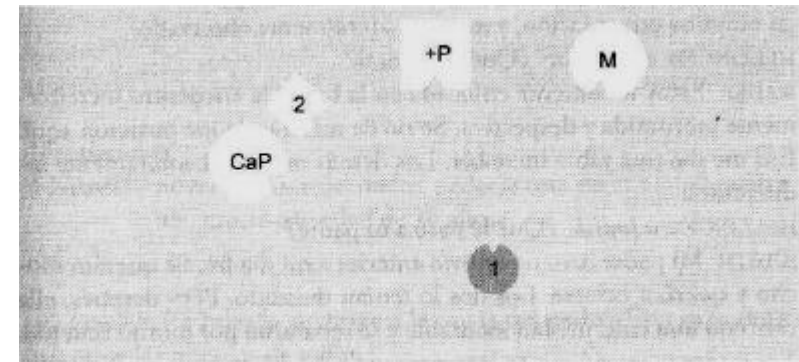
JUDITH Imposible. Yo quería mucho a mi padre y rechazaba a mi madre. Sólo cuando entré en la fase de la pubertad, también sentía una aversión increíble contra el padre.

HELLINGER ¿Cómo fue la relación de la madre con él?

JUDITH Imposible.

HELLINGER Introduce a representantes para tu madre y para tu padre. También, para aquella otra mujer y para tu hermanastro.

Figura 2.



Abreviaciones:

- + P padre; se suicidó cuando Judith tenía 19 años
- M madre
- 1** **primera hija (= Judith)**
- CaP compañera del padre durante el matrimonio; madre de 2
- 2 segundo hijo

JUDITH Ya he trabajado mucho este abuso. Puede ser que eso se manifieste en la manera en que lo he configurado.

HELLINGER Mirándolo, no lo has trabajado. Date cuenta de cómo corren las líneas energéticas aquí: todas apuntan hacia tu representante.

No hay nada solucionado; de lo contrario, no podría ser así. Pero haré lo mejor. *al grupo* Todo apunta hacia ella. Ella está en el centro de la carga. *a la representante de Judith* ¿Cómo te encuentras?

PRIMERA HIJA Noto un peso aquí en el pecho. Me siento totalmente amenazada por los padres. Es muy fuerte e igualmente intenso en ambas partes. Quisiera escaparme de aquí. *Indica en dirección a la mujer con la que el padre mantuvo una relación durante el matrimonio, y al hermanastro.* De alguna manera, hacia estos dos. Quisiera decirles: «¡Sacadme de aquí!»

HELLINGER *a la madre* ¿Cómo te encuentras tú?

PADRE f Me late el corazón y no veo a nadie más que a Judith. No tengo ninguna otra relación, y me siento totalmente observado.

HELLINGER *a la madre* ¿Qué tal para ti?

MADRE Estoy totalmente enfocada en la hija y la encuentro increíblemente presumida y despectiva. Se rió de mí cuando me pusieron aquí. Eso me dio una rabia increíble. Los demás me son absolutamente indiferentes.

HELLINGER *a Judith* ¿Qué le pasó a tu padre?

JUDITH Mi padre tuvo una novia anterior a mi madre. Se querían mucho y querían casarse. Los dos lo tenían decidido. Pero después, ella contrajo una enfermedad incurable y se separaron por mutuo acuerdo. Esa mujer se murió con treinta o treinta y dos años.

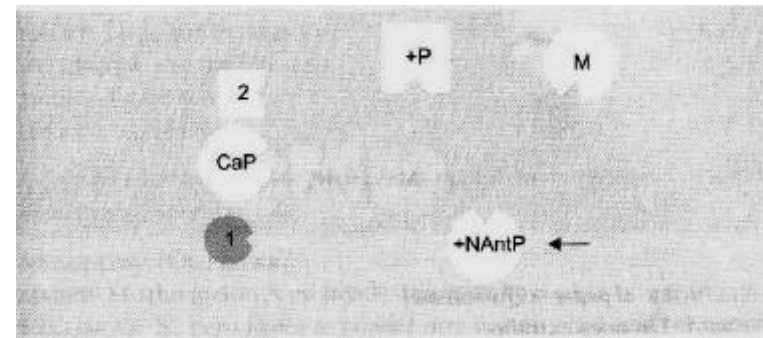
HELLINGER Introduce también a una representante para ella.

Judith coloca a la novia anterior directamente detrás de su propia representante.

HELLINGER Ésta es la identificación.

Para que la dinámica quede más visible, Hellinger pone a la representante de Judith unos pasos hacia la izquierda. La novia anterior del padre se encuentra ahora sola, en el centro de la constelación.

Figura 3.



Abreviaciones:

+NAntP novia anterior del padre; padecía una enfermedad incurable, murió a la edad de 30 años

HELLINGER La mirada se dirige a la novia del padre. Ésta es la mujer que atrae las miradas de todos.

NOVIA ANTERIOR DEL PADRE, f *llorando* Casi no puedo soportarlo.

HELLINGER *al padre* ¿Qué tal para ti?

PADRE t Estoy totalmente fijado en ella.

HELLINGER Ve hacia ella.

El padre se acerca a su novia anterior y los dos se abrazan cariñosamente.

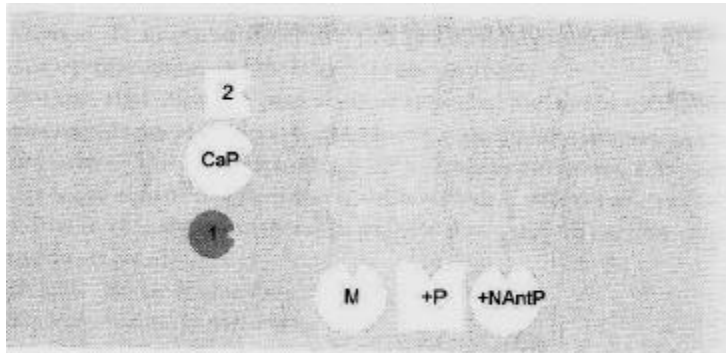
HELLINGER *a la madre* ¿Qué tal tú ahora?

MADRE Noto que me voy relajando un poco. Me surge una cierta tristeza. La rabia ha desaparecido.

HELLINGER *a la madre* Ponte al lado de la novia muerta. *al padre*

Y tú ponte entre tu mujer y tu novia muerta ahora.

Figura 4.



HELLINGER *al padre* ¿Qué tal así?

PADRE t Un poco extraño.

HELLINGER *a la novia anterior* ¿Para ti?

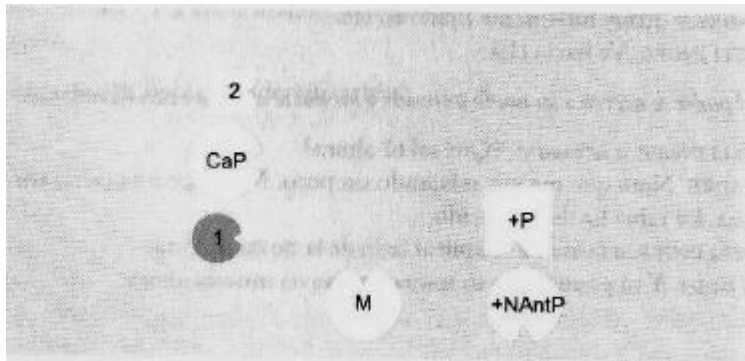
NOVIA ANTERIOR DEL PADRE t Muy raro.

Hellinger pone al padre a la derecha de la novia.

NOVIA ANTERIOR DEL PADRE t Un poco mejor, pero me siento perdida. No sé dónde estoy.

Hellinger gira a la novia y pone al padre de Judith detrás de ella.

Figura 5.



HELLINGER *a la novia anterior* ¿Qué tal así?

NOVIA ANTERIOR DEL PADRE t Mejor.

HELLINGER *al padre* ¿Para ti?

PADRE t Muy bien.

HELLINGER Éste es el suicidio del padre.

a la madre Mira al marido y dile: «Dejo que te vayas.»

MADRE Dejo que te vayas.

HELLINGER «Yo me retiro.»

MADRE Yo me retiro.

HELLINGER Hazlo.

La madre mantiene la vista puesta en su marido mientras retrocede lentamente unos doce pasos.

HELLINGER ¿Qué tal así?

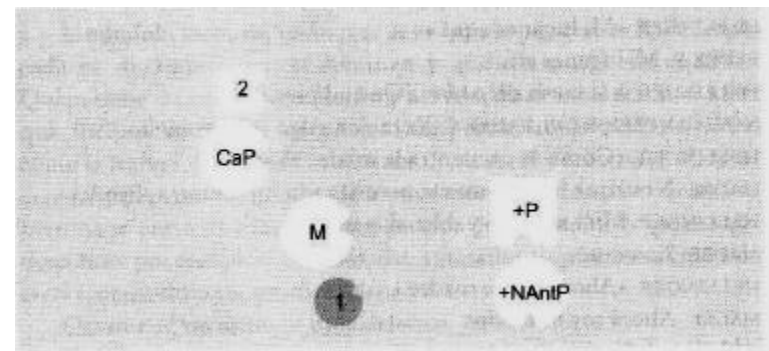
MADRE Mucho mejor. A mi hija la quisiera ahora ...

HELLINGER Sí, pero ahora te pondré otra vez un poco más cerca para que no estés tan apartada.

en cuanto la madre acaba de acercarse, a Judith Trabajaré directamente contigo ahora.

Judith está al lado de la madre, mirando con ella en dirección al padre y a su novia que murió.

Figura 6.



HELLINGER *a Judith* Dile tú también al padre: «Ahora me retiro.»

JUDITH Ahora me retiro.

HELLINGER «Te dejo allá.»

JUDITH *al cabo de unos instantes* Te dejo allá.

HELLINGER «Y ahora renuncio a ti.»

JUDITH *conmovida* Y ahora renuncio a ti.

HELLINGER «Yo me quedo con la madre.»

JUDITH Yo me quedo con la madre.

HELLINGER *al padre de Judith* Dile a la hija: «Lo siento.»

PADRE t Lo siento.

En cuanto el representante del padre acaba de pronunciar estas palabras, Judith comienza a sollozar con profunda conmoción y se abraza a su madre.

HELLINGER *a Judith, que sigue sollozando violentamente* Respira profundamente, pero sin sonido. Mira al padre muy tranquilamente y dile: «Te dejo allá.»

JUDITH *más serena* Te dejo allá.

HELLINGER «Y ahora me retiro.»

JUDITH Y ahora me retiro.

HELLINGER «Yo me quedo con la madre.»

JUDITH Yo me quedo con la madre.

HELLINGER *al padre* Dile a Judith: «Lo siento.»

PADRE t Lo siento.

HELLINGER «Y ahora me retiro.»

PADRE t Y ahora me retiro.

HELLINGER «Mi lugares aquí.»

PADRE t Mi lugar es aquí.

HELLINGER *a la novia del padre* ¿Qué tal para ti?

NOVIA ANTERIOR DEL PADRE t Es mejor. Algo se ha resuelto.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la madre ahora?

MADRE Noto que interiormente necesito a la hija como apoyo.

HELLINGER Mira a Judith y dile: «Lo siento.»

MADRE Lo siento.

HELLINGER «Ahora soy tu madre.»

MADRE Ahora soy tu madre. *a Hellinger* Es difícil.

HELLINGER Así es. Dile: «Y tú eres mi hija.»

MADRE Y tú eres mi hija.

HELLINGER «Ahora te protejo.»

MADRE Ahora te protejo.

HELLINGER *a Judith* Dile a la madre: «Ahora te tomo como mi madre.»

JUDITH *emocionada* Ahora te tomo como mi madre.

HELLINGER «Y tú puedes tenerme como tu hija.»

JUDITH Y tú puedes tenerme como tu hija.

Judith y su madre se abrazan largamente y con amor.

HELLINGER *cuando Max y Eva, los otros dos miembros de la relación de triángulo, indican que también quisieran trabajar ahora* No. Judith está con su madre ahora, por tanto no debo seguir trabajando ahora. Primero tiene que pasar un tiempo entremedio. ¿De acuerdo?

Judith, Max y Eva asienten.

HELLINGER *al grupo* Quisiera volver sobre el tema del incesto. Al tratar el tema del incesto, las diferentes actitudes de los diversos terapeutas se plasman con especial claridad.

Hay una actitud que parte de la idea que la persona únicamente necesita tener buena voluntad para no hacer una cosa así. Y si no tiene esa buena voluntad, es culpable y tendrá que rendir cuentas por ello. Mediante castigos y otros métodos similares ya se arreglará. Esta actitud no sólo está muy difundida en el mundo de la Terapia, sino también se encuentra en Política y en la vida cotidiana.

Mirándolo bien, sin embargo, se ve que la persona se halla implicada en dinámicas que la dominan y que ella no puede dominar. Quien tiene en cuenta este hecho y así aborda el tema del incesto, ve que incluso detrás de los peores comportamientos actúan fuerzas como la lealtad, la fidelidad y el amor. Por eso, el terapeuta se abstiene de cualquier condena y atiende a estos contextos. Muchas veces, una persona se encuentra hstrada por sucesos de su familia de origen que desconoce por completo. Aún así, determinados sucesos pueden actuar en el sistema durante muchos años.

Os contaré un ejemplo muy drástico.

Un día vino a consultarme un abogado. Hacía poco, se había dado cuenta de que en su familia había tres hombres que a la edad de veintisiete años se habían

suicidado, siempre un 31 de diciembre. El hombre pensaba que eso no podía ser ninguna casualidad. Investigando, pues, la historia de la familia, descubrió que el primer marido de su bisabuela había muerto a la edad de 27 años, el 31 de diciembre. En un principio, nadie sabía nada más de él. Finalmente, sin embargo, se supo que ese primer marido había sido asesinado por su propia mujer, la bisabuela del abogado, y por el amante de ésta, que posteriormente se casó con ella. El siguiente en la familia a cumplir los veintisiete años era un primo de ese abogado. Viendo que el 31 de diciembre se estaba aproximando, el abogado fue a verlo para prevenirle. Su primo ya se había comprado una pistola para suicidarse. Ninguno de estos hombres conocía el trasfondo más profundo, ni las implicaciones familiares.

Lo mismo se aplica también a los casos de crimen sexual o de incesto. Muchas veces se desarrollan dinámicas que, por lo general, no entendemos. El terapeuta, por tanto, procura detectar estas implicaciones para desentrañarlas y así liberar a todos. ¡También, al perpetrador! No obstante, esto no significa que el perpetrador sea inocente.

Hay un orden jurídico que tiene que velar por que estas cosas no pasen. Este orden jurídico actúa a un nivel moral y también procede según criterios morales. ¡Y así tiene que hacerlo!

En el trabajo con Constelaciones Familiares, no se trata de dispensar al perpetrador, como si públicamente no se le pudieran pedir cuentas por las consecuencias de sus actos, o como si no tuviera que explicarlos. Terapia y orden jurídico son dos niveles diferentes que no se deberían mezclar.

Dos días más tarde

HELLINGER a Max, cuando éste pide trabajar Vuestra relación de triángulo, ¿tiene futuro o es sólo algo pasajero? MAX Sí creo que tiene futuro.

HELLINGER Está clarísimo que no tiene ningún futuro. Es sólo algo pasajero. Y así se toma.

Max asiente inclinando levemente la cabeza.

HELLINGER Una vez me preguntó una mujer qué podía hacer, porque siempre sentía unos celos terribles de su marido. Le dije: «Tarde o temprano lo perderás. Mientras tanto, ¡disfrútalo!» *tras un silencio* Es todo lo que os puedo aconsejar.

Max asiente consternado.

HELLINGER al grupo «Qué es lo que acabo de hacer? He encaminado los sueños hacia la realidad.

Max, Eva y Judith asienten.

«Tuvimos un grave accidente de tráfico»

HELLINGER a Marc «A qué se debe tu discapacidad ?

MARC Por un grave accidente de tráfico ...

Marc lucha por encontrar las palabras, pero no consigue hablar.

CHANTAL Mi marido tiene una hemiplejía y es afásico. Es decir, tiene problemas para hablar.

HELLINGER a Marc Dejaré que tu mujer hable por ti, ¿de acuerdo?

Marc asiente con la cabeza.

HELLINGER ¿De qué se trata en vuestro caso?

CHANTAL Por mi parte se trata de que tengo muchos sentimientos, pero no puedo transmitir estos sentimientos. Me siento como una flor en el desierto.

HELLINGER ¿Quieres que procuremos un poco de lluvia para la flor?

Chantal se ríe. Marc le pide a Chantal que le traduzca la conversación al francés.

Después, Marc se ríe también.

HELLINGER ¡Ah, tu lengua materna es el francés!

a Chantal ¿Cómo ocurrió el accidente?

CHANTAL Un coche chocó contra nosotros. Fue un siniestro total. Yo estuve conduciendo y mi marido estaba a mi lado. Su discapacidad se desarrolló posteriormente, como secuela del accidente.

HELLINGER A él le tocó de lleno, y a ti, menos.

Chamal asiente.

HELLINGER Mira a tu marido y dile: «Lo llevo contigo.»

CHANTAL Lo llevo contigo.

Chantal pone su mano en la mano impedida de Marc. Él le acaricia la espalda con su mano sana.

CHANTAL *llorando* Sí, lo llevo contigo.

HELLINGER Este fue el primer chaparrón para la flor.

Los dos se ríen abiertamente.

HELLINGER Quisiera explicarlo brevemente. Vosotros dos vivisteis una fatalidad juntos. A él le tocó de lleno, a ti, menos. Aquél a quien le tocó menos, tiene sentimientos de culpabilidad ante el otro, ya que salió ganando donde el otro perdió.

CHANTAL Ya antes del accidente no era capaz de expresar mis sentimientos. El accidente más bien me ayudó.

HELLINGER Estoy con otra cosa. Eso fue para desviar la atención.

Chantal se ríe.

HELLINGER Tú tienes una ventaja sin ser mejor. Tienes esta ventaja no por tu propio mérito; por eso no te lo has merecido. Tu marido tiene una desventaja; él tampoco se la ha merecido. Es un destino que compartís. La solución sería que le dijeras: «Tomo como un regalo que yo haya salido tan bien, y te dejo participar en ello, cuidándote bien.»

Chantal mira a los ojos de Marc. Ambos asienten, profundamente conmovidos.

HELLINGER ¡Éste fue el segundo chaparrón!

Ambos se ríen.

HELLINGER *a Chantal* ¿Tenéis hijos?

CHANTAL No, hubiéramos querido tenerlos, pero no nos vinieron.

HELLINGER La solución es que le digas: «Lo llevamos juntos.» - Y derrochas tu amor sobre él.

Chantal acaricia la mejilla de Marc. En respuesta, él roza cariñosamente la cabeza de ella con su frente.

HELLINGER *a Chantal* Tú eres la lluvia y él es la flor.

Chantal y Marc se ríen relajadamente.

HELLINGER ¿Está bien así?

CHANTAL *escéptica* Sí y no.

HELLINGER Estás esquivando la responsabilidad.

al grupo Aquí hay una inversión: ella se comporta como si ella fuera la necesitada que le pide algo, en vez de reconocer que él es el necesitado que le pide algo a ella. No se trata de necesidades que se reclaman a puñaladas, sino de necesidades que surgen de la situación.

Haré un ejercicio sencillo con vosotros: Marc, échate de espaldas en el suelo, ¿puedes?

Marc asiente y se echa en el suelo sin grandes problemas, a una distancia de cinco pasos de Bert Hellinger.

HELLINGER *a Chantal* Échate a su lado.

a Marc, cuando éste quiere girarse hacia su mujer para mirarle a .la cara No, tú te quedas mirando el techo ahora.

a Chantal Y tú mira hacia Marc.

Chantal mantiene sus manos cruzadas encima de su abdomen, mirando el perfil de Marc. Al cabo de unos instantes coge la mano espástica de su marido.

HELLINGER *a Chantal* Mira a su corazón.

al cabo de un tiempo Mira atentamente su cara y su corazón, hasta que notes cómo se encuentra.

Durante las últimas palabras de Hellinger, Marc empieza a llorar, levantando su mano sana para cubrir su cara. Después rompe en un fuerte sollozo. Chantal lo acerca a ella; echados en el suelo, se abrazan cariñosamente. La mano espástica de Marc empieza a temblar intensamente mientras sigue llorando con amargura. Chantal le acaricia la cabeza con una mano, con la otra, lo mantiene cogido.

HELLINGER Dile: «Yo te sujeto.»

CHANTAL *en francés* Yo te sujeto.

Marc solloza, profundamente conmovido.

HELLINGER Repítelo.

CHANTAL *en francés* Te sujeto, te sujeto.

Echados en el suelo, Marcy Chantal se abrazan, mirándose a los ojos intensamente. Lentamente, el sollozo de Marc se va calmando. También el temblor de su mano espástica va cesando. Al cabo de un tiempo, los dos se levantan y vuelven a sentarse al lado de Bert Hellinger.

HELLINGER *a Chantal* ¿Está bien para ti?

CHANTAL Sí, me siento más cerca de él ahora. Pero todavía me falta algo; me falta un pequeño puente.

HELLINGER *al grupo* Esto es negarse a morir.

Mientras Hellinger permanece largamente en silencio, Chantal parece escuchar su interior.

HELLINGER Aquí lo dejo ahora.

Chantal y Marc vuelven a sus asientos, pero siguen escuchando atentamente.

HELLINGER *al grupo* Lo que la mujer podría hacer en una situación así, y lo que el terapeuta podría hacer en una situación así, os lo cuento en una historia:

El Huésped

En alguna parte lejos de aquí, allá donde en su tiempo se encontraba el Lejano Oeste, un hombre iba caminando con su mochila sobre sus espaldas, atravesando un país vasto y solitario. Tras caminar muchas horas -el sol ya estaba alto y su sed se hacía imperiosa— vio una granja en el horizonte.

«Gracias a Dios» —pensó—, «por fin un hombre en medio de esta soledad. En su casa entraré, le pediré algo para beber, y quizás después nos sentemos un poco en la tenaza y charlemos antes de que continúe mi camino.»

Y se imaginaba lo bonito que sería.

Al acercarse, sin embargo, vio que el granjero empezaba a afanarse en el huerto delante de su casa, y las primeras dudas lo invadieron. «Probablemente tendrá mucho que hacer» —pensó—, «v si le digo lo que quiero, le caeré pesado; podría pensar que soy un descarado.»

Así, al llegar a la puerta del huerto, tan sólo saludó al granjero con un gesto y pasó.

El granjero, por su parte, ya lo había visto de lejos y se alegró. «Gracias a Dios» —pensó—, «por fin otro hombre en medio de esta soledad. ¡Ojalá venga conmigo!. Entonces tomaremos algo juntos, y quizás nos sentemos en la terraza y charlemos antes de que siga su camino.»

Y entró en la casa para preparar unos refrescos.

Pero al ver al forastero que se acercaba, también él comenzó a dudar. «Seguramente tendrá prisa, y si le digo lo que quiero, le caeré pesado; podría pensar que lo importuno. Pero quizás tenga sed y quiera entrar él mismo. Lo mejor será que me vaya al huerto delante de casa y haga ver que tengo que hacer. Ahí tendrá que verme, y si realmente quiere venir conmigo, ya lo dirá.»

Cuando, finalmente, el otro no hizo más que saludarlo con un gesto y seguir su camino, se dijo: «¡Qué pena!»

El forastero, sin embargo, continuó caminando. El sol seguía subiendo, su sed aumentaba, y pasaron horas hasta que en el horizonte divisó otra granja. Se dijo a sí mismo: «Esta vez entraré en casa de este granjero, le caiga pesado o no. Tengo tanta sed que necesito algo para beber.»

Pero también el granjero ya lo vio de lejos y pensó: «Espero que éste no venga conmigo. ¡Sólo me faltaría eso! Tengo tanto que hacer que no puedo atender a otras personas.» Y siguió con su trabajo sin levantar la mirada.

*El forastero lo vio en el campo, se acercó a él y dijo:
—Tengo mucha sed. ¡Por favor, dame algo para beber!.*

El granjero pensó: «Ahora no puedo rechazarlo, al fin y al cabo soy humano.» Así, lo llevó a su casa y le trajo algo para beber.

El forastero dijo:

-Estuve mirando tu huerto; se nota que es el trabajo de uno que entiende, que ama a las plantas y sabe lo que necesitan.

El granjero contestó:

-Veo que también tú entiendes de estas cosas,...

Y se sentó y charlaron largo rato.

Después, el forastero dijo:

—Ya va siendo hora que me vaya.

El granjero, sin embargo, se resistió, diciendo:

—El sol ya está bajo. Quédate conmigo esta noche; así nos sentaremos en la terraza y charlaremos antes de que mañana continúes tu camino.

Y el forastero asintió.

Al caer la tarde, se sentaron en la tenaza, mientras el vasto país yacía transformado bajo la luz del crepúsculo. Al ceñirse la oscuridad alrededor de ellos, el forastero comenzó a contar cómo el mundo había cambiado para él desde que se había dado cuenta de que a cada paso había otro que lo acompañaba. Primeramente no quería creerse que había alguien que continuamente iba a su lado; que, cuando él paraba, también se detenía, y cuando él reanudaba su camino, volvía a levantarse con él. Y había tardado un tiempo en comprender quién era ése, su compañero.

—Mi continua compañera -dijo— es mi Muerte. Tanto me he acostumbrado a ella que ya no quisiera prescindir de tenerla a mi lado.

Es mi mejor amiga y la más fiel. Cuando no sé qué es lo correcto y cómo debería seguir, me detengo unos momentos para pedirle una respuesta. Me expongo a ella por completo, con mi superficie más grande, por así decirlo; sé que ella está ahí y yo estoy aquí. Y sin a ferrarme a ningún deseo, espero que de ella a mí me llegue una señal. Si estoy centrado y la encaro con valentía, al cabo de un tiempo, de ella a mí me llega una palabra -como un relámpago que ilumina lo que estaba oscuro— y veo con claridad.

Al granjero le parecían extrañas estas palabras; y largamente se quedó mirando la noche, sin decir nada. Después, también él vio quién le acompañaba: su propia Muerte. Y se inclinó ante ella.

Le parecía transformado lo que aún quedaba de su vida; precioso como el amor que conoce el adiós y, como el amor, lleno hasta el borde.

A la mañana siguiente, comieron juntos y el granjero dijo:

—Aunque te vayas, me queda una amiga.

Después, salieron al aire libre y se dieron la mano. El forastero continuó su camino, y el granjero volvió a su campo.

«Mi marido es alcohólico»

UNA PARTICIPANTE Mi marido es alcohólico. No puedo vivir con una persona dependiente del alcohol y que me amenace.

HELLINGER Sí, ésa también es mi opinión. Cuando uno de los compañeros tiene un problema, digamos por ejemplo que es alcohólico, no puede exigirle al otro que se quede con él. Tiene que llevar las consecuencias. En cuanto se le confronta, diciendo: «Ahora dejo el problema del alcohol contigo y me voy», quizás pueda cambiar. Así lleva toda la responsabilidad y recibe fuerzas. En cambio, si sólo te quedas con él, no le ayudas en nada.

De otro curso:

Terapia breve con un ex alcohólico

HELLINGER ¿De qué se trata?

BERNHARD Estamos casados desde hace ocho años. Desde hace dos años y tres meses vivimos separados, y hace nueve meses reanudamos nuestra relación, pero viviendo separados. Nuestro deseo sería volver a la convivencia, pero no lo conseguimos.

HELLINGER ¿Tenéis hijos?

BERNHARD Una hija de siete años.

HELLINGER ¿Hubo un motivo inmediato para la separación?

BERNHARD Había discusiones que al final acabaron en agresiones más hacia mi mujer. En aquel entonces era alcohólico, y una noche llegamos a una situación por la que ella se fue de casa. De la otra manera, habría escalado más y más.

HELLINGER ¿Cómo te va ahora con el alcohol?

BERNHARD Lo he dejado por completo. He aceptado que soy alcohólico y que no puedo manejarlo. Desde hace un año no tomo ni una gota.

HELLINGER a la mujer ¿Tú qué dices a todo esto?

ANNELIESE Todo lo que dice mi marido, también corresponde a mi punto de vista.

HELLINGER Hay una solución estándar para una situación como la vuestra. La solución sería: la pareja, bajo una condición especial, se permite empezar de nuevo. Pero la condición es muy dura. a Bernhard ¿La conoces?

BERNHARD No.

HELLINGER Del pasado no se habla. BERNHARD

Es una condición muy dura. HELLINGER Exacto. a

la mujer ¿A ti que te parece mi condición ?

ANNELIESE Es muy duro.

HELLINGER Algunos quieren la felicidad gratis.

Anneliese y Bernhard se ríen.

HELLINGER Esta condición engloba la renuncia a la venganza, a la superioridad y, además, a la inocencia y a la culpa. Es una gran renuncia. - De acuerdo, os he dicho lo esencial.

Bernhard y Anneliese asienten.

HELLINGER Una vez me hablaron de una mujer que fundó una orden para enfermos incurables. La orden era famosa por la extraordinaria alegría de sus miembros, ¿Podéis imaginaros eso? La razón está en una regla fundamental de la orden: por principio no se habla de enfermedades.

Anneliese y Bernhard se ríen.

La mujer sufre una enfermedad mortal

HELLINGER ¿Cuál es vuestro asunto?

WERNER He venido aquí con Sieglinde, porque ella está muy enferma.

HELLINGER ¿Cuál es la enfermedad? SIEGLINDE Tengo cáncer de mama.

HELLINGER ¿Cuál es el pronóstico?

SIEGLINDE La medicina convencional me da hasta el verano. Pero mi homeópata y yo somos optimistas. De momento me siento en vías de mejora.

HELLINGER ¿Tenéis hijos?

WERNER No tenemos hijos juntos. Pero yo tengo tres hijos de una relación anterior, y Sieglinde tiene dos hijos.

HELLINGER Poneos el uno enfrente del otro.

Werner y Sieglinde se ponen de pie, a una distancia de aproximadamente cinco pasos. Sieglinde aparta la vista.

HELLINGER *a Sieglinde* No, míralo.

Ambos se miran a los ojos, larga e intensamente. Después, el pie derecho de Werner empieza a avanzar, y también sus brazos comienzan a tenderse levemente hacia delante.

HELLINGER *a Werner* Entrégate a tu impulso.

Werner corre hacia Sieglinde y la coge en brazos cariñosamente. Ella también le abraza fuertemente.

HELLINGER *a Werner* Dile: «Me quedo contigo mientras pueda.»

WERNER *mirándole a los ojos a Sieglinde* Me quedo contigo mientras pueda.

HELLINGER *a Sieglinde* Díselo tú también.

SIEGLINDE Me quedo contigo mientras pueda.

Sieglinde sonrío. Los dos vuelven a abrazarse cariñosamente. Después le dan las gracias a Bert Hellinger.

El compañero sufre una grave enfermedad mental

UNA PARTICIPANTE ¿Qué actitud debe tomar una persona cuando su pareja desarrolla una enfermedad mental grave? ¿A pesar de todo tiene que quedarse con su pareja?

HELLINGER Te daré un ejemplo: en un curso participó una mujer casada. Era madre de tres hijos. Su marido había sufrido un accidente de equitación, y desde entonces tenía una discapacidad mental grave. Yo le dije: tienes que tratarlo como si estuviera muerto, como si el matrimonio se hubiera acabado. No puedes llevar toda una vida las consecuencias de su accidente. También contó que un tiempo antes de su accidente, su marido le dijo que ya no quería tener relaciones sexuales con ella. Unas semanas después del taller, la mujer fue a ver a su marido en una residencia de accidentados de gravedad. Aunque su marido apenas estaba accesible, ella le dijo: «Nos casamos y tenemos tres hijos. Te respeto como el padre de nuestros hijos y me guardo un recuerdo tuyo. Pero nuestro matrimonio se acabó. Me siento libre ahora.» Cuando pronunció estas palabras, su marido se puso radiante. Eso es adecuado, y ahí hay grandeza, para todos.

PARTICIPANTE Cuando se tiene una imagen de solución, como la mujer en este último ejemplo, ¿también puede ser que más tarde la persona vuelva a caer en la imagen de antes?

HELLINGER Más bien es la regla que la persona vuelva a caer en la imagen de antes. Por eso hay tan pocas soluciones. Ya que la solución va ligada a la culpa.

El ejemplo que te acabo de dar lo muestra: la mujer únicamente puede disolver el matrimonio con su marido gravemente discapacitado, asumiendo también una culpa y estando dispuesta a hacer algo que muchos consideran malo. Este tipo de solución requiere la disponibilidad para la culpa.

«Culpa» no es equivalente a «malo». Muchas veces es justamente al revés. Muchas veces, lo bueno o lo correcto nos hace culpables, y lo malo nos da una sensación de inocencia. Muchos que permanecen en el problema, o que sufren en una mala relación, se sienten inocentes. El paso de este tipo de inocencia a la culpa, requiere fuerza interior. Y sólo aquél que también encara la culpa, puede realizar este paso hacia la solución. Porque en este nivel uno se encuentra más solo. La recaída en el patrón antiguo es más cómoda.

Cuando uno de los compañeros está impedido

Al sentarse la pareja al lado de Bert Hellinger, se ve claramente que la pierna izquierda de la mujer está paralizada, por lo que cojea fuertemente.

HELLINGER ¿De qué se trata?

KARIN *llorosa* Hace un mes me fui de casa.

BERND Desde entonces vivimos en casas separadas.

HELLINGER *a Karin* ¿Es malo?

KARIN Es mejor, pero todavía me siento ... *Empieza a llorar y no puede seguir hablando.*

HELLINGER ¿Quién quería la separación?

BERND Mi mujer.

HELLINGER *a Karin* ¿Estás impedida?

KARIN Con un año tuve polio.

HELLINGER ¿Por qué se casó contigo?

KARIN Porque tengo fuerza.

HELLINGER Estás impedida.

a Bernd ¿Por qué te casaste con ella?

BERND Estuve y estoy fascinado por su manera de ser.

HELLINGER ¿Y ella te agradeció que te casaras con ella, a pesar de su discapacidad?

Bernd permanece en silencio.

HELLINGER *a Karin* ¿Se lo agradeciste?

KARIN No.

HELLINGER Exacto, de esto se trata. Niegas que es un regalo especial que se casara contigo, y te haces la grande en vez de reconocer y valorar que él se casó contigo y que te ama. ¿Tiene sentido para ti lo que digo?

KARIN Es difícil de aceptar.

HELLINGER Exacto.

a Bernd ¿Para ti tiene sentido lo que acabo de decir?

BERND *consternado* Sí.

HELLINGER Aquí lo dejo, ¿de acuerdo?

Bernd asiente, Karin permanece callada.

HELLINGER *al grupo* Quisiera explicar algo al respecto. Cuando un hombre se casa con una mujer impedida, o cuando una mujer se casa con un hombre impedido, el compañero impedido es aquél que recibe más. Por tanto, tienen que llegar a un equilibrio, si no, el compañero impedido se va. En una situación así, la única salida consiste en que el compañero impedido reconozca que el otro le hace un regalo muy especial. Este reconocimiento amoroso es una compensación. *a la pareja* Así podéis ser felices. Pero este agradecimiento es humilde y, por tanto, muy difícil.

La tercera hija es de otro hombre

HELLINGER ¿De qué se trata?

REBEKKA En nuestro caso se trata de una mentira de toda la vida. Estamos casados desde hace 36 años y tenemos tres hijos. Es decir, dos de estos hijos son nuestros, la tercera hija vino de una relación con otro hombre. Pero mi marido no lo sabía, ni mi hija tampoco. Lo saben desde hace dos años. Por eso y por cómo se ha ido desarrollando todo en la familia, los hijos no están bien, ni nosotros tampoco.

HELLINGER Para empezar, aquello de la mentira de toda la vida lo dejaremos de lado. Yo no lo juzgo así. Donde pasó algo así, siempre hay también grandes miedos. En tales situaciones, a veces digo: a lo largo de su vida, cada uno tiene el derecho de permitirse unos cuantos pecados.

Rebekka y Heinz se ríen.

HELLINGER Cuando los compañeros admiten eso, también pueden relacionarse con más serenidad. No obstante, este hecho tiene una gran influencia. La mejor manera de verlo será configurando vuestro sistema actual.

al marido ¿También quieres decir algo?

HEINZ Lo que me crea tantos problemas en todo esto, es el hecho de que el padre de mi hija desgraciadamente no lo supo nunca. Se murió hace tres años. Con este hombre quisiera hablar.

HELLINGER Ésta también es una información importante. ¿Qué edad tiene la hija?

REBEKKA Treinta años.

HELLINGER ¿Ella sabe que es de otro padre?

REBEKKA Sí, lo sabe desde hace dos años.

HELLINGER Bien, son cosas que pasan en la vida. Se pueden resolver, tratándolas con delicadeza. ¿Uno de vosotros dos tuvo alguna relación vinculante antes?

REBEKKA No.

HEINZ No.

HELLINGER *a Rebeca* Configura las siguientes personas: tu marido, tú, los dos hijos vuestros, la tercera hija y su padre. ¿Ese hombre estaba casado?

REBEKKA No.

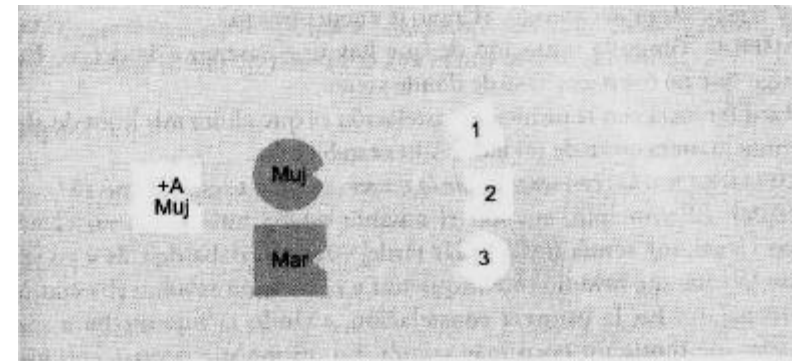
HELLINGER ¿Tenía más hijos?

REBEKKA No.

HELLINGER ¿De qué murió?

REBEKKA De las secuelas tardías de una diabetes.

Figura 1a configurada por la mujer



Abreviaciones:

Mar marido (=Heinz)

Muj mujer (=Rebekka)

1 primer hijo

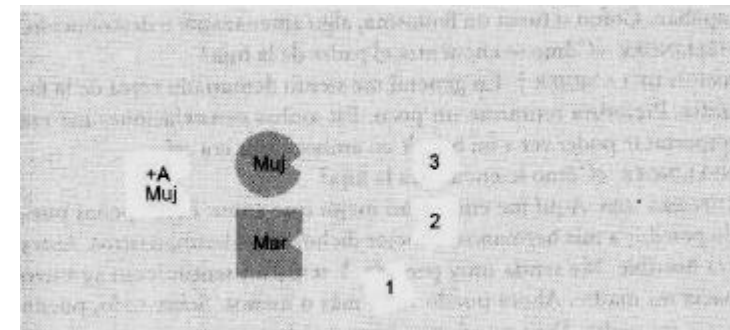
2 segundo hijo

+AMuj amigo de la mujer; padre de 3; fallecido

3 tercera hija; el marido la consideraba hija suya

HELLINGER *al marido* ¿Cómo lo configurarías tú?

Figura 1b configurada por el marido



HELLINGER *a los representantes* Podéis decir cómo os sentáis en la primera y en la segunda constelación. *al representante del marido* ¿Cómo te encuentras tú?
MARIDO Tengo la sensación de que hay una amenaza de detrás. Es algo que no conozco, ni sé de dónde viene.

La diferencia con la primera constelación es que ahora mis hijos de alguna manera están de mi lado. Antes estaba solo.

HELLINGER *a la representante de la mujer* ¿Cómo te encuentras tú?

MUJER Al principio, cuando el amante estaba todavía en mi campo visual, me sentía mejor. Más tarde, cuando estaba detrás y yo ya no lo veía, me invadió una inquietud y el corazón revoloteaba como un pájaro. En la primera constelación, cuando la hija estaba a mi lado, me sentía un poco más segura. Lo mismo me ocurrió con los hijos.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra el mayor?

PRIMER HIJO Ahora me siento más seguro que antes. Tengo a mis hermanos y a mis padres a la vista. Detrás de mi padre hay una amenaza. En la primera constelación era totalmente diferente. No sentía a mis hermanos ni los veía. Estaba muy fijado en mi padre. Pero mi mirada iba de un lado para otro. Unas veces miraba a la madre —que, por otra parte, me parecía estar demasiado cerca— y después volvía a mirar al padre. Ahora, en la segunda constelación, me va mejor.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra el segundo hijo?

SEGUNDO HIJO Para mí estábamos todos muy estrechos antes. Las líneas de comunicación se cruzaban: de mí, hacia mi padre; de él, hacia la madre. El amigo de la madre estaba en un segundo plano y casi lo tapaban. Como si fuera un fantasma, algo amenazante o desconocido.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra el padre de la hija?

AMIGO DE LA MUJER t En general me siento demasiado cerca de la familia. Preferiría retirarme un poco. En ambas constelaciones me era importante poder ver a mi hija. Y en ambos casos era así.

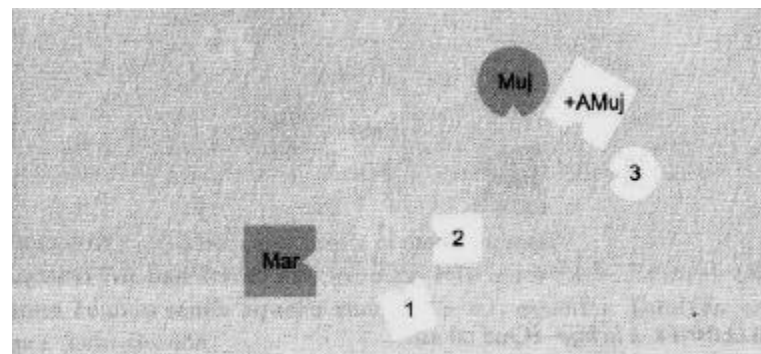
HELLINGER ¿Cómo se encuentra la hija?

TERCERA HIJA Aquí me encuentro mejor que antes. Pero apenas puedo percibir a mis hermanos, o mejor dicho, a mis hermanastros. Antes era horrible. Me sentía muy perdida. Y tenía un sentimiento agresivo hacia mi madre. Ahora puedo verla más o menos. Sobre todo, puedo ver a mi padre. Pero no sé muy bien qué hacer con esta relación de

triángulo. Ahí hay algo que no está claro, y es eso lo que más me preocupa. A los dos hermanos apenas los percibo.

Hellinger le indica a la hija que dé tres pasos hacia atrás. Después pone a su padre al lado de ella. Al final lleva a su madre al lado del padre.

Figura 2.



HELLINGER ¿Qué tal ahora para la mujer?

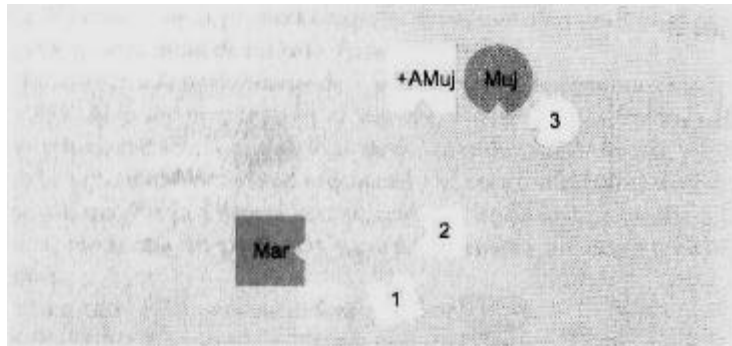
MUJER Me siento sumamente triste. Hay una enorme tristeza en mí.

AMIGO DE LA MUJER t Para mí está bien así.

TERCERA HIJA Poco a poco se va aclarando. Pero mi madre tendría que mirarme en algún momento.

Hellinger pone al padre de la hija a la derecha de la madre. A continuación, pone a la hija más cerca de la madre.

Figura 3.



HELLINGER a la hija ¿Qué tal así?

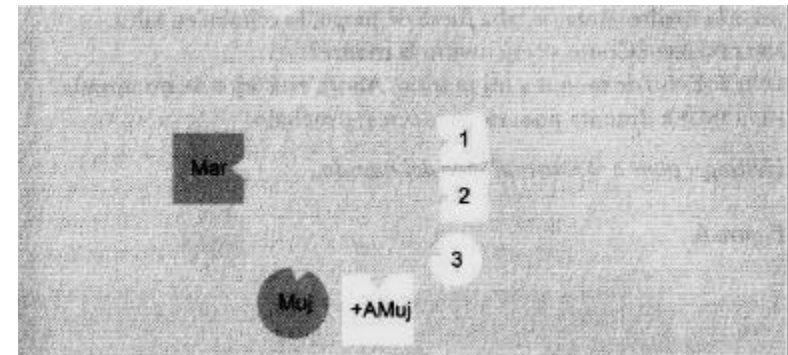
TERCERA HIJA Quisiera ver a la madre delante de mí. No sé por qué, pero me molesta verla sólo de lado.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra el marido ahora?

MARIDO Es un vacío, una sensación de abandono. Pero también surge una solidaridad con los hijos, el deseo de estar por ellos, de conseguirlo entre los tres.

HELLINGER Modificaré la constelación.

Figura 4.



HELLINGER ¿Cómo se encuentra el marido ahora?

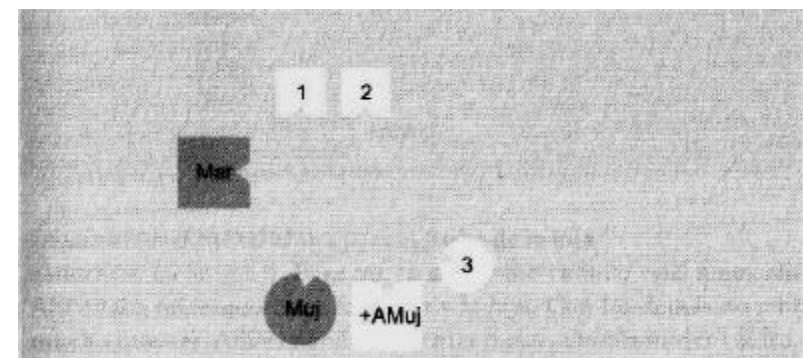
MARIDO Me han dejado solo, pero hay relaciones claras. Es mejor que antes cuando sentía aquella amenaza a mis espaldas. También veo una cierta división.

HELLINGER al hijo mayor ¿Cómo te encuentras?

PRIMER HIJO Cuando el padre aún estaba aquí, era mucho mejor. Ahora, otra vez estoy mirando un hueco.

HELLINGER Puedes ponerte a su lado. Ambos hijos pueden ponerse al lado del padre.

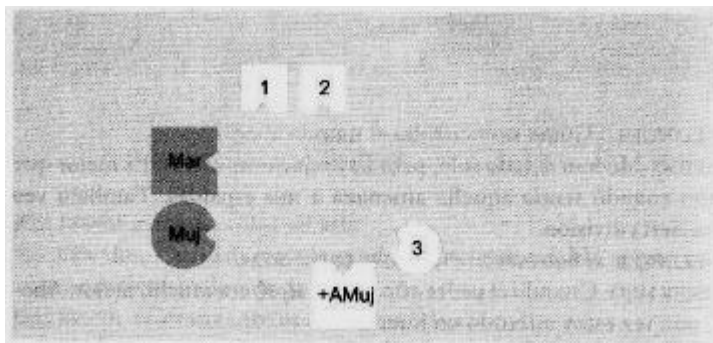
Figura 5.



PRIMER HIJO Ahora está mejor.
 SEGUNDO HIJO Para mí también está mejor ahora. Sobre todo veo otra vez a la madre. Antes estaba fuera de juego; la echaba en falta.
 HELLINGER ¿Cómo se encuentra la madre?
 MUJER Echo de menos a mi marido. Ahora está lejos de mi mirada.
 HELLINGER Intenta ponerte más cerca; pruébalo.

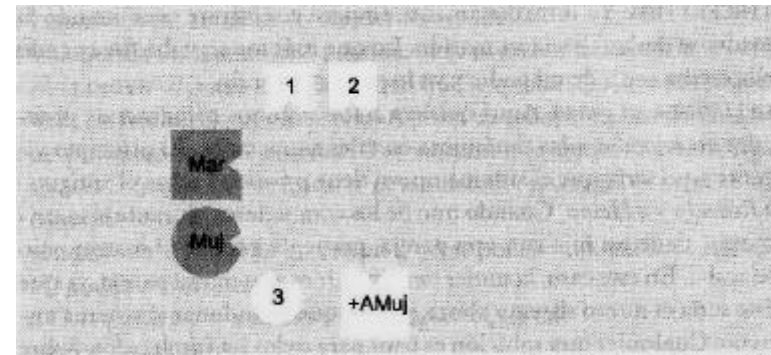
Hellinger pone a la mujer al lado del marido.

Figura 6.



HELLINGER *al marido* ¿Qué tal así?
 MARIDO Me parece muy bien que se acerque otra vez.
 HELLINGER *a la hija* Ahora ponte tú entre el padre y la madre.

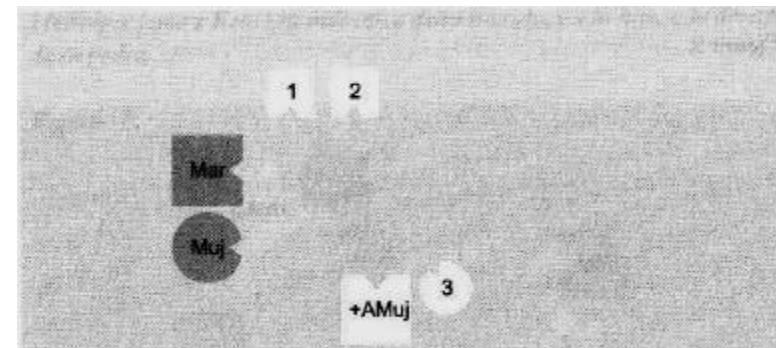
Figura 7.



HELLINGER ¿Qué tal así?
 TERCERA HIJA *sacude la cabeza* No está bien.

A continuación, Hellinger pone a la hija a la izquierda de su padre:

Figura 8.



HELLINGER ¿Qué tal ahora para el padre de la hija?
 AMIGO DE LA MUJER tPara mí, lo mejor fue cuando estábamos allá. Ahí estaba orientado hacia la mujer y la hija. Con los demás no tenía mucho que ver. Allá es donde me sentía mejor. Que la mujer vuelva a

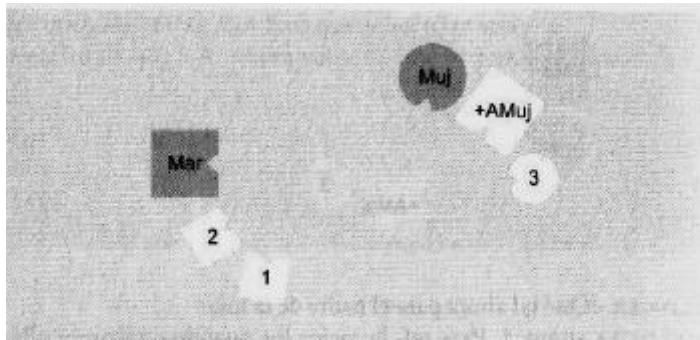
estar al lado de su marido, también está bien. Siento que es allí donde pertenece. Puedo dejarlo muy bien así.

TERCERA HIJA Yo inmediatamente empecé a sentirme peor cuando la madre se deslizó hacia su marido. Lo que más me gustaba fue cuando ella estaba cerca de mi padre y yo lo pude ver por fin.

HELLINGER *al grupo* Aquí quisiera hacer algunos comentarios generales en relación a las dinámicas en tales situaciones. El principio vigente aquí sería que el sistema nuevo tiene prioridad sobre el antiguo. *a Rebeca y a Heinz* Cuando uno de los compañeros, durante el matrimonio, tiene un hijo con otra pareja, por regla general el matrimonio se acaba. En este caso, la mujer tiene que ir con su nueva pareja, ya que éste sería el nuevo sistema ahora, y tiene que abandonar el sistema antiguo. Cualquier otra solución es peor para todos los implicados. Sobre todo, es fatal para el hijo, porque él se siente inseguro en una familia así. Muchas veces desarrolla también sentimientos de culpa. También la mujer se siente culpable ante su marido. El único lugar seguro para un hijo en esta situación, es con su padre. Cuando la mujer no abandona el matrimonio, el hijo de todos modos tiene que ir con su padre; allí sería el lugar seguro para él.

A continuación, Hellinger modifica la constelación.

Figura 9.



HELLINGER ¿Cómo se encuentra la madre ahora?

MUJER Mejor que antes.

AMIGO DE LA MADRE t Yo me encuentro bien.

TERCERA HIJA Yo también me encuentro mejor.

MARIDO Es realmente una pérdida, pero es una solución clara.

HELLINGER *al grupo* El compañero que se queda solo, lo tiene más difícil. De hecho, él paga el precio. A pesar de todo, el nuevo sistema tiene prioridad ante el anterior. Por supuesto, la mujer también sigue siendo la madre de sus hijos. A pesar de todo, por regla general el matrimonio se acaba.

HELLINGER *a Rebekka y a Heinz* Podéis ponerlos en vuestros lugares; así podéis sentir cómo es.

a Heinz, una vez se encuentra en su lugar ¿Qué tal?

HEINZ No muy bien.

HELLINGER ¿Qué quieres?

HEINZ Quiero a mi mujer y a mi hija.

HELLINGER No es tu hija.

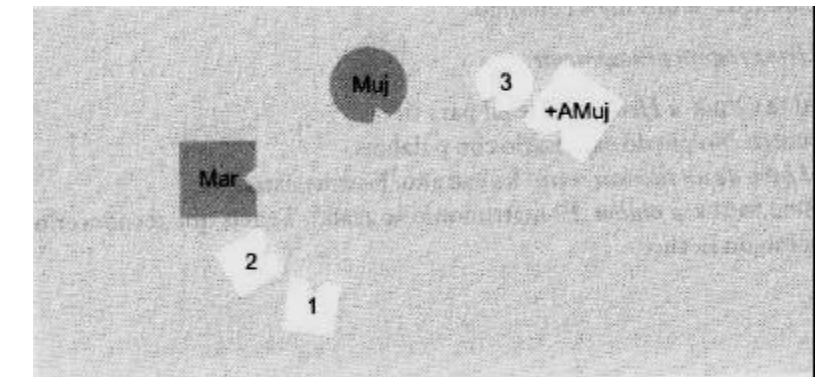
HEINZ Pero para mí lo fue durante 28 años.

HELLINGER Has invertido mucho amor.

HEINZ Sí, muchísimo. Desde sus cuatro años es diabética, igual que su padre.

Hellinger pone a Rebekka más cerca de su marido, y a la hija, a la derecha de su padre.

Figura 10.



HELLINGER *al padre de la hija* ¿Qué tal así?

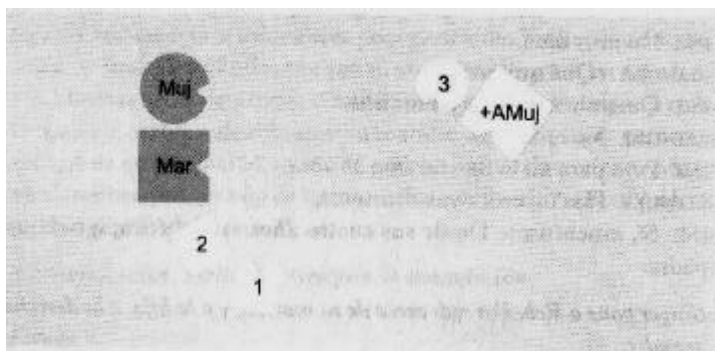
AMIGO DE LA MADRE Está bien. Le debo las gracias porque él cuidó a mi hija.

TERCERA HIJA Yo también estoy muy agradecida con él. Me emocionó mucho. A pesar de todo, estoy contenta de estar con mi padre. Pero también estoy muy unida con el padrastro; ahora lo noto.

REBEKKA Me siento muy perdida aquí.

Hellinger pone a Rebeca al lado de Heinz,

Figura 11.



HELLINGER *a Rebekka* ¿Qué tal así?

REBEKKA Mejor, pero tendría que mirar en dos direcciones diferentes para tener a mis hijos conmigo.

Heinz respira penosamente.

HELLINGER *a Heinz* ¿Qué tal para ti?

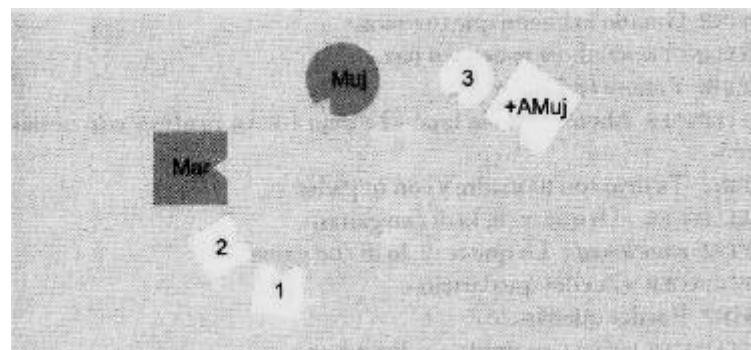
HEINZ No puedo expresarlo con palabras.

al cabo de un silencio corto Es extraño. Es muy extraño.

HELLINGER *a ambos* El matrimonio se acabó. Tenéis que reconocerlo como un hecho.

Hellinger amplía de nuevo la distancia entre Rebekka y Heinz.

Figura 12.



HELLINGER *a Rebekka* Mira a tu marido y dile: «Asumo las consecuencias.»

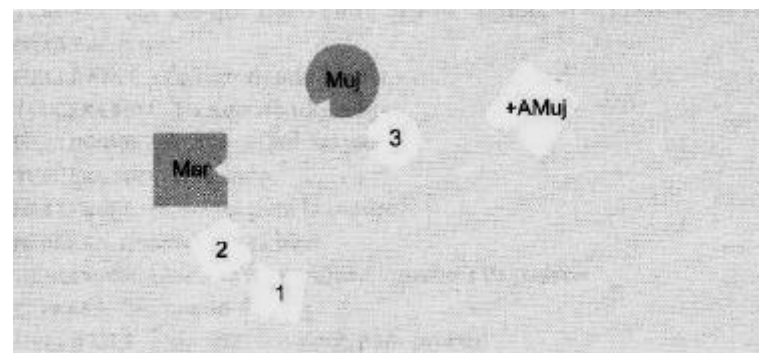
REBEKKA *conmovida* Asumo las consecuencias.

HELLINGER «Hubo un buen resultado en todo ello.»

REBEKKA Hubo un buen resultado en todo ello.

Hellinger pone a la hija al lado de la madre.

Figura 13.



HELLINGER *cuando Heinz quiere acercarse a Rebekka y abrazarla* No, eso no es adecuado aquí. Mira a Rebekka y dile: «Te dejo en paz.»

HEINZ Te dejo en paz. Te dejo.

HELLINGER «Guardo lo bueno que tuvimos.»

HEINZ Gurado lo bueno que tuvimos.

HELLINGER «Y ahora te dejo en paz.»

HEINZ Y ahora te dejo en paz.

HELLINGER Ahora dile a la hija: «Te dejo con tu madre y con tu padre.»

HEINZ Te dejo con tu madre y con tu padre.

HELLINGER «Lo que te di, lo di con ganas.»

HEINZ *emocionado* Lo que te di, lo di con ganas.

HELLINGER «Puedes quedártelo.»

HEINZ Puedes quedártelo.

HELLINGER «Y yo sigo unido a ti con amor.»

HEINZ Y yo siempre seguiré unido a ti con amor.

HELLINGER «Pero ahora te dejo con tu madre y con tu padre.»

HEINZ Te dejo con tu madre y con tu padre.

HELLINGER ¿Qué tal para la hija?

TERCERA HIJA Conmovedor.

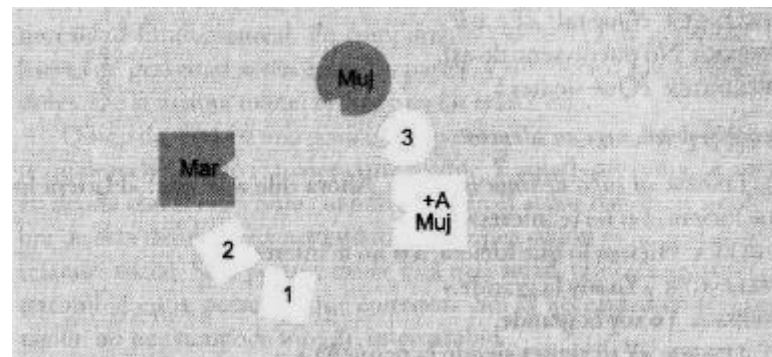
HELLINGER *a la hija* Vé hacia él y abrázale.

La hija y el padrastro se abrazan cariñosamente. Rebekka los mira con emoción.

HELLINGER *al cabo de un tiempo, a la hija* Ahora vuelve al lado de la madre.

Hellinger acerca al padre biológico a la hija.

Figura 14.



HELLINGER *a la hija* Mira a la madre y dile: «Mamá, tomo la vida de ti, también a este precio.»

TERCERA HIJA Mamá, tomo la vida de ti, también a este precio.

HELLINGER «Que a ti te costó.»

TERCERA HIJA Que a ti te costó.

HELLINGER «La tomo con amor.»

TERCERA HIJA La tomo con amor.

HELLINGER «Lo que hubo entre tú y tu marido, lo dejo como un secreto vuestro.»

TERCERA HIJA Lo que hubo entre tú y tu marido, lo dejo como un secreto vuestro.

HELLINGER «Yo sigo siendo la hija.»

TERCERA HIJA Yo sigo siendo la hija.

HELLINGER *a la hija* ¿"Qué tal para ti?"

TERCERA HIJA Está bien.

HELLINGER ¿Qué tal para la madre?

REBEKKA *llorando* Está bien.

HELLINGER Dile a la hija: «Quise mucho a tu padre.»

REBEKKA No puedo decirlo.

HELLINGER Dilo simplemente, para probar.

REBEKKA Pero no es así.

HELLINGER Díselo: «Quise mucho a tu padre.»

REBEKKA Quise mucho a tu padre.

HELLINGER «Y en ti lo sigo queriendo.»

REBEKKA Y en ti lo sigo queriendo.

HELLINGER ¿Qué tal? ¿Es así?

REBEKKA No puedo sentirlo así.

HELLINGER ¿Qué sientes?

Rebeca permanece en silencio.

HELLINGER *al cabo de unos instantes* Ahora dile a la hija: «Hiciera lo que hiciera, a ti no te interesa.»

REBEKKA Hiciera lo que hiciera, a ti no te interesa.

HELLINGER «Yo soy la grande.»

REBEKKA Yo soy la grande.

HELLINGER «Y tú sigues siendo la pequeña.»

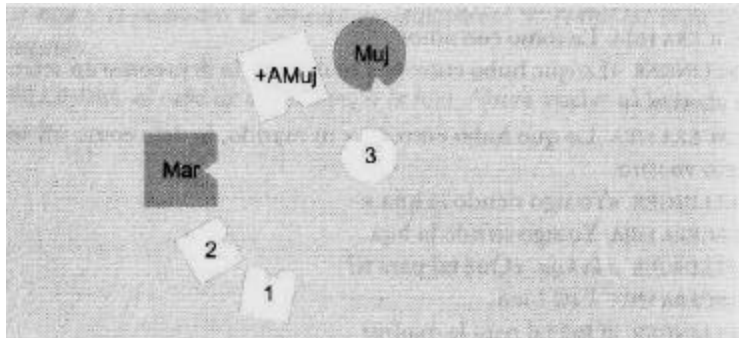
REBEKKA Y tú sigues siendo la pequeña.

HELLINGER ¿Qué tal para la hija?

TERCERA HIJA Duele.

HELLINGER *al padre de la hija* Ponte al lado de la mujer.

Figura 15.



HELLINGER ¿Cómo se encuentra el marido ahora?

HEINZ Mal. Tengo miedo.

HELLINGER Lo interrumpo aquí. No puedo seguir.

Heinz y Rebeca asienten.

La necesidad de compensación

HELLINGER *al grupo* El amor se logra cuando el dar y el tomar en la pareja están equilibrados. Es decir, cuando aquél que da, también toma, y aquél que toma, también da. La necesidad de equilibrio es una necesidad fundamental. Es comparable a la fuerza de gravedad. La fuerza de gravedad actúa en todas partes, y sus efectos son compensadores. De la misma manera ocurre en las relaciones.

Quien da, está en una posición superior. Puesto que ha dado, siente un derecho, como si tuviera que recibir. Y aquél que toma, se siente en deuda con el otro. Sólo cuando también él acaba dando, se siente libre de esta deuda. Esta necesidad de compensación es la base de toda relación social. Sólo porque existe esta necesidad, también existe el intercambio entre personas que conviven. Sin la necesidad de compensación no hay tampoco ningún intercambio.

En la relación de pareja, la necesidad de compensación va unida al vínculo y al amor. Puesto que la persona ama, da. Y puesto que también el otro ama, da de la misma manera. Pero por precaución da un poco más. Así, también el otro da un poco más, por lo que el intercambio se mantiene. Cuando se llega a una compensación exacta, la relación se acaba, porque entonces los dos ya no se deben nada, también en un sentido figurativo.

En una relación viva, se desarrolla un movimiento de dar y de tomar. Cuanto más extenso sea este movimiento, tanto más profunda será la satisfacción mutua. El dar más sublime se manifiesta en la frase de: «Tal como eres, eres perfecto para mí.» La confirmación de que una persona, tal como es, sea el mejor ejemplar posible de ella misma, aporta una satisfacción muy profunda en el alma.

Ahora bien, cuanto más extenso sea el movimiento entre dar y tomar, tanto más se restringe la libertad. Ya que el vínculo se intensifica a través del intercambio. Pero quien se siente satisfecho y pleno, no necesita nada más. No obstante, hay personas que consideran más importante la libertad. Huyen de este vínculo que se profundiza a través del intercambio, por lo que mantienen el movimiento entre dar y tomar lo más bajo posible. Así, bien reciben poco, pero por otra parte tienen mucha libertad. Esta libertad, sin embargo, es vacía.

En las relaciones también existe el intercambio negativo. Así, por

ejemplo, cuando un hombre es infiel a su mujer, mientras ella se mantiene en su inocencia, el equilibrio será difícil de recuperar. En cambio, si ella comete algo similar con su marido, más tarde puede reanudarse el intercambio positivo. Es decir, donde el compañero engañado no se atreve a compensar en lo negativo, destruye la relación.

Aportaré otro ejemplo. Una mujer se queda embarazada y el hombre no quiere creer que el hijo sea de él. Eso es una grave ofensa para la mujer, y una herida profunda. Por tanto, ella le puede decir: «Esta herida es tan profunda que ya no quiero saber nada de ti.» En este caso, su inocencia sería aquello que los separa. En cambio, si dijera: «Espero el futuro. Si alguna vez me hago culpable, le diré: ¡Piensa en aquel entonces! Tú también me debes algo todavía. Ahora estamos en paz.»

a Heinz y Rebekka Así, uno se queda en el nivel del pecado. Porque los pecadores muchas veces se entienden mucho mejor que los justos. ¿Ya lo habéis notado también?

Heinz y Rebekka sonríen.

Aún os contaré otro ejemplo. Uno de los compañeros acarrea alguna culpa, y el otro le dice: «¡Ahora tienes que pagarlo!» O cuando el inocente quiere recuperar al compañero culpable, pero personalmente no está dispuesto a bajar al nivel de la culpa y de la debilidad humana; en un caso así, el culpable ya no puede volver. El que tiene que volver como pobre desgraciado, ¡no vuelve nunca! Sólo quien puede volver con la cabeza en alto —o levemente inclinada—, realmente vuelve.

Cuando uno de los compañeros le hizo daño al otro, el otro siente la necesidad de hacerle daño también. Si no lo hace, se mantiene en la posición superior, y así ya no hay intercambio. Sin embargo, cuando este intercambio negativo se realiza con amor, la relación puede seguir adelante. Sé que suena extraño, pero se puede decir: «Estoy enfadado, porque quiero al otro.» O: «Quiero salvar la relación con él y por eso me enfado con él.» Pero dado que le quiero, le hago un poco menos de daño que él me hizo a mí. Así se acaba la compensación negativa. Algunos manejan el intercambio negativo de la misma manera que el positivo. Es decir, por precaución cometen un poco más de lo negativo. Así, el otro, por su parte, se siente justificado y también le hace un poco más de daño al primero. De esta forma se crea un inmenso movimiento negativo.

También éste vincula: de tanta desdicha, la pareja no consigue separarse.

HELLINGER *mirando a Rebekka y a Heinz* Ésta ha sido la introducción, por así decirlo. Durante el trabajo, mi imagen fue que la mujer no se perdona aquello que hubo. Así está buscando compensarlo, haciendo que las cosas le vayan mal. Ésta sería la compensación a través de la expiación. Es algo muy difundido y sumamente destructivo. De hecho, la mujer está totalmente concentrada en ella misma. En consecuencia, no puede ver el amor del marido —ya que él estaba dispuesto a abrirle su corazón, incluso si la relación se acababa. De la misma manera, la mujer tampoco podía ver el amor de la hija. Ni tampoco, el amor de su otra pareja. Ella permanecía concentrada en ella misma. Con la expiación se da una compensación de consecuencias fatales para todos: para ella tiene consecuencias fatales; para el marido tiene consecuencias fatales, porque no se reconoce todo lo que hizo por ella; para el padre de la hija tiene consecuencias fatales, y para la hija, también.

La compensación en el nivel del amor

De hecho debería llegarse a una compensación en un nivel superior. Por ejemplo, si la mujer le dijera a su marido: «En el fondo pasamos tiempos muy buenos, en aquel entonces cuando nos casamos, y más tarde, cuando tuvimos los dos hijos. Bueno, después hice "algo diferente". Ahora llevo las consecuencias. Pero mirando a mi hija, me digo: ¿No es una consecuencia preciosa del pecado?»

Algunas personas piensan que sólo los actos buenos traen resultados buenos. Sin embargo, también es posible que sea al revés.

Pero como la mujer no piensa con amor en su marido y en aquella otra relación que tuvo, tampoco puede mirar a la hija con amor. En cambio, si pasa a un nivel superior, puede decir: «Me hice culpable, pero veo que tuvo consecuencias buenas. De la misma manera asumo las consecuencias dolorosas, por ejemplo, que quizás me tenga que separar de mi marido.» Eso sería más que una expiación. Pero la expiación es más fácil, aunque no le sirva a nadie. Todo lo que se realiza a un nivel superior, en un sentido de compensación, requiere más fuerza y se convierte en bendición.

a Rebekka Más no puedo decir ahora.

Rebekka permanece sentada, con los brazos cruzados y sin pronunciar palabra.

HELLINGER Tienes que abrir tus manos, entonces quedas más libre. *Coge la mano de Rebekka, ¿Que ocurrió en tu familia de origen ?*

REBEKKA Mi padre viene de una familia de nueve hijos. Cuatro hermanos murieron en la guerra, y uno murió en un accidente, de joven.

HELLINGER Es decir, ¿se murieron cinco?

REBEKKA *conmovida* Un hermano de mi padre fue alcohólico y fue excluido de la familia con mucha vehemencia.

Rebekka llora.

HELLINGER Cógete a mí.

Rebekka pone su cabeza en el hombro de Hellinger. Después le abraza sollozando.

HELLINGER Respira profundamente.

Rebekka está llena de dolor. Durante varios minutos llora apoyada en el hombro de Hellinger. Poco a poco, su respiración se va calmando.

REBEKKA a Hellinger ¿No hay ninguna solución?

Después de estas palabras, Rebekka nuevamente rompe a llorar. Su marido la mira, conmovido. Al cabo de unos minutos, Rebekka se serena y levanta la cabeza.

HELLINGER Mira a tu marido. Dile: «Por favor, tómame otra vez como tu mujer.»

REBEKKA Por favor, tómame otra vez como tu mujer.

Heinz, con un gesto cariñoso, le quita las lágrimas de las mejillas. Ambos están muy emocionados.

HELLINGER a Heinz Cógela en brazos.

Heinz y Rebekka se abrazan largamente y con mucha ternura.

HELLINGER Me olvidé de deciros un secreto muy importante, pero ahora puedo recuperarlo. Hay circunstancias por las que, por regla general, un matrimonio se

acaba. Pero después, ¡uno puede volver a casarse con el otro!

Heinz y Rebekka están profundamente conmovidos.

HELLINGER Sed felices, ¿de acuerdo?

Heinz y Rebekka asienten.

Inseminación artificial y adopción en una pareja De un curso en Estados Unidos. Bert Hellinger trabaja junto con el terapeuta americano Hunter Beaumont.

Comentario:

La constelación documentada a continuación refiere un caso muy complejo, en el que se combinan varios temas. Primero, el tema de la esterilidad del hombre, y de cuál es el efecto cuando la persona no quiere reconocer las consecuencias o trata de esquivarlas a través de la inseminación artificial o de la adopción.

Segundo, el tema de la inseminación artificial y sus efectos sobre la pareja y sobre el hijo que de ahí nace.

Tercero, el tema de la adopción. Cuál es el precio que les exige a los padres adoptivos, y cómo se puede encontrar una buena solución para éstos y para los hijos.

HELLINGER a Walter Ahora trabajaré contigo.

WALTER La mayor parte de mi vida he sido padre. Estuve casado dos veces y tengo cuatro hijos. Con los dos hijos del primer matrimonio ya no tengo ningún contacto. Con los dos hijos del segundo matrimonio sí que tengo contacto, pero es difícil y conflictuoso.

HELLINGER Lo configuraremos: tú, la primera mujer con los dos hijos, y la segunda mujer con los dos hijos.

WALTER Quizás debería mencionar algo que complica aún más el asunto: no puedo tener hijos propios. Por eso, el primer hijo fue adoptado, la segunda hija nació por inseminación artificial. Los otros dos hijos también son adoptados.

HELLINGER La segunda hija nació por inseminación artificial; ¿el semen fue tuyo?

WALTER No, mi semen permanece encerrado en mi cuerpo. Fue el semen de un donador.

HELLINGER ¿El donador se conoce?

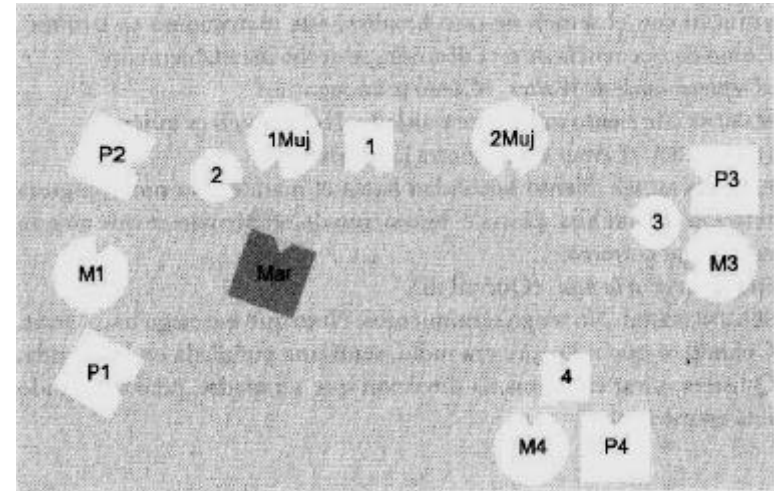
WALTER No, sólo sé que era judío.

HELLINGER Creo que en Estados Unidos existe una nueva ley que obliga a los donadores a dejar sus datos, de manera que sus hijos, a partir de los 18 años, pueden saber su dirección. ¿Para esa hija también es así?

WALTER No lo sé. Eso fue en 1950. No sé si en aquel entonces ya hubo esta ley.

En un principio, Hellinger le indica a Walter que únicamente configure la primera familia. Los miembros de la segunda familia sólo se colocan en el escenario según la pertenencia a un sistema familiar u otro.

Figura 1.



Abreviaciones:

Mar marido (=Walter)

1Muj primera mujer

1 primer hijo; adoptado P1
padre del primer hijo M1
madre del primer hijo

2 segunda hija; nació por inseminación artificial P2
padre de la segunda hija; donador de semen 2Muj
segunda mujer

3 tercera hija; adoptada P3
padre de la tercera hija M3
madre de la tercera hija

4 cuarto hijo; adoptado P4
padre del cuarto hijo M4
madre del cuarto hijo

HELLINGER a Walter Primeramente quisiera decir algo sobre el papel del donador y sobre los efectos de una inseminación artificial en una familia.

Entre sistemas existe una jerarquía. Por tanto, en cuanto nace un hijo de otra relación, la relación anterior se acaba. Así fue también en este caso. Cuando tu mujer y tú os decidisteis por una inseminación artificial con el semen de otro hombre, este matrimonio se terminó. Como consecuencia de esta decisión, se acabó inevitablemente. *al representante de Walter* ¿Cómo te encuentras? MARIDO Me siento muy triste y aislado. No sé quién es quién.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra la mujer?

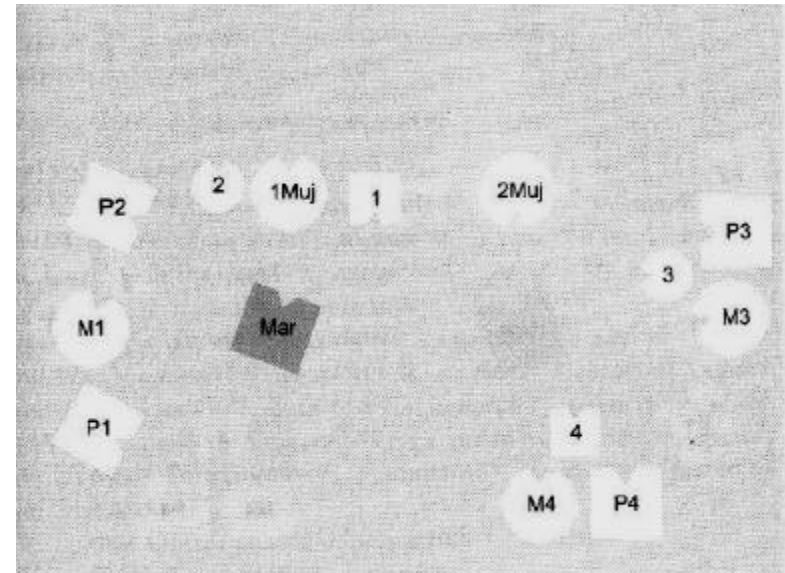
PRIMERA MUJER Siento hostilidad hacia el marido. No noto ninguna relación con mi hija. Hacia el hijo siento dolor. Me parece que no está en el lugar correcto.

HELLINGER a la hija ¿Qué tal tú?

SEGUNDA HIJA No tengo sentimientos. Noto que me caigo hacia atrás. Cuando oí que mi padre era judío, sentí una puñalada en la espalda. Quisiera mirar en la misma dirección que mi madre, pero su marido está en medio.

Hellinger gira a la madre y a la hija de manera que miran hacia fuera.

Figura 2.



HELLINGER a la mujer ¿Qué tal así?

PRIMERA MUJER Me siento mejor en relación a mi hija, pero sigo teniendo la sensación que algo ha de pasar con mi hijo. En ambos casos no podía mirarlo. Eso me duele.

SEGUNDA HIJA Estoy mirando al suelo, pero ahora siento a mi madre.

HELLINGER al grupo A esta hija le estafaron su padre. a Walter Le estafaron su padre. Ella tiene que llevar una carga muy pesada.

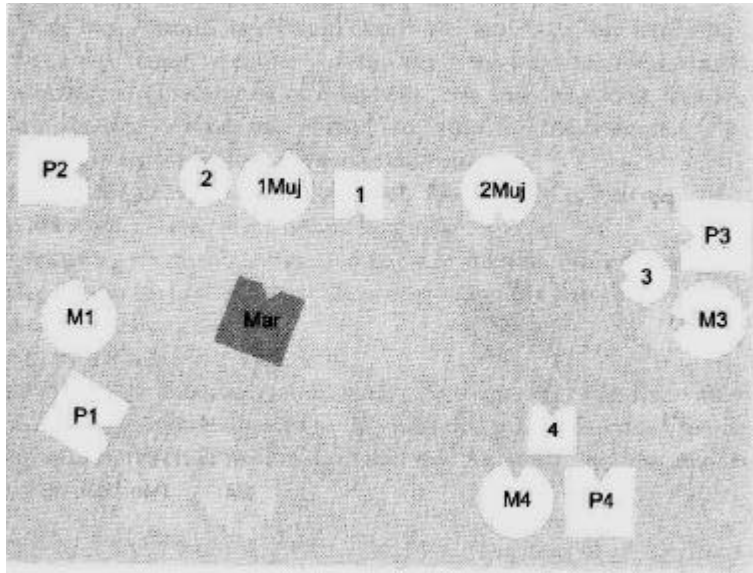
al padre de la hija ¿Cómo te encuentras tú ?

PADRE DE LA SEGUNDA HIJA En un principio sentía algo muy cálido por ella, mucho amor. Ahora me siento pesado. Únicamente veo a estos dos. Los demás no los percibo en absoluto. Mi energía fluye hacia la hija, y un poco, hacia su madre.

HELLINGER Tú no estás disponible.

Le aparta un poco.

Figura 3.



HELLINGER *a la hija* ¿Qué tal así?

SEGUNDA HIJA Mejor así. Ahora puedo mantenerme en pie.

HELLINGER Tienes que renunciar a tu padre. No puedes tener ningún padre. Tu madre te lo estafó.

La representante de la madre asiente con la cabeza.

HELLINGER *a la madre* Mírala.

La madre se pone enfrente de la hija.

HELLINGER Dile: «Te estafé tu padre.»

PRIMERA MUJER Te estafé tu padre.

Las dos se miran largamente.

HELLINGER *a la hija* ¿Qué tal si te dice eso?

SEGUNDA HIJA Me pongo triste.

HELLINGER Dile: «Tomo mi vida, también de esta manera.»

SEGUNDA HIJA Torno mi vida, también de esta manera.

Madre e hija se miran y asienten.

HELLINGER *a la madre* Cómo te encuentras ahora ?

PRIMERA MUJER *a la hija* Gracias.

Hellinger pone a la hija otra vez al lado de la madre.

HELLINGER *al hijo* ¿Cómo te va a ti ?

PRIMER HIJO Mientras se estaba configurando la constelación, mi padre adoptivo estaba a mi lado durante un tiempo. Ahí me daban ganas de llorar. Con los demás no tengo nada que ver. Me fue agradable cuando alejé a mi padre un poco más.

HELLINGER *a Walter* ¿Sabes algo de los padres de este hijo?

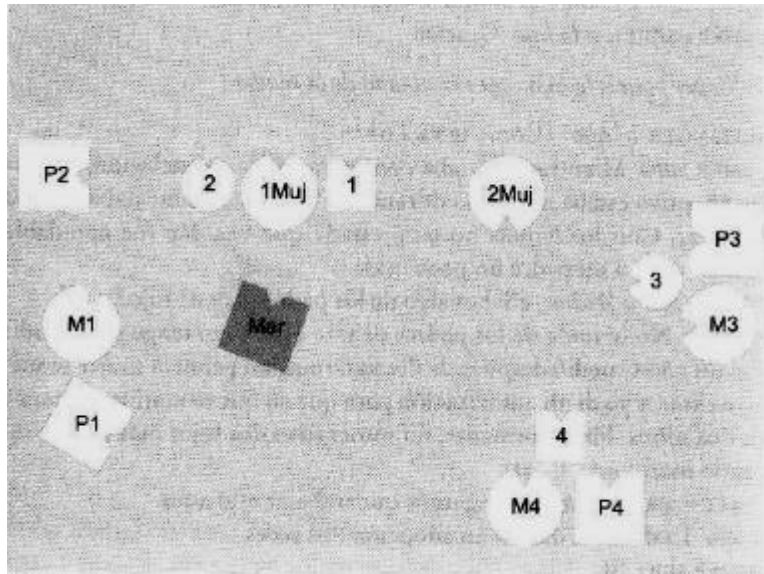
WALTER No sé nada de los padres de este hijo. Pero tengo que añadir que un año y medio después de divorciarnos, mi primera mujer se volvió a casar, y yo di mi autorización para que su nuevo marido adoptara a los dos niños. Posteriormente, mi mujer tuvo dos hijos más con su segundo marido.

HELLINGER Quizás no tengamos que trabajar esto aquí. *al hijo* Es decir, te dieron en adopción dos veces.

PRIMER HIJO Sí.

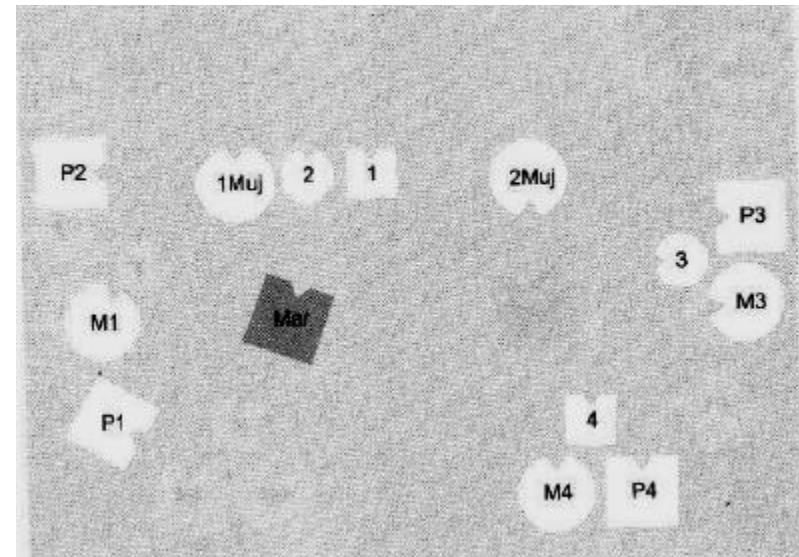
A continuación, Hellinger lo pone al lado de su madre adoptiva. Al llegar a esa posición, el hijo hace un gesto afirmativo.

Figura 4.



SEGUNDA HIJA Tengo una sensación extraña, como si ella no fuera mi madre, sino una hermana pequeña. Como si yo tuviera que ocuparme de ella.
HELLINGER a la madre y a la hija Cambiad las posiciones.

Figura 5.



HELLINGER ¿Qué tal así?

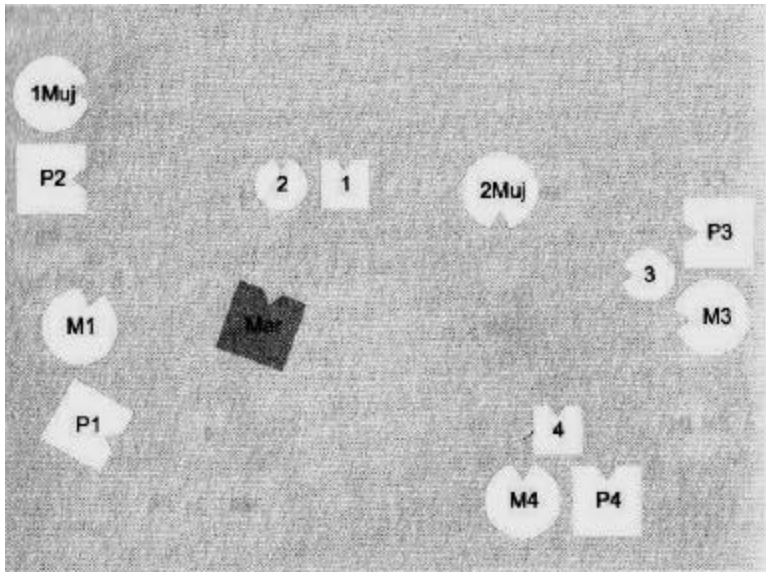
PRIMER HIJO Así me gusta más.

SEGUNDA HIJA Le tengo cariño a mi hermano.

PRIMERA MUJER Pienso que es correcto lo que dijo; no me siento lo suficientemente grande como para llevar todo esto.

Hellinger la pone al lado del padre de la hija.

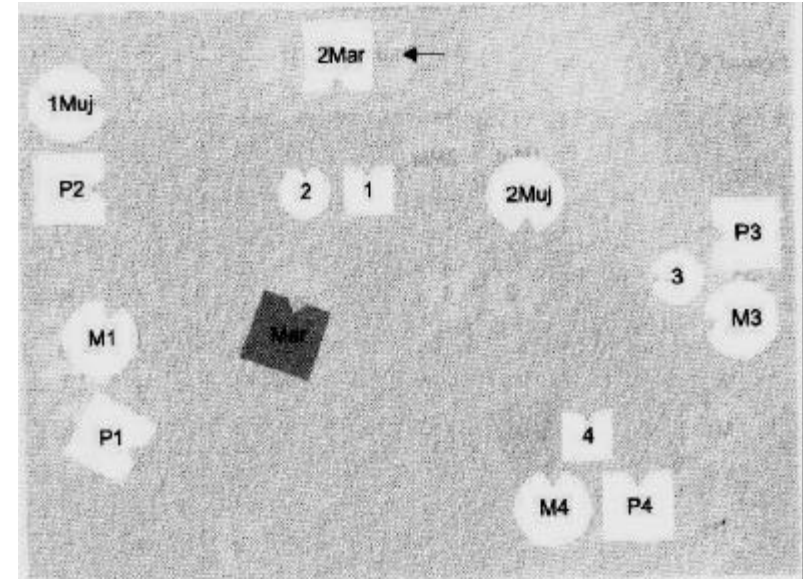
Figura 6.



PRIMERA MUJER Es una sensación mejor. Yo no pertenezco a esa familia.

Hellinger elige a un representante para el segundo marido de esta mujer, y lo pone delante de los dos hijos.

Figura 7.



Abreviaciones:

2Mar segundo marido de la primera mujer

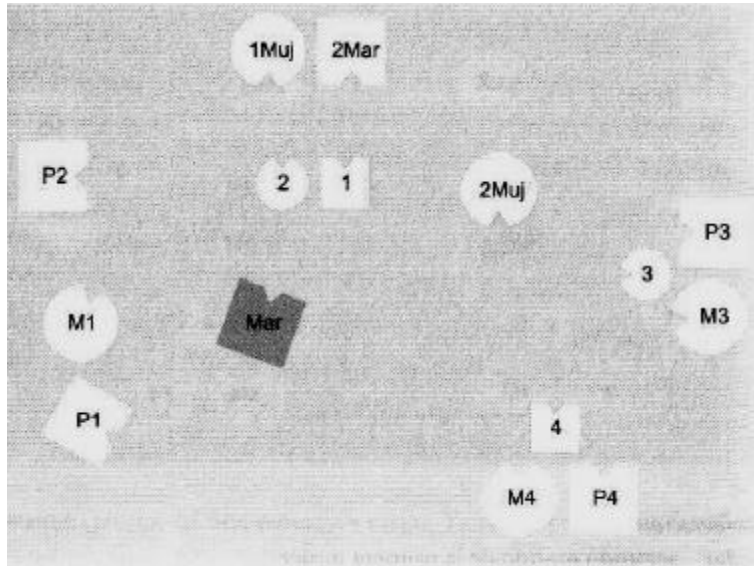
HELLINGER ¿Qué tal así?

SEGUNDA HIJA Esto es nuevo. De repente hay alguien a quien puedo mirar.

PRIMER HIJO Lo mismo me ocurre a mí. Hay alguien a quien puedo mirar. Cuando mi madre adoptiva se fue, me sentía muy triste. Cuando él se puso delante de nosotros, empecé a sentirme mejor.

A continuación, Hellinger pone a la primera mujer al lado de su segundo marido. Al estar en esa posición, ella asiente.

Figura 8.



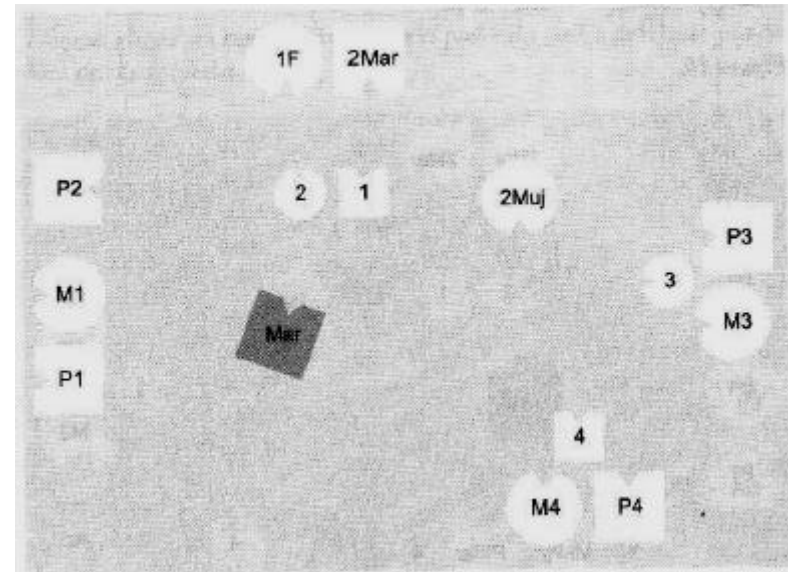
M4 P4

HELLINGER a Walter Pienso que ésta es una buena solución para esta familia.

El segundo marido y la mujer se miran y asienten.

HELLINGER a Walter De los padres del hijo adoptivo no sabemos nada, por eso los dejo apartados.

Figura 9.



HELLINGER a la madre ¿Cómo te encuentras tú?

MADRE DEL PRIMER HIJO Esto no me gusta. Quisiera estar con mi hijo. Con su padre no quiero tener nada que ver. Me siento débil y me duelen los brazos. No quiero estar a su lado. Sólo me sentía bien cuando estaba más cerca de mi hijo.

PADRE DEL PRIMER HIJO Me siento olvidado y totalmente cortado.
HELLINGER a Walter ¿Hay alguna manera de saber quiénes son los padres de este hijo?

WALTER Tengo que admitir que alguna vez tuve estas informaciones, pero ya no me acuerdo. Corté todo contacto con esta familia. Al hijo adoptivo lo vi por última vez hace nueve años, y a la hija, hace quince años. Desde entonces no he sabido nada más de ellos.

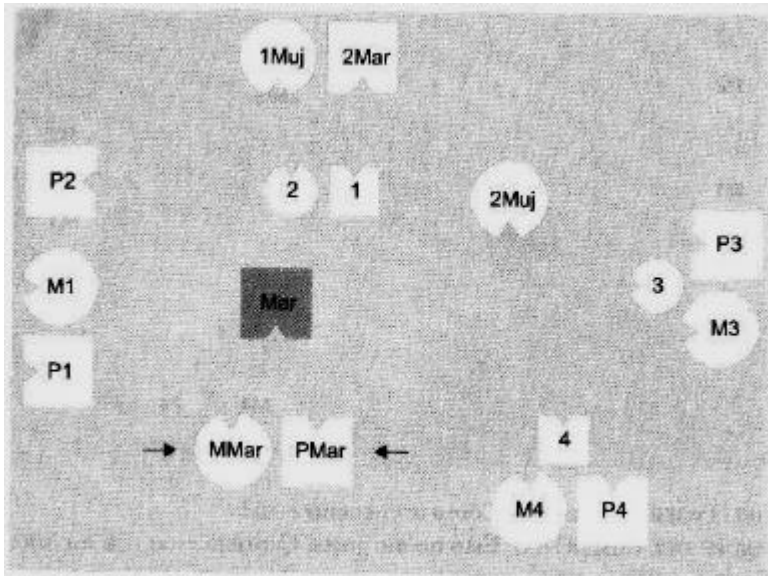
Se muestra muy conmovido.

HELLINGER al representante de Walter ¿Cómo te encuentras tú?

MARIDO Para mí es terrible. A veces siento tales dolores que no puedo percibir nada más. Me siento enfermo y con náusea. Me siento pesado y frío de llevar tanta carga.

Hellinger le da la vuelta e introduce a dos representantes para los padres de Walter, poniéndolos delante de él.

Figura 10.



Abreviaciones:

PMar padre del marido

MMar madre del marido

HELLINGER *al representante de Walter* Éstos son tus padres. Míralos y diles:

«Tomo la vida de vosotros, tal como de vosotros la recibí.»

MARIDO Tomo la vida de vosotros, tal como de vosotros la recibí.

HELLINGER «También con sus limitaciones.»

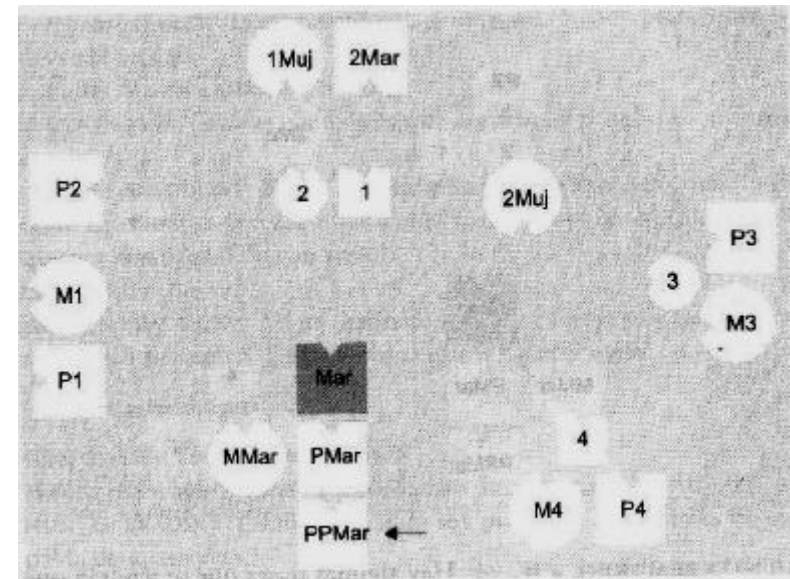
MARIDO También con sus limitaciones.

HELLINGER *al cabo de unos instantes* ¿Qué tal asir?

MARIDO Mejor.

A continuación, Walter mismo ocupa su lugar en la constelación. Hellinger le lleva hacia su padre y le indica que se apoye de espaldas contra él. Después elige a un representante para el padre del padre de Walter y lo coloca detrás de los dos.

Figura 11.



Abreviaciones:

PPMar padre del padre del marido

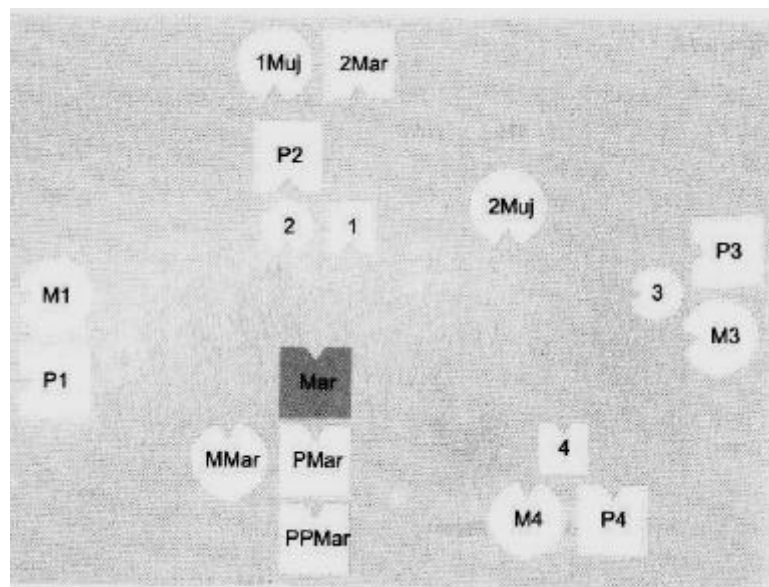
HELLINGER *a la hija* ¿Qué te pasa?

SEGUNDA HIJA Tengo mucho dolor en la zona lumbar, y estoy viendo a mi hermano ... *Solloza*.

HELLINGER Daos la vuelta y mirad hacia allá.

Los dos hijos se dan la vuelta. Hellinger pone al padre de la hija detrás de ésta.

Figura 12.



HUNTER BEAUMONT *a Walter* Hay algunas frases que se tendrán que decir aquí. Son frases duras. Por tanto, espera un poco hasta que hayas ganado fuerza de tu padre y de tu abuelo.

al cabo de un tiempo Mira a ambos hijos. Y ahora tienes que decirles de forma suave y realista: «No sois hijos míos.»

WALTER *muy conmovido* No sois mis hijos. Ya no sois mis hijos.

HUNTER BEAUMONT «Nunca lo fuisteis.»

Walter llora, profundamente conmovido.

HUNTER BEAUMONT Esto no tiene nada que ver con el amor que sientes por ellos, ni con tu disposición de estar por ellos y de dedicarles gran parte de tu vida. A pesar de ello, esa otra frase se tiene que decir.

WALTER *con voz clara* Nunca fuisteis mis hijos, pero os quise mucho, como un padre.

Cierra los ojos y llora.

HUNTER BEAUMONT Míralo y dile: «Os deseo lo mejor, de todo corazón.»

WALTER Os deseo lo mejor, de todo corazón.

HUNTER BEAUMONT *al hijo adoptivo* ¿Qué tal para ti?

PRIMER HIJO Me pasan dos cosas. Por una parte me duele la espalda como si se me clavara un cuchillo. Eso me mata. Por otra parte, le agradezco la verdad.

a Walter Va bien saber la verdad.

SEGUNDA HIJA Gracias por todo lo que me diste. Y por el amor que me regalaste.

HUNTER BEAUMONT *al hijo* Ahora míralo, para que veas cuánto le costó todo lo que por ti asumió como padre adoptivo. Mira el precio que por ello pagó. ¿Puedes verlo?

PRIMER HIJO Sí.

HUNTER BEAUMONT Ahora inclínate ante él de forma que tus dolores de espalda se calmen. Quizás tengas que ir hasta el suelo.

El hijo se pone de cuclillas.

HUNTER BEAUMONT ¿Qué tal así?

PRIMER HIJO Mis dolores de espalda han desaparecido.

HUNTER BEAUMONT Dile: «Cuando soy pequeño, mis dolores de espalda desaparecen.»

PRIMER HIJO Cuando soy pequeño, mis dolores de espalda desaparecen.

HUNTER BEAUMONT *a Walter* ¿Qué tal para ti?

WALTER Está bien.

a los hijos Os quería decir también que siento mucho haberos abandonado.

HUNTER BEAUMONT «Junto con mi padre hubiera podido sosteneros.»

WALTER *riendo* Junto con mi padre hubiera podido sosteneros.

HUNTER BEAUMONT *a la hija* ¿Qué tal para ti?

SEGUNDA HIJA Me gustaría que fuera más grande. Antes era demasiado grande. Así está bien para mí.

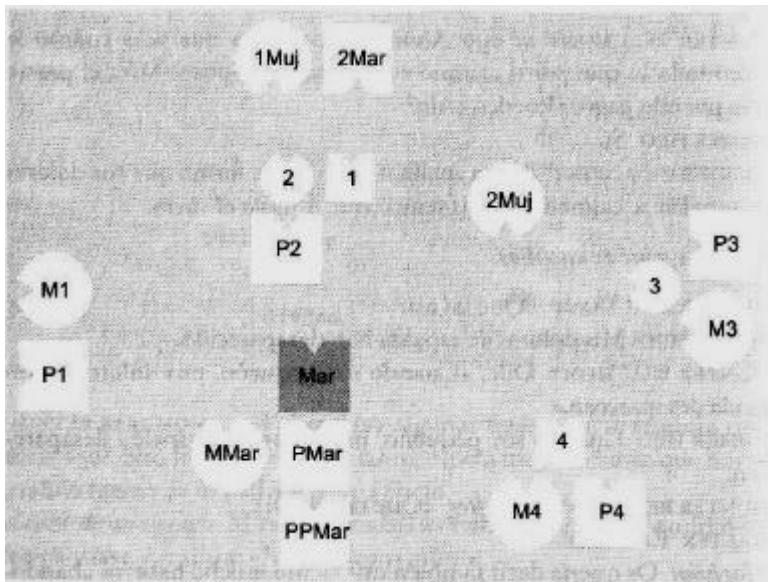
HELLINGER *al padre de la segunda hija* ¿Cómo te va a ti?

PADRE DE LA SEGUNDA HIJA Éste es un buen lugar para mí.

HELLINGER a Walter La hija al menos tiene que tener la posibilidad de imaginarse que su padre está detrás de ella. Diles a estos dos hijos: «Os dejo con vuestra madre y con vuestro nuevo padre.»
 WALTER Os dejo con vuestra madre y con vuestro nuevo padre.
 HELLINGER ¿Qué sensación es ésta?
 WALTER Así queda resuelto. Es una buena sensación.

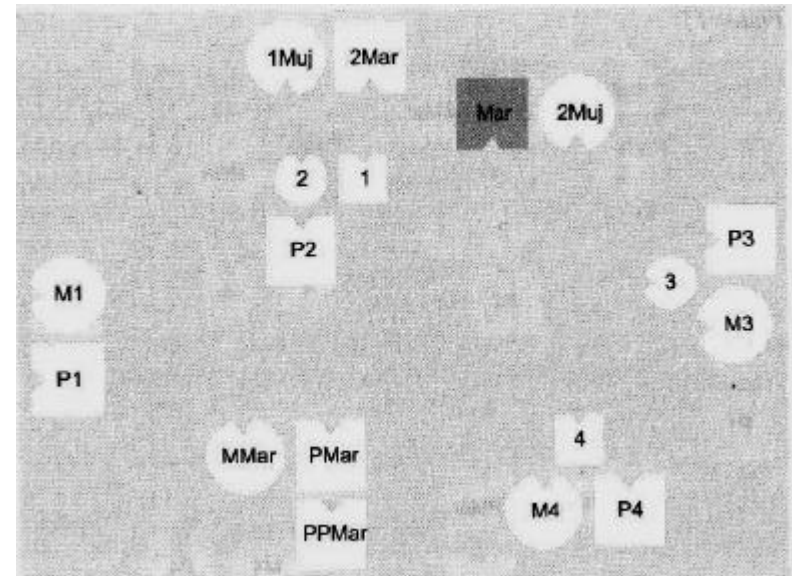
A continuación, Hellinger lleva a los dos hijos otra vez con la madre y con el segundo marido de ésta. El padre de la hija se pone detrás de ésta.

Figura 13.



En un siguiente paso, Hellinger le indica a Walter que se vuelva a sentar. A partir de ese momento se trabaja nuevamente con el representante de Walter que, de entrada, es colocado al lado de la segunda mujer.

Figura 14.



HELLINGER a la segunda mujer ¿Cómo te fue a ti durante todo este tiempo?

SEGUNDA MUJER Yo únicamente quería tratar con él. Quería saber qué le pasaba y cómo apoyarle. Para mí es grande, independientemente de lo que hiciera o dejara de hacer.

MARIDO Aquí es totalmente distinto. Siento una gran cercanía con ella.

HELLINGER a la tercera hija ¿Cómo te encuentras tú?

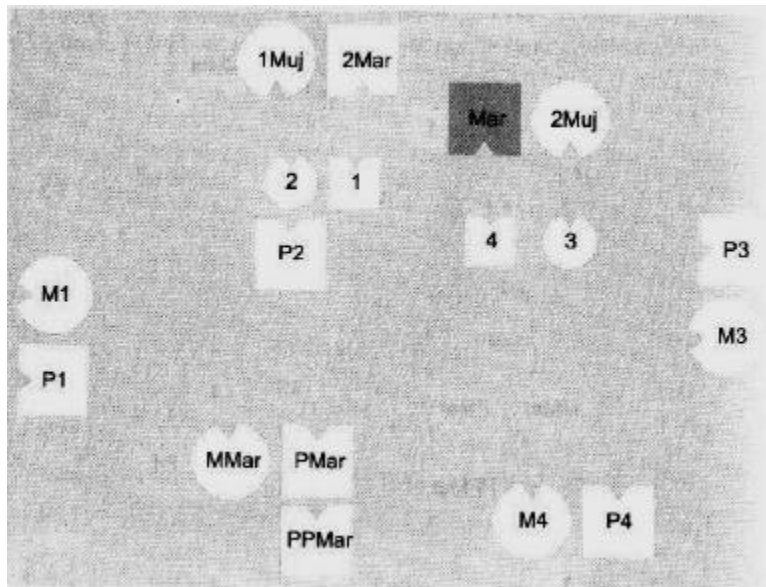
TERCERA HIJA Mientras observaba todo lo que iba ocurriendo, podía sintonizar profundamente con el dolor de mi padre adoptivo. Sé que lo estaba llevando desde hacía mucho tiempo.

CUARTO HIJO En un principio sentía rabia y compasión con mi padre adoptivo. Fue importante que pudiera ver su dolor tan abiertamente;

eso me permitió sentir respeto y más cercanía con él. Antes no le tenía ningún respeto.

A continuación, Hellinger lleva a la hija adoptiva delante de la madre adoptiva, y al hijo adoptivo, delante de su padre adoptivo.

Figura 15.



HELLINGER a la segunda mujer ¿Qué tal así?

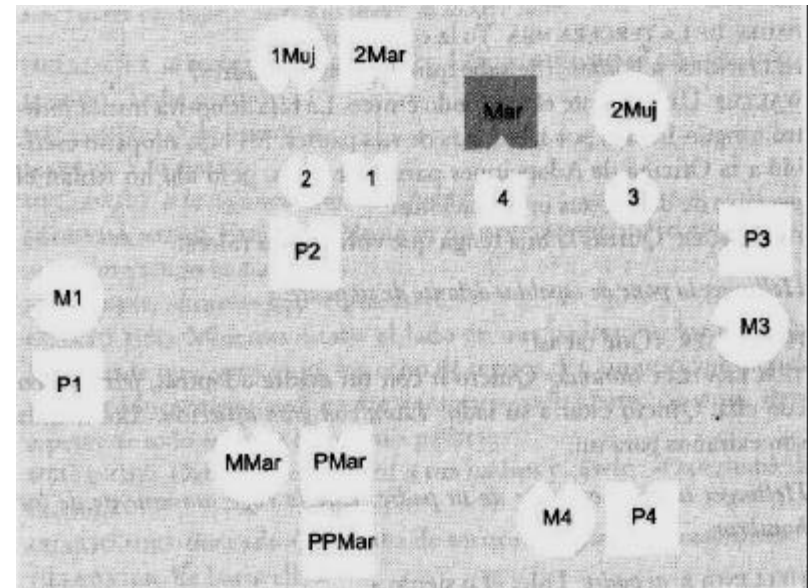
SEGUNDA MUJER Quisiera llorar, porque no quiero que mi marido llore.

MARIDO Me siento más cerca de mis hijos adoptivos, y noto una gran responsabilidad por ellos. Quisiera darles mucho.

HELLINGER a Walter ¿Por qué su rompió este matrimonio?

Walter pone a la hija adoptiva más cerca de la mujer, y al hijo adoptivo, más cerca de su propio representante. Finalmente separa a la pareja un poco.

Figura 16.



WALTER Yo estaba más unido con el hijo adoptivo. Mi mujer estaba más unida con la hija adoptiva. El amor hacia el hijo respectivo fue el verdadero y fuerte, no el amor entre nosotros como pareja.

HELLINGER ¿Tu segunda mujer no podía tener hijos?

WALTER Ella sí que podía tenerlos. Aún hay algo importante que he omitido. También ella se sometió a una inseminación artificial con el semen de un donador ajeno. En el quinto mes, sin embargo, tuvo un aborto. Después de ese aborto nos decidimos por las adopciones. También estuve de acuerdo en que la hija adoptiva fuera de origen mexicano, y el hijo, de origen indio.

HELLINGER al grupo Este matrimonio se rompió por el mismo motivo que el primero. La inseminación artificial con un donador de semen ajeno, puso final a este matrimonio también. Y los dos hijos adoptivos tuvieron que llenar el vacío para la pareja.

al padre de la tercera hija, que se está retorciendo ¿Qué te pasa?

PADRE DE LA TERCERA HIJA Apenas puedo respirar de tanto que me duele la espalda.

MADRE DE LA TERCERA HIJA Hay una cierta conexión y un amor hacia mi hija.

PADRE DE LA TERCERA HIJA Yo la echo de menos.

HELLINGER *a Walter* ¿Se sabe quiénes son sus padres?

WALTER Únicamente el trasfondo étnico. La hija adoptiva nunca mostró ningún interés por saber más de sus padres. Mi hijo adoptivo escribió a la Oficina de Adopciones para saber más, pero ahí no tenían el permiso de darle estas informaciones.

HELLINGER Quizás la hija tenga que volver a sus raíces.

Hellinger la pone de espaldas delante de su padre.

HELLINGER ¿Qué tal así?

TERCERA HIJA *llorando* Quiero ir con mi madre adoptiva, pertenezco con ella. Quiero estar a su lado. *Llora con gran aflicción.* Los demás son extraños para mí.

Hellinger la pone enfrente de su padre. Este la coge suavemente de los hombros.

HELLINGER *al padre* Dile: «Lo siento.»

PADRE DE LA TERCERA HIJA Lo siento. Siento no haber sido lo suficientemente fuerte para tenerte.

HUNTER BEAUMONT *a la hija* Dile a tu padre: «Soy mexicana.»

TERCERA HIJA Soy mexicana.

PADRE DE LA TERCERA HIJA Igual que yo.

TERCERA HIJA Tú también eres mexicano.

PADRE DE LA TERCERA HIJA Estoy orgulloso de ser mexicano.

TERCERA HIJA Esto parece correcto. Algo se está aclarando para mí. Pero no me fío de ti, ni te quiero, aunque seas una parte mía. Eres frío y te escapaste y me diste. La madre adoptiva me acogió y me quiso. Quiero ir con ella. Es justo que yo sienta tanta rabia contra ti.

HELLINGER *apartándola un poco* Dile: «Ahora me voy con mi nueva madre.»

TERCERA HIJA Ahora me voy con mi nueva madre.

HELLINGER Díselo también a tu madre.

TERCERA HIJA Ahora me voy con mi nueva madre. Ella me mantuvo con vida.

HELLINGER Ahora ve con ella.

La hija se acerca a la madre adoptiva, y las dos se abrazan cariñosamente. Los padres biológicos miran al suelo, la madre llora.

HELLINGER *al representante de Walter* Dile a tu mujer: «Te he perdido.»

MARIDO Te he perdido.

HELLINGER «Y lo asumo.»

MARIDO Y lo asumo.

HELLINGER *a la segunda mujer* ¿Qué tal así?

SEGUNDA MUJER Está bien. Ahora ya no necesito mentir ni esconder el amor que tengo hacia la hija.

HELLINGER *al cuarto hijo* ¿Qué tal tú?

CUARTO HIJO Mientras estaba al lado de mis padres, no los percibía.

Pero desde que estoy aquí, los echo de menos. En un principio sentía una tensión aquí, pero ahora me siento arropado y bien. *Suspira.* Pero a pesar de todo echo en falta a mis padres.

HELLINGER Date la vuelta, mira a tus padres y díselo: «Os echaba de menos.»

CUARTO HIJO *llorando* Os echaba de menos. *Suspira profundamente.*

HELLINGER Ve hacia ellos.

El hijo va hacia sus padres y los abraza.

HELLINGER *al cabo de unos instantes* Diles: «Soy indio.»

CUARTO HIJO Soy indio.

HELLINGER «Igual que vosotros.»

CUARTO HIJO Igual que vosotros.

HELLINGER «Tomo la vida de vosotros.»

CUARTO HIJO Tomo la vida de vosotros.

HELLINGER «Y le saco provecho.»

CUARTO HIJO Y le saco provecho.

HELLINGER «Pero ahora voy con mis padres adoptivos.»

CUARTO HIJO Pero ahora voy con mis padres adoptivos.

El hijo vuelve con el padre adoptivo. Walter, que está mirando, se muestra muy conmovido.

HELLINGER ¿Qué tal ahora?

CUARTO HIJO Me resulta más fácil encontrarme con él. Me siento bien.

HELLINGER *al representante de Walter* ¿Para ti?

MARIDO Es mejor. Es verdadero.

HELLINGER *a Walter* Creo que lo hemos conseguido.

WALTER Gracias.

Amor homosexual

La familia de origen de un hombre homosexual

HELLINGER *a Jonathan* ¿De qué se trata?

JONATHAN Durante veintiún años he sido cura, y viví un desengaño porque muy pronto me declaré homosexual. No fui reconocido, y ahora me retiro antes de tiempo. Me he dado cuenta y he visto que no estaba en concordancia ni con mi padre, ni con los padres, ni con el Dios Padre.

HELLINGER De acuerdo, eso ya me basta. ¿Conoces mis comprensiones sobre la homosexualidad?

JONATHAN No.

HELLINGER La homosexualidad tiene tres condiciones sistémicas: La primera es que alguien, en una familia, tenga que representara una mujer, porque no hay ninguna niña a disposición. En consecuencia, esa persona vive una confusión en relación a su identidad sexual. La segunda es que alguien tenga que representar a una persona excluida, a alguien que fue condenado.

cuando Jonathan hace un gesto afirmativo ¿Eso te llega más?

JONATHAN Sí.

HELLINGER La tercera condición es que alguien permanezca cogido en la esfera de las madres y de las mujeres, por lo que no puede acceder a su padre.

Ahora configuraremos tu familia de origen, así veremos cuál es la dinámica.

¿Cuántos hijos sois?

JONATHAN Dos. Tengo un hermano menor.

HELLINGER Aquí ya tenemos una situación sin niñas. ¿Uno de tus padres tuvo una relación vinculante antes?

JONATHAN Mi padre se crió con su tía menor en casa de su abuela. Con esta tía seguramente habría también un vínculo emocional. Ella es mi padrina.

HELLINGER ¿Qué pasó con su madre?

JONATHAN La desbancaron por completo. Después de dar a luz a mi padre, la madre de su padre le quitó el niño y lo crió en su casa.

HELLINGER ¿Con quién estás identificado?

JONATHAN ¿Yo? ¿Con la abuela?

HELLINGER Con esa abuela. Es una identificación cruzada, con una persona del otro sexo. Pero también la segunda condición para la homosexualidad es válida para ti: tienes que representar a una persona excluida.

JONATHAN Tengo que decir que para mí la homosexualidad no es ningún trastorno.

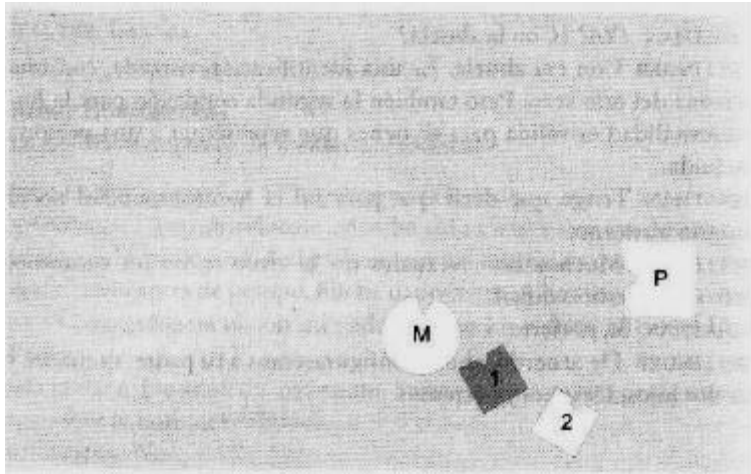
HELLINGER Muchos homosexuales no la viven como un trastorno, pero es un destino difícil.

JONATHAN Sí, es cierto.

HELLINGER De acuerdo, ahora configuraremos a tu padre, tu madre y los dos hijos. Después ya veremos.

Jonathan elige a los representantes de entre el grupo de participantes. Como representante para sí mismo elige a su compañero homosexual.

Figura 1.



Abreviaciones:

P padre

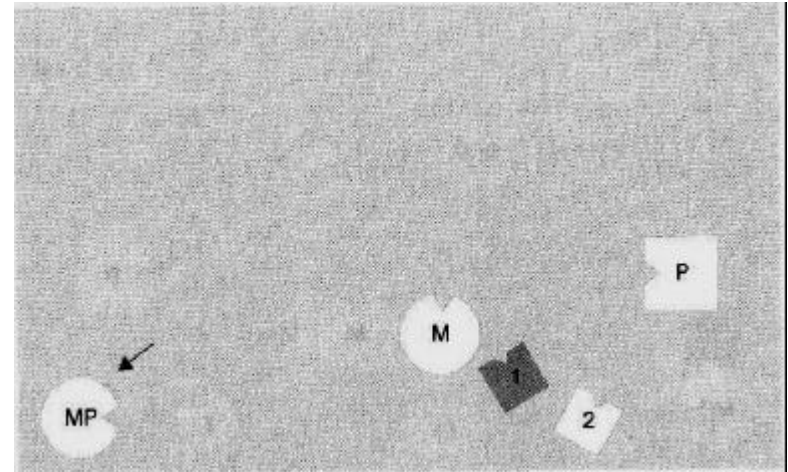
M madre

1 primer hijo (=Jonathan)

2 segundo hijo

HELLINGER Y ahora pon también a la madre del padre.

Figura 2.



HELLINGER al representante de Jonathan que estuvo siguiendo con gran interés los movimientos de la madre del padre ¿Qué ha pasado?

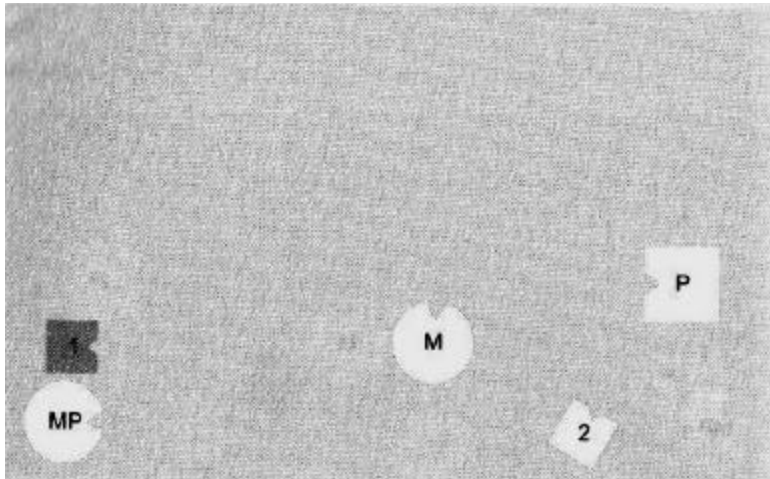
PRIMER HIJO Me flaquean las piernas. *Suspira profundamente.* No puedo decir nada.

HELLINGER ¿Qué pasó cuando llevó a la madre del padre allí?

PRIMER HIJO Hay una relación, lo noto, y también, un anhelo.

HELLINGER Seguiste sus movimientos con gran intensidad. Ponte a su lado.

Figura 3



PRIMER HIJO Ahora se va calmando. Ahora se tranquiliza.

HELLINGER Ésta es la identificación.

a la madre del padre ¿Cómo te encuentras tú?

MADRE DEL PADRE Ya no me siento tan aparcada aquí.

HELLINGER Es un consuelo para ti.

MADRE DEL PADRE Sí.

HELLINGER Sólo que él no es el adecuado.

Ella se ríe.

HELLINGER ¿Qué tal el padre?

PADRE Estoy enojado y me siento observado.

HELLINGER ¿Por quién?

PADRE *indica a la madre del padre y al hijo mayor* Por aquellos dos.

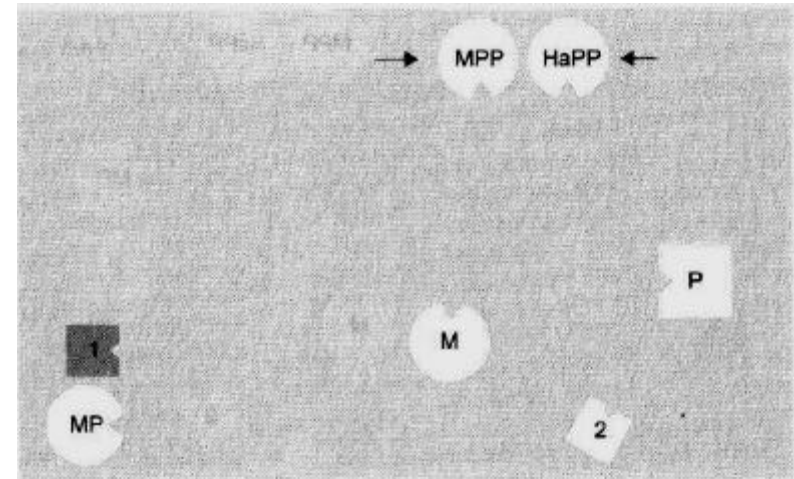
HELLINGER ¿A quién se dirige el enfado, de verdad?

PADRE Un poco, hacia allá *indica a su madre y a su hijo.*

HELLINGER No, no. Ahora introduciré a las personas con las que realmente estás enojado.

Hellinger elige a representantes para la abuela del padre y para la tía del padre, y se las pone a la vista.

Figura 4.



Abreviaciones:

MPP madre del padre del padre

HaPP hermana del padre del padre

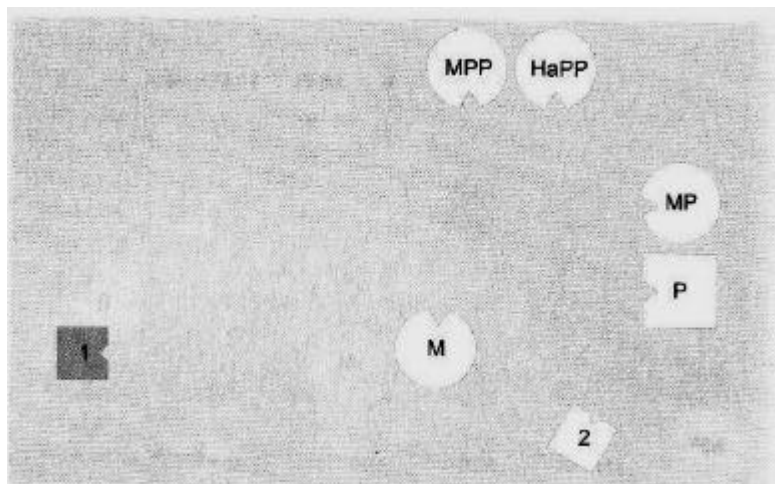
HELLINGER *al padre* ¿Qué tal ahora? PADRE

¡Lo que me faltaba!

HELLINGER Exacto.

Hellinger pone a la madre del padre a su lado.

Figura 5.



PADRE Ahora me voy ablandando. Y empiezo a notar calor aquí.

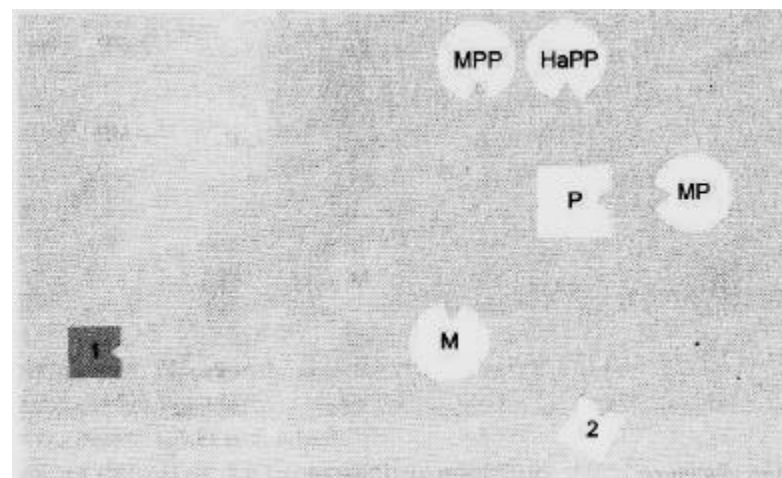
HELLINGER ¿Qué tal su madre?

MADRE DEL PADRE Sí, es otra pertenencia que antes. De momento está bien.

HELLINGER Todavía no.

En un siguiente paso, Hellinger pone al padre delante de su madre y le indica que se arrodille delante de ella, bajando la cabeza hasta el suelo y extendiendo los brazos hacia delante, con las palmas de las manos hacia arriba.

Figura 6.



HELLINGER *al padre* Dile: «Querida Mamá, te doy la honra.»

PADRE. Querida Mamá, te doy la honra.

HELLINGER «Tú eres la verdadera.»

PADRE Tú eres la verdadera.

HELLINGER «Y yo soy tu hijo.»

PADRE Y yo soy tu hijo.

HELLINGER «Por favor, acéptame como tu hijo.»

PADRE Por favor, acéptame como tu hijo.

HELLINGER «Yo te tomo como mi madre.»

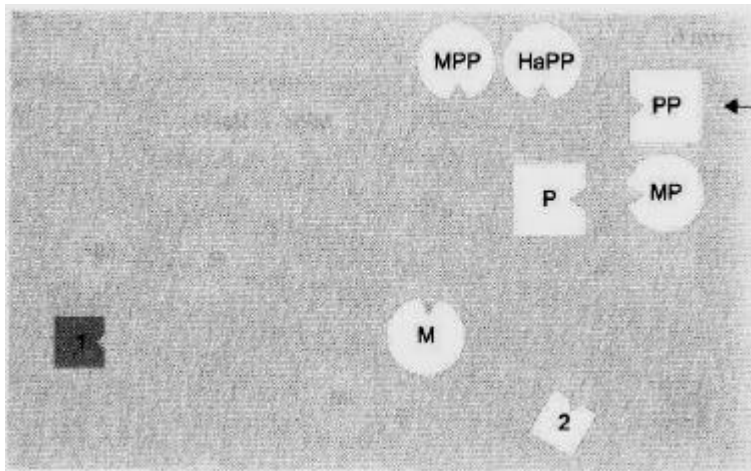
PADRE Yo te tomo como mi madre.

HELLINGER *a la madre* ¿Qué tal?

MADRE DEL PADRE Todavía ambiguo. Me conmueve verle ahí abajo, pero noto que hay una cierta dureza en mí.

Hellinger elige a un representante para el padre del padre, y lo pone a la derecha de ella.

Figura 7.



Abreviaciones:

PP padre del padre

HELLINGER a la madre del padre ¿Qué tal así?

MADRE DEL PADRE Está bien así.

HELLINGER al padre Ahora levántate otra vez. ¿Cómo te fue?

PADRE Una vez hubo pronunciado esas frases, en un principio estaba bien. Después estaba curioso de ver quién era el que venía. No veía nada de todo esto.

HELLINGER Éste es tu padre. Dile: «Yo quiero a mi madre.»

PADRE Yo quiero a mi madre.

HELLINGER «Y me pongo a su lado.»

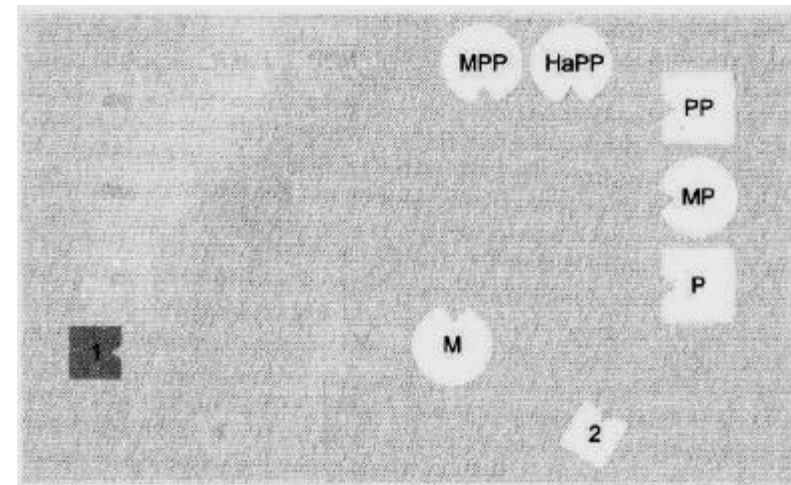
PADRE Y me pongo a su lado.

HELLINGER ¿Qué tal?

PADRE Aún no lo siento.

HELLINGER Ponte a su lado.

Figura 8.



HELLINGER ¿Qué tal ahora?

PADRE Ahora está bien.

HELLINGER ¿Para su madre?

MADRE DEL PADRE Lo siento como un equilibrio.

HELLINGER ¿Para su padre?

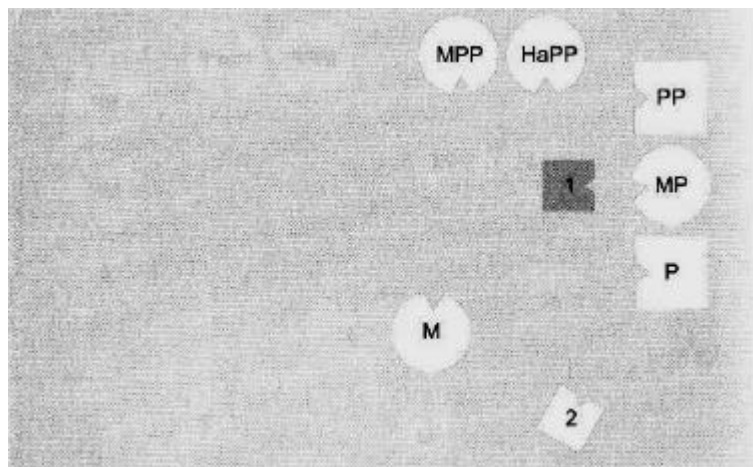
PADRE DEL PADRE Ahora concuerda, así está bien.

HELLINGER al representante de jonathan ¿Cómo te va a ti, allá atrás?

PRIMER HIJO Quisiera ir allá.

HELLINGER Sí, ven aquí y ponte delante de tu abuela.

Figura 9.



HELLINGER *al representante de Jonathan* Inclínate ante ella y dile:

«Querida abuela.»

PRIMER HIJO Querida abuela.

HELLINGER «Te doy la honra.» -Mírale a los ojos.

PRIMER HIJO Te doy la honra.

HELLINGER «Mírame con buenos ojos.»

PRIMER HIJO Mírame con buenos ojos.

HELLINGER «Si me quedo con mi padre.»

PRIMER HIJO Si me quedo con mi padre.

HELLINGER «Me pongo a su lado.»

PRIMER HIJO Me pongo a su lado.

HELLINGER «De la misma manera que él se puso a tu lado.»

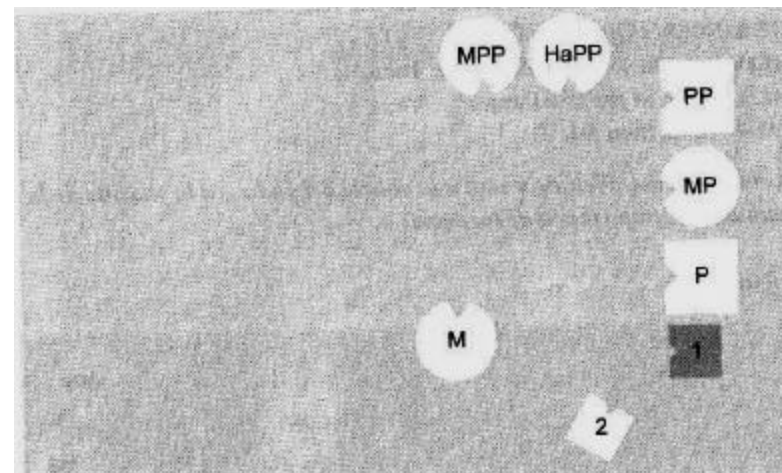
PRIMER HIJO De la misma manera que él se puso a tu lado.

HELLINGER ¿Qué sensación es esa?

PRIMER HIJO Sí, va mejorando.

HELLINGER Ponte a su lado.

Figura 10.



PRIMER HIJO El malestar y el mareo van desapareciendo. Está bien.

HELLINGER *al padre* ¿Para ti?

PADRE Está bien así.

HELLINGER ¿Cómo se encuentra su mujer?

MADRE Me siento muy arrinconada y superflua. También me pone triste.

HELLINGER Todo esto han sido pasos preparativos. Ahora pondré orden en todo esto.

a la abuela del padre ¿Cómo te va a ti?

MADRE DEL PADRE DEL PADRE No sentía más que rencor. Pero cuando mi nieto se puso al lado de su madre, sentí algo cariñoso que antes no percibía.

HELLINGER La abuela sí que tiene un corazón, tampoco es así. *a la padrina* ¿Y tú ?

HERMANA DEL PADRE DEL PADRE Me siento desplazada. No sé que hacer aquí.

HELLINGER Dile a tu ahijado: «Respeto a tu madre.»

HERMANA DEL PADRE DEL PADRE Respeto a tu madre.

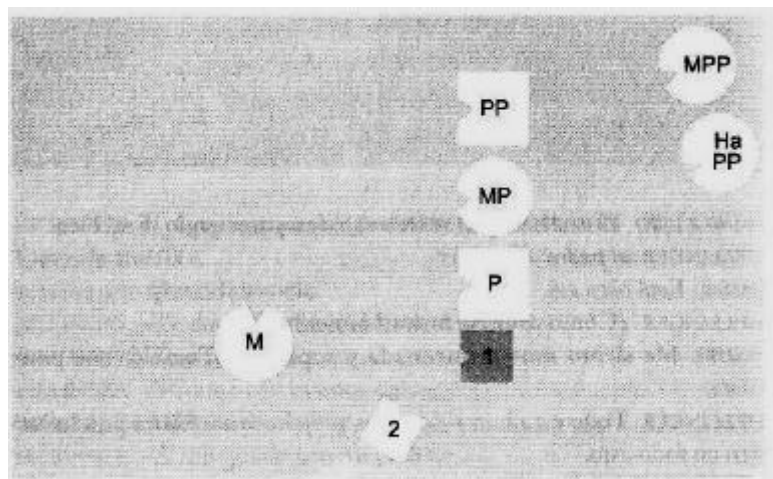
HELLINGER «Ella es la verdadera para ti.»

HERMANA DEL PADRE DEL PADRE Ella es la verdadera para ti.

HELLINGER «Yo me retiro ahora.»
 HERMANA DEL PADRE DEL PADRE Yo me retiro ahora.
 HELLINGER ¿Qué tal así?
 HERMANA DEL PADRE DEL PADRE Bien.
 HELLINGER *al padre* ¿Para ti?
 PADRE Está bien así.

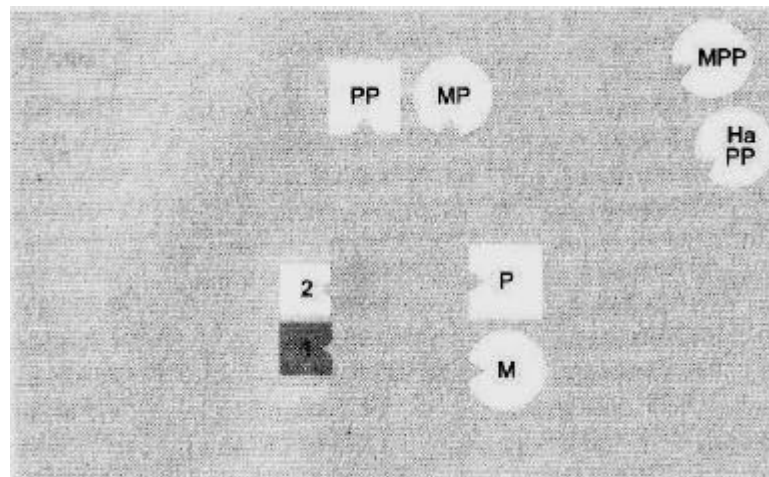
A continuación, Hellinger saca a la abuela del padre y a la padrina de Jonathan del campo visual de los demás.

Figura 11.



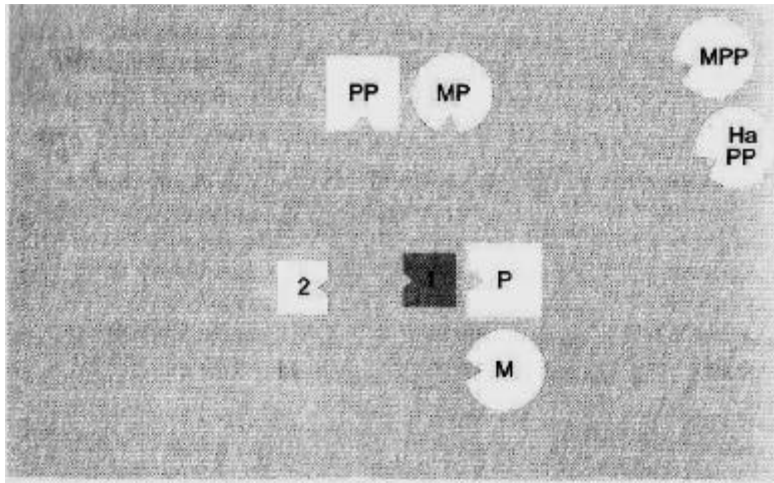
HELLINGER *al padre* ¿Qué hay?
 PADRE Un respiro.
 HELLINGER Sí, se oyó.
a los padres del padre Vosotros también respirasteis.
 Bien, ahora pondré orden.

Figura 12.



HELLINGER Éste ya es el orden.
al representante de Jonathan ¿Cómo te encuentras ahora?
 PRIMER HIJO Bien.
 SEGUNDO HIJO Yo estoy contento.
 PADRE Me encuentro bien. Hay tuerza.
 MADRE Me encuentro mucho mejor. *Se ríe.*
 MADRE DEL PADRE Yo también me encuentro bien.
 PADRE DEL PADRE Me encuentro muy bien.
 HELLINGER *a Jonathan* Ahora ponte tú mismo en tu lugar, para que puedas disfrutarlo.
cuando Jonathan está en su lugar ¿Cómo le decías a tu madre?
 JONATHAN Mamá.
 HELLINGER Mírala y dile: «Mamá, con la mirada puesta en ti, respeto a mi padre.»
 JONATHAN Mamá, con la mirada puesta en ti, respeto a mi padre.
 HELLINGER «Y lo quiero.»
 JONATHAN Y lo quiero.
 HELLINGER ¿Qué tal?
 JONATHAN Bien.
 HELLINGER Exacto. Ahora apóyate de espaldas contra tu padre.

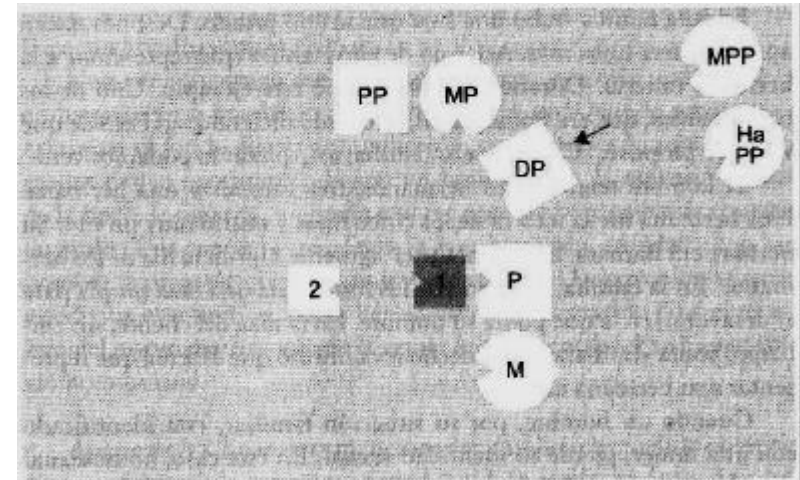
Figura 13.



HELLINGER *al padre* Ponle las manos en los hombros.
a Jonathan Deja los ojos cerrados. Y ahora recibe la fuerza del padre en tu interior.
al cabo de unos instantes Respira con la boca abierta, sin sonido.
al cabo de un tiempo más Vuelve a tu sitio.
cuando Jonathan se encuentra en su lugar Y ahora haré algo frívolo para ti; ¿estás preparado?
JONATHAN Sí.

Hellinger elige a un representante para el Dios Padre y lo pone a la vista.

Figura 14



Abreviaciones: DP Dios Padre

HELLINGER Éste es el Dios Padre. Dile: «Ahora te dejo y me voy con mi padre.»
JONATHAN Ahora te dejo y me voy con mi padre.
HELLINGER ¿Qué tal?
JONATHAN Muy bien.
HELLINGER De acuerdo, ya está.

Homosexualidad como destino

UN PARTICIPANTE ¿Podrías explicar otra vez la dinámica de fondo por la que se desarrolla la homosexualidad? ¿Y puede ser disuelta la homosexualidad? O en realidad, ¿debería ser disuelta?

HELLINGER Lo que hasta ahora he podido observar en mi trabajo tera-

péutico, indica que la homosexualidad se desarrolla por implicaciones sistémicas y no por una predisposición genética.

Explicaré las dinámicas principales a raíz de ejemplos, sobre todo, en relación a la homosexualidad en el hombre.

En una familia hubo una hija que murió pronto. Después nacen aún otros tres hijos más. Así, uno de ellos tendrá que representar a la hermana muerta. Durante un curso conté este ejemplo. Uno de los participantes, que era homosexual, se enfadó diciendo: «¿Pero de qué va?!» Le propuse: «Configura tu familia; así, quizás lo podamos ver.»

El hombre tenía cuatro hermanos, tres varones y una hermana. Esta hermana fue la tercera de los cinco hijos y murió muy pronto. Su nombre era Barbara. El cliente fue el siguiente hijo en la fila de los hermanos. En la familia, cada uno de los hijos tenía una taza propia para el desayuno, en la que ponía su nombre. En la taza del cliente, sin embargo, ponía «Barbara». Este hecho le confirmó que él tenía que representar a su hermana muerta.

Cuando un hombre, por su situación familiar, está identificado con una mujer, pierde su identidad sexual. En este caso, homosexual significa estar identificado con una persona del otro sexo. Ésta sería la forma más grave de la homosexualidad. Más grave en el sentido de más difícil de llevar, ya que la homosexualidad es un destino sistémico.

Una identificación con una persona del otro sexo también puede llevar a una psicosis. Una vez, Gunthard Weber y yo dimos un curso para psiquiatras y sus pacientes psicóticos. En contra de nuestra idea inicial, comprobamos que en la mayoría de los pacientes psicóticos se trataba de una identificación cruzada a la que no se podían sustraer.

Así, por ejemplo, recuerdo el primer caso: en el curso participó un padre con una hija esquizofrénica. Era su única hija. El hombre había tenido un hermano gemelo que murió al nacer. A raíz de la constelación se vio claramente que la hija representaba a ese gemelo muerto; era una identificación cruzada. La esquizofrenia, por tanto, es una forma grave entre las consecuencias de una identificación con una persona del otro sexo.

En algunos hombres homosexuales se puede comprobar también que en su interior experimentan una división. De alguna manera les cuesta mantener juntas las dos partes. Esta sería una forma intensa de la homosexualidad. También he podido observar una forma de homo-

sexualidad debida a que el homosexual tiene que representar a una persona excluida del sistema familiar.

Esa persona excluida también puede ser un hombre. De una cierta manera, la homosexualidad también representa una existencia marginada. Según he podido observar, esta forma de la homosexualidad no llega tan hondo como la primera.

Una vez, un amigo me contó que a veces se sentía malvado. Sin embargo, era un hombre muy amable y cariñoso. Cuando intentamos averiguar el fondo de esa contradicción, descubrimos lo siguiente: su madre estuvo comprometida con un hombre que, la mañana misma de la boda, le dijo que no podía casarse con ella porque había contraído sífilis. Por eso se retiró. Toda la familia estaba enfadada con ese hombre, a pesar de que actuara honradamente. Dado que no se reconoció que este hombre había hecho sitio para el marido posterior, un hijo del nuevo matrimonio de la mujer lo representaba. Ese hijo se volvió homosexual.

Aparte de las dinámicas mencionadas, también he podido observar que puede surgir la homosexualidad donde la madre excluye al padre, atando al hijo de forma exclusiva. Así, por ejemplo, hay mujeres que quieren tener un hijo, pero sin marido. Cuando ese hijo es varón, a veces presenta tendencias a la homosexualidad.

¿Es reversible la homosexualidad?

Volvemos a la pregunta de si la homosexualidad puede ser resuelta. Según mi experiencia, la homosexualidad por regla general no es reversible; sobre todo, en el hombre. En la mujer, según he observado, es más fácil que sea así.

No obstante, en mi práctica terapéutica he visto un buen número de excepciones. Sobre todo, cuando el hijo es todavía joven. Así, por ejemplo, me acuerdo de una participante de un taller, que tenía un hijo de cuatro años. Al configurar su familia actual, eligió a una mujer como representante para ese hijo pequeño. De esta manera se muestra que ya en la madre existe una confusión respecto de la identidad sexual de su hijo. Así, pues, le dije: «Este hijo podría volverse homosexual.» La mujer no contestó nada. Siete años más tarde volvió a otro

curso y me preguntó: ¿Aún te acuerdas de mí? Soy aquella mujer a la que le dijiste que su hijo podía volverse homosexual. Quisiera contarte lo que pasó después. Cuando volví a mi casa, mi hijo me preguntó: "Mamá, ¿dónde estuviste?" Le contesté: "Estuve en un curso." Y el hijo: "Y qué hubo allí?" Le dije: "Había un hombre que hablaba de la vida." El hijo seguía preguntando: "¿Y qué contó?" Le respondí: "Ese hombre dijo que cada niño tenía un padre, una madre y cuatro abuelos." Al oír eso, mi hijo se puso radiante y exclamó: "¡Haremos una fiesta para todos ellos!", y empezó a poner la mesa para todos los miembros de la familia. Durante la cena nos imaginamos que todos estaban y celebraban con nosotros. Pocos días después, mi hijo apareció en la escalera del piso de arriba, con unos vestidos de niña en brazos. —Aquella vez no te conté que en aquel entonces mi hijo siempre quería ponerse ropa de niña- Bajó la escalera y me dijo: "¡Mamá, estos vestidos se los devolvemos a las niñas!"»

Bien, hasta aquí este ejemplo de mi práctica.

Amor homosexual y dignidad

OTRA PARTICIPANTE ¿Qué ocurre cuando como mujer se convive con una mujer, o como hombre, con un hombre?

HELLINGER En las parejas homosexuales muchas veces se desarrolla un amor personal muy profundo. Así hay que verlo y hay que respetarlo.

Cuando un hombre homosexual o una mujer homosexual reconocen su destino, pueden tomar su homosexualidad con dignidad y asumirla con dignidad. Aunque lo reconozcan como un destino difícil. Pero asumiendo ese destino, los hombres y mujeres homosexuales también reciben una fuerza especial.

VI. ORIENTACIONES TERAPÉUTICAS

En este capítulo, Bert Hellinger habla de su psicoterapia sistémica y fenomenológica con parejas. Los textos también permiten una mirada a las bases filosóficas y espirituales de su trabajo.

Lo que una pareja debería tener en cuenta antes de empezar una terapia

Durante un seminario con 30 parejas

Quien observa detenidamente a parejas en crisis, puede darse cuenta de que manifiestan mucho amor y mucha fuerza, a pesar de encontrarse en una crisis. Cuando una pareja en una situación así busca ayuda precipitadamente, puede ser que, buscando ayuda, renuncien a algo de su propia fuerza, transfiriéndola a un terapeuta o a un amigo.

La persona a la que una pareja acude en busca de ayuda tiene que sopesar primero si su ayuda reforzará o debilitará la fuerza de la pareja. En este curso de tantos participantes hay muchas parejas con las que no podré trabajar, porque las circunstancias y el tiempo no lo permiten. Sólo puedo trabajar con unos cuantos, con otros, no. Así, a algunos les da pánico y piensan: «Qué debo hacer para que también me toque?» Puede ser que de esta manera pierdan fuerza, porque están demasiado orientados hacia fuera o fijados en el terapeuta que les tiene que ayudar.

En cambio, también podrían decir: Confiamos en que todo irá bien. Así, cada uno permanece centrado, con su fuerza y con su amor. La persona aprende de lo que aquí se desarrolla, lo interioriza y, justamente por ese camino, encuentra la solución adecuada.

Donde, por lo contrario, empieza ese pánico y la persona una y otra vez se pregunta: «¿Me tocará o no me tocará?», se pierde la atención para aquello que aquí ocurre, y la solución se dificulta.

Por otra parte, si tengo que trabajar con alguien que está en pánico y que espera la solución únicamente de mí, no puedo trabajar bien con

él. Ya que la atención de esa persona o de esa pareja está demasiado centrada en mí, en vez de sintonizar con las fuerzas que en ellos mismos actúan.

La terapia de pareja de Bert Hellinger en su forma peculiar

Me parece que algunas parejas acuden a terapia con la siguiente idea: ahora entregamos nuestro problema al terapeuta y él lo soluciona, igual que un reloj que se lleva al relojero para tenerlo luego reparado. El relojero ya lo hará. Las relaciones de pareja, sin embargo, no pueden ser reparadas o resueltas de esta manera. A través de estas expectativas, el terapeuta es tentado de embarcarse en algo que en el fondo no debería tocar. Algunos se dejan seducir; pero así pierden su fuerza. Y también la pareja pierde su fuerza.

Me serviré de un ejemplo para explicar la manera en que suelo proceder con parejas que quieren solucionar sus problemas. No trabajo con la pareja. La mayoría de consultas de parejas las he hecho por teléfono. Primero escucho a uno de los compañeros y le digo algo; pero no debe comentarlo con el otro. Después, también le digo algo al otro, quizás incluso algo contrario, y él tampoco debe comentarlo con su pareja. Así, ambos compañeros tienen una orientación. La solución, sin embargo, se encuentra en la pareja misma. La pareja no se enajena, sino que guardan su dignidad y su fuerza, y solucionan su problema ellos mismos.

El mismo principio se aplica también a mis constelaciones con parejas. Doy impulsos, a veces sólo para uno de los compañeros, no para ambos. Pero el otro lo ve. De repente hay una nueva orientación. En el fondo no quiero saber lo que la pareja hace luego. Yo respeto a la pareja como algo especial en lo que el terapeuta no debe interferir desde fuera. Él sólo da unos cuantos consejos y luego se retira. Habréis notado lo discreto que me mantengo en las terapias y en qué estado tan incompleto despido a la pareja. Pero es justamente este estado incompleto el que conserva la energía.

Acerca del procedimiento

Quisiera comentar algo acerca del procedimiento: en realidad desbarata muchos conceptos de terapia. Es decir, yo no soy un terapeuta en el

sentido de alguien que ejerce un poder sobre las almas, para conseguir que hagan una cosa determinada o para apuntar a una solución determinada. No soy uno que se imagina que realmente podría hacerlo, que realmente tenga ese poder. Sino que saco a la luz algo que hasta ese momento estaba oculto. Aquello que sale a la luz, actúa con una fuerza increíble, que ningún terapeuta podría desarrollar.

Ahora bien, si un terapeuta intentara tapar aquello que está a la luz, si intentara, con todos los trucos y soluciones posibles, luchar contra la realidad que surgió y que fue reconocida, perjudicaría a todos. Cuando en una terapia de pareja se sacó a la luz algo oculto, la pareja ya no se puede escapar. Lo que entonces ocurre, ya no es producto de ningún terapeuta. A partir de ese momento, la semilla se halla en las almas de los compañeros, y hay que ver qué sale. Este proceso y esta nueva orientación requieren tiempo.

La actitud fundamental

El terapeuta está en concordancia con aquello que sale a la luz, sin pena ni aflicción. Confía en lo que surge. No tiene ningún miedo ante ello.

El terapeuta puede adoptar esta actitud fundamental cuando interiormente se ha liberado de las ideas de cómo debería ser algo, o de cómo sería correcto, de manera que se encuentra en total concordancia con toda la plenitud de la vida, también con aquello que sea doloroso, y también con aquello que pueda traer consecuencias fatales.

Se despide de la idea de que él ha sido elegido por un poder superior para mejorar el mundo, quizás, incluso, elegido para cambiarlo en contra de ese poder superior. No es ningún elegido. Por tanto, en el fondo se encuentra en el mismo nivel que los clientes. También él se expone a la realidad reconocida, sin intervenir, dejando que la realidad descubierta le guíe, de la misma manera que también la pareja debe dejarse guiar por la realidad que surgió.

La interrupción como importante medida terapéutica Después de que Hellinger interrumpiera una terapia con una pareja

Trabajo con mi coterapeuta más importante: con el tiempo. La interrupción hace que entre en juego el tiempo. Siempre existe el impulso

de cerrar un tema. Ahora no está cerrado, y así, se podría decir, el tiempo «apremia». Es muy importante confiar en el tiempo, no querer cerrar un tema a toda costa, sino ir con el paso de solución hasta donde llegue, y después, parar. El punto en el que uno se para, es aquél en el que hay la máxima energía concentrada, el punto que más conmueve. Después se espera. Quizás mañana o pasado surja algo y entonces se puede seguir.

El terapeuta no va más lejos de lo que el cliente quiera ir

El terapeuta depende enteramente de la cooperación del cliente, y no va más lejos que el cliente mismo. Éste es un principio sumamente importante. El terapeuta no lo asume en lugar del cliente. Así guarda la dignidad del cliente. Y el cliente no tiene ninguna posibilidad de oponerse, porque el terapeuta no quiere nada.

El terapeuta nunca trabaja si un cliente sólo quiere saber algo, si, por así decirlo, únicamente le mueve la curiosidad. Sólo trabaja cuando el cliente realmente va en serio.

Cuando el cliente sólo refiere generalidades de su problema

Tengo un principio en psicoterapia: quien es capaz de describirme su problema, está dispuesto y es capaz de encontrar la solución. Quien únicamente me refiere generalidades, en las que no se puede captar nada concreto, al mismo tiempo me está diciendo: «Estoy contento tal como es.» Con una persona así no puedo trabajar.

¿Cuándo responde el terapeuta a preguntas?

UN PARTICIPANTE Me llama la atención que a veces respondes a preguntas, y a veces, no. O, dicho de otra forma: ¿Hay preguntas que son útiles, y otras, que no lo son?

HELLINGER Lo distingo de una manera muy fácil: si la pregunta me mueve, la contesto. Si me inquieta o me irrita, no la contesto. Pero no por arbitrariedad, sino que pongo mi atención en un movimiento en mi alma. En este movimiento me oriento.

No obstante, también me fijo en la persona que hace la pregunta, en el sentido de: la respuesta, ¿fortalecerá al cliente o lo debilitará? ¿Se

trata de una pregunta seria o sólo se hace por curiosidad? Si únicamente es una pregunta curiosa, no la contesto.

¿Por qué sienten los representantes en las Constelaciones Familiares?

UN PARTICIPANTE ¿Cómo es posible que personas absolutamente desconocidas, que no tienen ni idea del sistema familiar o de las personas que representan, de repente reaccionen como aquellas personas y adopten sus sentimientos, comportamientos e incluso sus síntomas físicos?

HELLINGER En este punto creo que tendremos que modificar un poco nuestra imagen del mundo. En la epistemología filosófica o en la Teoría de la Comunicación existe la idea de que el conocimiento únicamente se basa en la comunicación. En las Constelaciones Familiares, sin embargo, vemos que no es así; que hay otro tipo de saber que no se basa en la comunicación, sino en la participación.

La pregunta es: ¿qué es aquello en lo que participamos? Estuve pensando mucho tiempo en ello. Lo que me parece más acertado es la idea de que nosotros tenemos parte en un alma común. Aquello que comúnmente solemos definir como alma, no lo deberíamos llamar así. Nuestra llamada «alma» nos une con un alma más grande. Nos une con nuestra familia y, más allá de ella, con aquello que yo llamo la Gran Alma. En ella estamos unidos con todo, y, además, lo sabemos. Tenemos este saber participativo. En una Constelación Familiar se manifiesta este saber, en los representantes y, sobre todo, en el terapeuta, si lo permite. Cuando el terapeuta mismo se encuentra todavía anclado en la filosofía de que el saber se basa en la comunicación, pensando, por ejemplo, que tiene que preguntar a cada uno por todos los detalles, hasta que lo sepa todo, y sólo a partir de ese punto empieza a actuar, entonces ha perdido el contacto con ese Gran Alma. Al menos, en ese momento.

El terapeuta, por tanto, renuncia a un exceso de informaciones. Incluso en una primera entrevista con el cliente. Yo suelo preguntar muy poco.

Cuando el terapeuta se mete en la Constelación Familiar, cuando se expone a ese campo de fuerza, de ahí le surgen aquellas compren-

siones importantes que necesita. Este trabajo requiere un cambio radical en su pensar.

Cuando el terapeuta se mantiene con la idea de que él tiene que preguntar por todo y después lo «sabe» todo, está entorpeciendo el campo de fuerza. En consecuencia, tampoco obtiene la plena verdad de los representantes.

Lo más importante es que el terapeuta se contenga, que sintonice, que se fíe de los caminos del Gran Alma, que se deje guiar por ella y después se entregue al proceso, de manera que, paso a paso, pueda surgir algo.

Por eso, el terapeuta tampoco sabe cuál será el resultado final de una constelación. Únicamente se mueve con los pasos, de la forma que se muestren. A veces estos pasos son extremos, por lo que la persona se asusta. Por ejemplo: ¿morirá dentro de poco esta persona gravemente enferma? Pero el terapeuta resiste a ese miedo. Si sigue plenamente ese movimiento, a veces da un giro y se muestra una solución. Esta solución, sin embargo, sólo es posible si se va con toda la fuerza del impulso, sin frenar antes. Por ejemplo, cuando uno se deja llevar por la compasión, pensando: «Ay, miraré a ver si no encontramos una buena solución sin que tenga que estar en pleno contacto con la verdad de la situación.»

El terapeuta no razona antes. Empieza con el primer paso, sin saber cuál será el segundo. Si no avanza, quizás le pida más informaciones al cliente, y de allí resulta otro paso, hasta que al final se muestre una solución. Éste es el procedimiento fenomenológico. Al final se ve que tuvo sentido, pero no antes. Eso contradice del procedimiento científico, que tiene una meta clara, y por la meta define el camino.

Lo vivo no es lógico

Cuando pensamos lógicamente, llegamos a un límite. Lo vivo no es lógico. La lógica es un intento de comprender y determinar una realidad, y tiene validez para determinados ámbitos. En este trabajo, sin embargo, la persona sintoniza con el movimiento de la fuerza. A este movimiento sigue, aunque sea en contra de toda lógica. Por eso no se debe interpretar como algo fijo aquello que yo a veces defino como los «Ordenes del Amor»

Posible empeoramiento después de una constelación de pareja

A veces se da un primer empeoramiento después de una constelación. Dado que este trabajo remueve y descoloca algunas cosas, algunas personas sienten en su alma la necesidad de restablecer el orden antiguo -y a veces lo logran. Así vuelve la antigua paz; pero es posible que sea una paz como en un cementerio: ahí ya no se mueve nada. Frecuentemente, después de una constelación familiar se observa un primer empeoramiento o una agudización del dramatismo. Al cabo de un tiempo, sin embargo, se tranquiliza.

Después de una constelación hay que contar con que a veces puede tardar hasta dos años hasta que el impulso alcance su meta. Cualquier intento precipitado de acelerar este proceso de crecimiento, lo entorpece.

Aportaré un ejemplo. Una cliente me escribió en una carta que después de un curso tuvo mucha prisa para reanudar el contacto con su madre, que había cortado hacía años. Pero dar este paso le costó dos años. Todo su sistema digestivo se desequilibró por completo. Se puso tan enferma que pensaba que no podía seguir viviendo. Ya no toleraba los alimentos y se volvió necesitada como una niña pequeña. Una y otra vez le surgieron las palabras: «¡Mamá, ayúdame!» Este estado duró meses. Sólo después pudo volver a encontrarse con su madre.

Dejar reposar, y después, actuar

UN PARTICIPANTE ¿Qué he de hacer ahora, después de mi constelación familiar?

HELLINGER Todo lo que pudiera decirte lo agravaría. Tienes la tendencia de resolverlo rápidamente ahora. Acabas de ver una imagen, y ahora ya has intervenido con todo tipo de reflexiones sobre qué deberías hacer. Así, el alma ya no puede vibrar. En cambio, si simplemente dejas la imagen, sin actuar, al cabo de un tiempo se abre una oportunidad de arreglar algo, sin proyectarlo.

En general, este es un principio importante: cuando aquí se vislumbra algo como importante, no hay que actuar inmediatamente. De lo contrario, la persona actúa bajo una influencia externa; por ejemplo, bajo mi influencia o bajo la influencia de esta imagen. De

esta forma, lo que la persona hace no sigue el impulso del alma, sino que resulta de reflexiones, de objeciones, de una inquietud o de lo que sea.

En cambio, si uno no actúa en absoluto, sino que deja que lo vivido repose, al cabo de un tiempo se da un cambio en el alma. De repente, la persona actúa, independientemente de lo que aquí hubo. En ese momento actúa con absoluta autonomía, desde su propia alma. Este es el actuar bueno. No es ninguna obediencia, ni tampoco ninguna resistencia -por ejemplo, contra mí-, sino que es totalmente auténtico. Éste sería el camino aquí.

Es decir, el impulso y la fuerza para actuar nacen de una comprensión propia, independiente y totalmente autónoma.

Con las descripciones casuísticas se pierde mucho

UNA PARTICIPANTE Una vez dijiste que el vínculo se crea a través de la sexualidad, es decir, a través de la consumación del amor. ¿Podrías definir exactamente la diferencia entre amor y vínculo? HELLINGER No. Porque de esa forma nos moveríamos en una dirección donde la intención sería la de captarlo. La diferencia entre amor y aquello que el vínculo significa, la entiendes muy bien. Si yo respeto a ambos, si respeto al vínculo y al amor, encuentro un camino. En cambio, si pretendo describirlo con una exactitud casuística, pierdo lo esencial en la realización. Así, quizás tenga una imagen interior, pero ya no hay fuerza para actuar.

Por eso, aquí trabajo con un mínimo de teoría, en el fondo, incluso sin teoría, únicamente con la observación. De ella resultan determinados patrones. Pero estos patrones no son fijos, sino parte de un proceso. Unas veces son de una forma, otras, de otra, y siempre pueden cambiar. Por tanto, el terapeuta tiene que estar siempre alerta y observar lo que realmente ocurre. Así no le distrae ninguna hipótesis o teoría que haya podido formarse antes.

En contra de lo que muchas personas dicen de este tipo de terapia, no tiene nada que ver con teorías o con verdades generales. Esta forma de terapia procede de manera puramente empírica.

En un seminario como éste, también os dais cuenta de cómo aquello que decís forma parte del proceso y sirve al desarrollo ulterior. Por

eso tampoco me desconcierta si me advierten que algo es diferente de lo que antes dije. Enriquece el trabajo.

Un tal Lenin dijo: «La verdad es reconocida por todos juntos.» Es un resultado compartido; no de un pensador, sino una experiencia en la que participan muchos. Así también lo veo aquí. Por tanto, esta verdad siempre crece y nunca es algo válido en un sentido eterno, sino que es algo práctico para la realización vital.

Toda persona puede actuar si lo quiere

HELLINGER Una vez participé en un taller del terapeuta americano Stephen Lankton. Nos hizo imaginar tres posibilidades:

1. ¿Qué sería de nosotros si hubiéramos tenido los mejores padres, tal como siempre los habíamos deseado?
2. ¿Qué pasaría si hubiéramos tenido los peores padres que uno se puede imaginar?
3. ¿Qué pasaría si tuviéramos exactamente los padres que tenemos?

Nos buscamos lugares imaginarios en la sala, uno para los mejores padres posibles, uno para los peores padres posibles, y uno para los padres de verdad. Después, nos pusimos en cada uno de esos lugares e interiormente pudimos comprobar si había alguna diferencia. Para nuestra gran sorpresa nos dimos cuenta que no había ninguna diferencia. ¡Toda persona puede actuar siempre que quiera!

Hay un libro de Carlos Castaneda, *Viaje a Ixtlán*. En ese libro, un chamán le transmite a un alumno sus enseñanzas. La primera es: ¡tienes que olvidarte de tu historia!

Eso tiene mucho de verdad. Al cabo de un tiempo nos olvidamos de nuestra propia historia. La plenitud vivida se da en el momento en que todo lo que forman parte de mi familia, todos mis antepasados, tienen un lugar honroso en mi corazón, de manera que los vea como son realmente. En cuanto tienen ese lugar, la persona queda libre.

No hay personas mejores o peores

No pocos filósofos o moralistas afirman que existen personas mejores o peores. También la Psicoterapia lo dice de alguna manera: hay los autorrealizados y los no autorrealizados. Hay los individuados y los no individuados. Hay analizados y no analizados. O también, hay cortos y espabilados. Y locos y normales. Todo esto son diferencias. Para mí, estas descripciones se mueven en la superficie, ya que en lo más profundo, todas las personas son iguales. Todos participan en el mismo ser: los sostiene, los saca a la vida, para así decirlo, los recoge, y, al final, todos son iguales. Únicamente con esta actitud fundamental puedo influir de manera sanadora sobre los conflictos.

VII. AMOR Y MUERTE

Este último capítulo reúne tres temas:

1. *La importancia de los miembros fallecidos de la familia para los vivos*
2. *La actitud del terapeuta ante la muerte*
3. *La relación a una edad avanzada y la muerte en la pareja*

Caminamos entre los muertos

Después de una constelación familiar en la que muchos muertos estaban excluidos del sistema

HELLINGER *al grupo* En el trabajo con Constelaciones Familiares se evidencia con especial claridad que nos movemos en un contexto mayor, contexto en el que todos, también los llamados malos, o aquellos que se suicidaron, o los que tuvieron una suerte fatal o que murieron pronto, tienen la misma presencia que los vivos. Es decir, nos movemos entre los muertos que nos rodean. No lo percibimos, pero, a pesar de todo, ellos actúan sobre nosotros.

Por lo visto, para los muertos hay diferentes maneras de estar muertos. En la última constelación, por ejemplo, pudimos ver que el abuelo muerto ya no quería tener nada que ver con las demás personas en el sistema. Ése fue un estar muerto malo, el estar muerto de uno que fue excluido u olvidado. Sin embargo, al ser integrado y reconocido, ese abuelo despertó de su muerte mala y pudo convertirse en bendición para los vivos.

Ésta es una solución fundamental en este trabajo: que los excluidos y los muertos sean recuperados, que, por así decirlo, resuciten de la muerte fatal para luego convertirse en fuente de afabilidad para los vivos. Una vez son reconocidos pueden retirarse amablemente, dejando libres a los vivos.

En cambio, el efecto de aquellos muertos que fueron excluidos es

fatal para el sistema. Pero no porque así lo quieran ellos, como si fueran malos espíritus, sino porque los vivos no les conceden ningún espacio; porque los vivos no los respetan ni los quieren.

En consecuencia, muchas veces un hijo del sistema familiar expía luego la injusticia que se comete con ese muerto; por ejemplo, eligiendo una profesión que pide una renuncia.

a un hombre que antes configuró su familia de origen Tú fuiste cura antes. También ahora tienes una profesión que te exige mucho: trabajas con sordos. Esta profesión tiene algo sanador. De un destino familiar difícil también brotan fuerzas sanadoras que obran para bien. Así se puede ver, y así se debería ver en el fondo.

Aún hay otro punto a tener en cuenta: aquello que en un primer plano aparece como culpa -en tu sistema, el abuelo abandonó a su familia, y tú también abandonaste a tu familia—, mirándolo bien, guarda una relación totalmente distinta. En el seno de un sistema familiar de varias generaciones, estos hechos aparecen como una expresión especial de lealtad y de amor. Estas implicaciones tienen algo inapelable e inevitable, por lo que no podemos considerarlas desde el nivel moral, en el sentido de decir: «Este hombre o esta mujer ya podrían actuar de otra forma, si sólo quisieran.» ¡No pueden hacerlo! Ninguno de nosotros lo puede hacer.

Una vez se llega a esta visión -porque en el trabajo con Constelaciones Familiares se ve cómo se desarrollan implicaciones sistémicas—, uno acaba siendo más suave e indulgente. Y no sólo con los demás, sino también con uno mismo. Se sabe que cada uno es dirigido a su manera.

A pesar de todo, a veces se abren soluciones positivas en cuanto se descubren las implicaciones sistémicas.

El terapeuta respeta la muerte

Ante la muerte hay también una cierta soberbia. Me acuerdo de un participante suizo que vino a uno de mis talleres. El hombre estaba un poco loco. Por la mañana se presentó en el grupo y nos contó: «Ayer por la noche me fui al cementerio con mi pistola —se había traído una

pistola del Ejército Suizo—, y pensé: ¡Ahora puedo pegarme un tiro! Después se me cruzó un gatito y pensé: También podría vivir.» Y con esas palabras sacó al gatito de su bolsillo y lo soltó en el grupo.

Todos los demás participantes tenían miedo de este hombre. Así le dije: «Ahora te vas conmigo a tu habitación y me das la pistola.» El hombre sacó la pistola de su armario y me la puso en la mano. Yo me la guardé.

Al día siguiente contó en el grupo que le había venido a la mente una poesía de Paul Celan, donde llama a la muerte un maestro de Alemania.

Todo esto quizás suene divertido ahora, pero en ese momento era un asunto de vida y muerte. Quien piensa que tiene a la muerte a su lado, les infunde miedo a los demás y se siente grande.

Un terapeuta que tiene miedo ante la muerte, puede plegar en un caso así. El terapeuta respeta a la muerte. La tiene a su lado porque no la teme, pero a pesar de todo se inclina ante la muerte. De esta manera, el terapeuta es un guerrero.

¿Quién es un guerrero? Un guerrero es una persona que puede mirarle a la muerte a los ojos, sin miedo, pero con respeto.

Hace poco, un participante -también está aquí en este grupo- me escribió una carta en la que me describió su experiencia con la muerte en una constelación. *a ese participante* En la constelación te encontrabas enfrente de la muerte y sentías que la muerte no te podía negar ningún deseo. ¿Fue así? Por favor, cuéntanos.

PARTICIPANTE Me confrontaron con la muerte y nos miramos a los ojos. Interiormente fue una lucha de poder sumamente tensa. Tenía la sensación de que ella era más fuerte que yo. Pero de repente, esa sensación cambió y pensé: Si esto sigue así más tiempo, la muerte tiene que ceder ante una muerte más profunda.

HELLINGER Exacto, porque detrás de la muerte que nos imaginamos, siempre hay otra más. Esa es la verdadera. A ella le sirve la muerte de primer plano.

Existe la idea muy difundida que los muertos les tienen envidia a los vivos; como si a los muertos les fuera mal. Pero los muertos están concluidos. Eso es.

Encarar la muerte

UN PARTICIPANTE Hoy, en algún momento dijiste que un guerrero es una persona que siente respeto ante la muerte, pero que no la teme. ¿Cómo puedo aprender a no temer a la muerte?

HELLINGER Uno puede mirarle a los ojos a la muerte si al mismo tiempo mira lo que hay detrás, lo que se halla más allá, más allá del tiempo. Una vez lo resumí en una historia. Se titula:

El círculo

*Un afectado rogó a otro que le acompañaba un trecho en el mismo camino:
«Dime: para nosotros, ¿qué es lo que cuenta?»*

El otro respondió:

*«Primero cuenta que estamos con vida para un tiempo,
por lo que hay un principio ante el que ya hubo mucho,
y cuando termina, vuelve a caer a lo mucho que antes ya existió.*

*Ya que, al igual que en un círculo que se cierra, fundiendo su final
y su principio en una sola cosa, así, el después de nuestra vida se
une sin ruptura a su antes, como si entre ambos no hubiera
mediado ningún tiempo: por tanto, sólo tenemos tiempo ahora.*

*Después cuenta que aquello que en el tiempo obramos, junto
con él se nos escapa, como si a otro tiempo perteneciera y,
donde creíamos actuar,
tan sólo fuéramos levantados como una herramienta,
empleados para algo más allá de nosotros, y luego,
puestos a un lado de nuevo. La despedida nos encuentra
concluidos.»*

El afectado preguntó:

*! •Si nosotros y nuestro obrar
existimos y nos extinguimos*

*cada cual a su tiempo,
¿qué cuenta cuando nuestro tiempo se cierra?»*

El otro contestó:

*«Cuenta el antes y el después
como uno mismo.»*

Después se separaron sus caminos

y su tiempo,

y ambos se pararon

y recapacitaron.

Ahora recuerde su primer amor

Una vez me encontré con una mujer cuyo marido había muerto hacía muy poco. Por aflicción y por dolor, la mujer se había adelgazado muchísimo y se pasaba los días llorando. Le dije: «Si en algún momento tiene la sensación de necesitar ayuda, puede venir a verme.» Al cabo de un año llamó a mi puerta diciendo: «Señor Hellinger, ahora necesito su ayuda.» Le ofrecí un asiento y le dije: «Haremos algo muy simple. Cierre los ojos y vuelva a aquel lugar donde encontró a su marido por primera vez. - Y ahora recuerde su primer amor.» Al cabo de un tiempo, la cara de la mujer se iluminó. En ese momento le dije: «Ya está.»

A partir de ese día, la mujer empezó a florecer y a recuperar sus energías vitales. El recuerdo de su primer amor lo había hecho posible.

El adiós

Durante una terapia con un hombre cuya mujer joven murió inesperadamente de un paro cardíaco durante una operación

HELLINGER Te diré algo sobre el tema de la despedida. Siempre que se nos exige una despedida, por ejemplo, al morir una mujer amada, el que sobrevive se lleva algo de la fallecida. Muchos se llevan algo grave. Pero una también se puede quedar con algo precioso. ¿Qué te parece? MARIDO Lo precioso es mejor.

HELLINGER En las *Elegías de Duino*, Rilke habla de una forma muy bella de la despedida. Dice que con el dolor por los que se murieron prematuramente entorpecemos su movimiento leve. Como si hubie-

ran sufrido una injusticia. De esta manera, los muertos no están libres. Hay que darles su libertad para que puedan encontrar su paz.

Cuando el compañero muerto es glorificado

UNA PARTICIPANTE Muchas veces los muertos son glorificados. Así, por ejemplo, se conserva el despacho del marido fallecido tal como lo tenía mientras vivía. O un hombre conserva todos los vestidos de su mujer fallecida durante años y años.

HELLINGER Esta forma de veneración de los muertos es una especie de exclusión. El fallecido, como muerto, es excluido. Se le trata como si viviera. Sin embargo, los muertos tienen que estar presentes como muertos, no como vivos. Así pueden actuar para bien.

Hace poco tuve una experiencia personal que me dio mucho que pensar. Durante una sesión aparecieron ante mí los cinco hermanos de mi madre que murieron en temprana edad. Noté la fuerza que hay detrás cuando uno se expone a una imagen de este tipo. Estaba libre de todo miedo. Después, interiormente me fui con ellos al Reino de los Muertos. De repente la imagen cambió y los muertos vinieron hacia mí, a la vida.

Así ocurre cuando los niños muertos son reconocidos como muertos: ellos vienen a los vivos, de manera que los vivos no tengan que ir con los muertos. Al cabo de un tiempo, todos tenemos que ir con los muertos, pero mientras tanto, los muertos vienen a nosotros.

Suicidio después de una separación

Hellinger a una cliente cuyo padre se suicidó después de que su mujer le dejara. La cliente tenía entonces tres años.

HELLINGER Un suicidio nunca ocurre cuando un compañero deja al otro. Bien se relaciona muchas veces, pero nunca se puede afirmar así. En las constelaciones familiares he podido observar que un suicidio casi siempre tiene otro significado totalmente diferente. En la mayoría de los casos tiene que ver con implicaciones sistémicas en la familia de origen. LA CLIENTE No conozco a la familia de mi padre, pero en la lápida vi que su padre también murió pronto.

HELLINGER Exacto, eso es. «Te sigo.» Tienes que dejar que tu padre vaya hacia su padre. Y no debes hacerle ningún reproche a tu madre. Si se dice: «El marido se suicidó porque la mujer le abandonó», de alguna manera se le echa a la mujer la culpa de la muerte del marido. Eso es una locura. Quien se suicida, siempre se suicida él mismo, solo, nadie más lo hace por él. Por tanto, no se le puede hacer ningún reproche a nadie más.

La cliente asiente aliviada.

La relación tardía es como el ocaso

También una relación tiene parte en el proceso general de la vida: comienzo, subida, bajada -hacia el morir y hacia la muerte. De la misma manera que el individuo se desprende de la vida, paso a paso, cuando se acerca la época en la que se impone la bajada, para luego orientarse hacia algo que le sigue, así también ocurre en una relación. Cuando uno se entrega a ese movimiento, esa relación tardía tiene algo muy sereno. Tiene un esplendor y una belleza propios. Igual que el ocaso.

En una relación, con el tiempo se suelta el sueño de un principio. Me parece que la relación alcanza su punto culminante muy rápidamente. El punto culminante de una relación es el nacimiento del primer hijo. Hacia ese punto se dirige todo; después se mantiene en ese nivel y finalmente vuelve a bajar. Así es. Esta dinámica tiene una belleza propia si uno se entrega a ella.

La plenitud llega después de la relación de pareja

En el fondo, la relación de pareja es una empresa en contra de la muerte. La vida debe perdurar. Cuando nace un hijo, los padres se alegran, y al mismo tiempo saben: el hijo los sobrevivirá. Ellos harán sitio y el hijo lleva la vida más allá. Por tanto, la relación de pareja se realiza encarando el morir y encarando la muerte.

También en la relación de pareja misma se realiza un proceso de muerte; un proceso de desprendimiento progresivo. Las grandes expectativas con las que nos embarcamos en la relación de pareja, lenta-mente se moderan por la experiencia de la efimeridad. A eso hay que

asentir. En este asentimiento, la relación gana una profundidad y una fuerza especiales. Así tiene algo sereno.

Cuando llega el momento de la despedida, cuando uno de los compañeros muere, la persona está preparada. Así puede soltarse y mirar hacia su propio final; pero sin miedo -es como alcanzar la plenitud. Creo que esta visión nos protege de hacernos grandes ilusiones, como si la relación de pareja misma fuera la plenitud. La plenitud llega después de la relación de pareja, en el desprendimiento definitivo.

GLOSARIO

abandonado, ser—, 200s,
aborto espontáneo, 213,
aborto intencionado, 32s, 39s, 41s, 218s,
accidente de tráfico, 241s,
actitud terapéutica, 315, 324,
adopción, 271s,
alcohol, compañero dependiente del -, 246s,
amor, 191s,

cáncer/ enfermedad mortal en uno de los compañeros, 248s.,
casarse, 23s, 199,221,
— con una pareja más joven, 221,
comienzo nuevo en la pareja, 91,131,139, 203,
Constelaciones Familiares, 33,154,314s, 316s,
consumación del amor, 21 s, 194,

dar y tomar, 22s, 153s, 195,267s, deseo de tener
hijos, rechazar el -, 79s, discapacitado,
compañero -, 241 s, discusiones en la pareja,
118s, divorcio, hijos después del -, 214s, 223,
doble transferencia, 217s, dolores de espalda,
132,

enamoramiento, 191 s,
entregarse, 29,
esterilidad no deseada, 24,168s, 198s, 209s,
extramatrimonial, relación-, 198,199s, 201s, 251 s,

familia de la pareja, 23s, 78,193,

felicidad, 91,102s,
fidelidad, 199,

gemelo, casarse con un —, 222,

hijo

- deseado, planificar al —,212,
- ilegítimo, 182s,
- que fue sustituido, 251s,
- que murió pronto, 141s,
- que nació muerto, 151, 212s, hijos de parejas anteriores, 130s, 198, homosexualidad, 294s,

igualdad de rango en la pareja, 122, incesto, 232s,

infortunios, 207s, 241s, 248s,
inseminación artificial, 271s,

madre, tomar a la —, 43s, 93s,
muerte, 152,324s,

obstinación, 132,
Órdenes del Amor, 189, 196s,

padre, tomar al -, 68s, 77s, 172s,

padres

- en lugar de los -, 50s,
 - rechazo de los - 54s, 120,130,
 - ser padres, 25,120s, 130,
 - tomar a los padres, 49s, 77s,
- pareja sin matrimonio, 32,199,223,225s,
peleas, 155s,
perdón, 202,
pildora para el día después, 220s,
problema, mantener el—, 140s,
prueba de la paternidad, 213s,

querer saber, IOIs,

reconciliación en la pareja, 103s, 202, reeducar a la pareja, 31, relación de pareja, 25s, 130s, 132, 191, - de triángulo, 229s,

separación, 78s, 204s, 207, sexualidad, 2 1s, 194s, 209, soluciones, 40s, 91, suegra, despreciar a la -, 55s, sueños, manejar los - en terapia, 92s, suicidio, 328s,

terapia de pareja, 313s, 319,
trastorno mental, compañero con -, 249s,
trauma, 28s, 169s,

vínculo, el - en la pareja, 19s, 138s, 224s,

yerno, despreciar al —, 55s,