

Sanar y soltar

Alemania, febrero 2004

Conferencia de Bert Hellinger

Cuando observo cómo se han desarrollado las Constelaciones Familiares, desde el primer libro que editó Gunthard Weber y cómo se extendieron, no sólo aquí, sino también en otros países, de una manera que a veces nos corta el aliento, percibo, que detrás de este movimiento, actúa una fuerza poderosa, algo bueno, que nos ha tomado – a mí y a Vds., a su servicio.

Por eso, lo que estamos haciendo, independientemente de aquello que imaginamos que estamos haciendo... bueno, lo que quiero decir es: este movimiento nos arrastra, irresistiblemente. Nadie lo puede detener. Esta fuerza es difícil de resistir... y aquellos, que desde su pequeña mente piensan, que siempre tienen que dirigir todo, no lo entienden. Pero también ellos están al servicio de este gran movimiento, porque, esta es mi convicción y se corrobora cuando miramos las cosas como son, lo divino o la potencia primaria, esa fuerza que mueve al mundo, quiere el conflicto.

Sólo nosotros anhelamos la eterna paz en un reino de ilusión, donde nos saciamos y nos quedamos inmóviles, estancados. No, lo creativo está siempre en movimiento en contra de las resistencias. Precisamente ante las resistencias lo vivo gana su pleno potencial.

Cuando me entero de cuántos talleres variados son ofrecidos en este Seminario por tantos colegas de larga experiencia, pienso: ¡Maravilloso, qué desarrollo! Cada uno aporta al Todo algo muy especial. Sólo por esta plenitud, este caudal de diferencias, las Constelaciones Familiares se están desarrollando con una riqueza extraordinaria y todos colaboran con su experiencia personal y con sus implicaciones personales, como también con sus capacidades y sus limitaciones. Ahora estoy pensando: "soy uno entre tantos, que también trabajo con ello".

Las Constelaciones Familiares como psicoterapia

Ahora quiero decir algo sobre las Constelaciones Familiares desde mi experiencia, sobre su desarrollo y cómo sigue este movimiento. Al principio las Constelaciones Familiares eran una especie de psicoterapia. Las ofrecíamos en el marco de la psicoterapia para personas que estaban buscando psicoterapia. Muchas veces eran personas enfermas de cuerpo y alma. Las Constelaciones Familiares les ayudaban. Desde nuestra formación psicoterapéutica aportábamos nuestra actitud y esto le dio un sello especial a las Constelaciones Familiares desde un comienzo.

¿Cuál era nuestra actitud? Se basaba en la suposición: aquí hay un cliente que está necesitado y aquí hay un terapeuta, que le puede ayudar. Este se preparó con diferentes métodos y ahora conoció las Constelaciones Familiares y las aplica con el concepto de la psicoterapia. No como terapia individual, sino con un enfoque de

terapia familiar. Y nosotros, como terapeutas, hacíamos algo. Fuimos entrenados para hacer algo, intervenir según nuestros conocimientos.

Así configurábamos también a las familias. Pedíamos al cliente que eligiera y configurara representantes, luego interveníamos según nos parecía oportuno de acuerdo a nuestras formaciones anteriores y según lo que aprendimos de los Órdenes del Amor y los vínculos dentro del Sistema Familiar, con el propósito de encontrar una solución. Primero mirábamos el problema y después buscábamos una solución. Esto fue de mucha bendición.

Caminando con el alma

Luego se manifestó que los representantes tenían una función más importante de lo que suponíamos en un principio. Se pudo observar que los representantes estaban en un contacto muy inmediato con un campo más amplio y pudieron desde allí traer a la luz algo, que iba más allá de lo que habíamos descubierto como Órdenes del Amor. Los representantes pudieron hacerlo, siguiendo un impulso que los ponía en movimiento. De pronto estábamos confrontados con situaciones nuevas y con movimientos nuevos. Estos movimientos muchas veces contradecían nuestros conceptos preconcebidos.

Algunos entonces sentían la necesidad de interrumpir tales movimientos, en vez de esperar y observar lo que se iba manifestando. Pasó cierto tiempo hasta que pude darme cuenta – estoy hablando de mí ahora – que si yo soporto la espera y me abro a lo que se muestra, llego a profundidades que superan de lejos cualquier psicoterapia. De pronto estoy en contacto con fuerzas del destino ante las cuales me siento impotente.

De pronto vemos, por ejemplo, que alguien es atraído fuertemente hacia la muerte. ¿Qué hacemos entonces? O alguien se siente culpable de la muerte de otro. ¿Con qué método aprendido de la psicoterapia podemos intervenir aquí? ¿O estamos llegando a un límite en nuestros intentos de ayuda donde el "no hacer", el "soltar" se hace imperante? En cuanto dejamos de actuar es cuando comienza la auténtica ayuda.

Una nueva fuerza toma la conducción. Yo me entrego a esa fuerza, y de repente encuentro ese saber – me doy cuenta si tengo que intervenir o no, si tengo que hacer algo, y en tal caso, qué es lo que tengo que hacer. Aún cuando en un momento parece absurdo. Pero yo voy con el movimiento, y entonces se muestra, se despliega algo, que de ninguna manera se podía prever.

Bueno, esto va más allá de la Terapia Familiar y más allá de toda terapia. Lo que comenzó con las Constelaciones Familiares se transforma ahora en un Caminar con el Alma. ¿Cuál alma? No con la propia, no con la del cliente, ni con la del representante, sino con el alma que actúa en todos al mismo tiempo.

Cuando llegamos a una sintonía con aquella alma, sentimos paz. Nos hemos detenido frente a lo inconmensurable y este inconmensurable se nos acerca en el resultado.

El caminar con el Espíritu

Pero, como sucede en la vida, todo fluye. Yo había pensado que el Caminar con el Alma (conocido como Movimientos del Alma) había sido la conclusión de estos descubrimientos. Pero no fue así.

De pronto me di cuenta que las experiencias que habíamos hecho con las Constelaciones Familiares y los Movimientos del Alma nos llevaban a un conocimiento que demandaba de nosotros un actuar, que excedía los fundamentos alcanzados hasta este momento.

Y ¿qué es lo nuevo ahora?

Más allá de las Constelaciones Familiares y los Movimientos del Alma yo ahora camino con el Espíritu. De pronto este trabajo se convierte en Filosofía Aplicada. En vez de llevar nuestra mirada hacia los sentimientos y a lo que percibimos a través de ellos, ahora entra el plano del Espíritu y demanda un actuar diferente al Caminar con el Alma.

Lo explico con un ejemplo. Un cliente tiene quejas sobre sus padres o se lamenta de los padecimientos sufridos en la infancia, todo lo malo que vivió. Al principio trabajábamos con la empatía, y teníamos la actitud: "Vamos a ver, cómo le podemos ayudar. Pero si pienso filosóficamente, desde el Espíritu, no existe nada malo.

Si detrás de todo actúa una potencia creativa, no existe nada que se le pueda oponer. Por lo tanto ahora miro la situación filosóficamente y exijo del cliente que también él mire su situación filosóficamente y que diga: "Sea como fuere lo que pasó... Gracias. Lo tomo como una fuerza. Yo tomo a estos padres, como los especiales, que me han dado esta fuerza especial, importante para mi vida". De pronto todo lo pasado se ilumina – se transforma en algo valioso.

¿Cómo actúa ahora el terapeuta? Bueno, ya no es terapeuta, ahora es un filósofo. El no siente lástima. Al contrario, él asiente a la realidad tal como es o como fue. Entonces se liberan potenciales, que van mucho más allá de la psicoterapia.

Enfoquemos a los padres. Desde el punto de vista filosófico toda pareja de padres es perfecta. Mirándolos con simple sentido común también vemos que aquello por lo que son padres, eso lo realizaron a la perfección, sin que falte nada. Por esa razón merecen el mayor respeto, por haber servido a la Vida de esta manera ... Por lo tanto, filosóficamente, como filósofo, yo tomo a estos padres como a Dios – sea lo que fuere su significado – dentro de mi corazón, sin distinción. En ese momento, súbitamente, me encuentro en otro nivel, donde el horizonte es el infinito.

Ahora voy a mostrar mi trabajo aquí, ante Vds. Y lo voy a hacer en la nueva modalidad – voy a caminar con el Espíritu. Ustedes tendrán la oportunidad de interiorizar este procedimiento y se darán cuenta hasta qué punto son capaces y están dispuestos para esta modalidad de trabajo.

No existe la perfección. Todo está en movimiento. Las Constelaciones Familiares como fueron y los Movimientos del Alma, todo es igualmente valioso. Todo pertenece al mismo movimiento. Aquél que tomó contacto con este trabajo y se abrió a él, reconoce y siente que tiene que crecer. A través de este trabajo somos llevados a crecer internamente. Y con esto nos damos cuenta que aquí no se trata solamente de sanación o resolución de problemas. Al final estamos hablando de la vida y su plenitud.

Lo que hacemos, sirve a la vida tal como ella, desde su esencia, quiere desarrollarse.

Los órdenes del Espíritu

Pregunta: ¿Qué es eso que tu denominas "Espíritu" y qué es "el filósofo"?

Cuando configuramos familias nos dejamos guiar por algo que se puede percibir. Desde la experiencia reconocemos distintos patrones dentro de los vínculos personales. Las Constelaciones Familiares tratan sobre vínculos. Allí observamos que los vínculos dependen de ciertos órdenes, como también el cuerpo, para permanecer sano, debe seguir ciertos órdenes. Aceptamos esos órdenes y nos comportamos de acuerdo con ellos.

Pero ¿de dónde provienen esos órdenes? ¿Del cuerpo? No. ¿Del Alma? Tampoco. Porque el alma también sigue diversos órdenes. Por lo tanto debe existir algo que es anterior a esos órdenes y los determina.

Luego existe el Espíritu, el Espíritu humano. Pero también éste sigue órdenes. Emanuel Kant, cuyo aniversario de muerte se conmemora en estos días, describió los Ordenes del Pensamiento.

Sólo podemos pensar dentro del marco de ciertos órdenes. Kant los denomina Categorías. Las categorías de Espacio y Tiempo nos son impuestas, tanto como las de Causa y Efecto. Sólo podemos pensar dentro de estas Categorías. También la Lógica sigue ciertos preceptos que están preestablecidos. Por lo tanto nuestro Espíritu, si bien supera a nuestra alma, debe seguir ciertos órdenes.

Por lo tanto debe existir algo que postula – mejor dicho: establece estos órdenes. Cuando miro al mundo filosóficamente, encuentro que todo está en movimiento. Todo es movimiento. Nada es firme. Por lo tanto detrás de todos estos movimientos debe existir un Movimiento Primordial, que mantiene en movimiento a todo lo demás y lo condiciona. Esa es la Fuerza Creativa Primordial. Creativo significa siempre que algo está en movimiento. Lo estático no puede ser creativo, solamente algo que está en movimiento es creativo. Esa Fuerza Primordial es la que determina los órdenes.

Ahora sucede algo extraño. Cuando miramos los Movimientos del Alma, observamos de pronto que se muestra un desorden, un desorden en el sentido de cómo hasta ahora comprendíamos los órdenes. En los Movimientos del Alma sucede de repente algo creativo que produce un nuevo orden.

Cuando acompañamos este Movimiento del Alma nos ponemos de pronto en contacto con este Espíritu y nos movemos con los Movimientos del Espíritu. Eso sería lo importante ahora.

La filosofía, esa era la otra pregunta, por supuesto yo no me refiero aquí a aquella filosofía como está enquistada en algunas cabezas hoy en día. Yo miro hacia la filosofía en su sentido original. ¿Qué hacían los antiguos filósofos? Ellos se independizaron de los conceptos que estaban en boga en su época, de los miedos, mitos, creencias y miraron al mundo como es – sin prejuicios y sobre todo sin miedo.

Así obtuvieron nuevos conocimientos, pero esos conocimientos no eran abstractos, sino que estaban dirigidos hacia la acción, hacia la realización, basándose en esos nuevos conocimientos. Por eso los nuevos conocimientos se afianzaban con los efectos que producían. Un conocimiento es vacío si no lleva a la acción y es probado en ella. La filosofía en su origen era plena y estaba totalmente al servicio de la vida.

Tomemos por ejemplo a Heráclito, uno de los grandes. Él pronuncia frases simples con amplios efectos, si los sabemos comprender. Por ejemplo la frase: "Todo fluye", lo que esto puede significar lo expliqué anteriormente al ver cómo se desarrollaron las Constelaciones Familiares. O veamos la frase: "Nadie entra dos veces en el mismo río", por ejemplo, la podemos aplicar diciendo: Nadie hace dos veces la misma Constelación. Eso no existe. Eso significa que todo lo que aprendimos sobre las Constelaciones Familiares en un caso específico, sirve poco, porque el río que se contempló hace un rato y que se guarda en la memoria ya fluyó hacia otros parajes. De esta frase simple y de su comprensión se derivan extensas conclusiones.

A este lugar corresponde también la frase irritante: "La guerra es la madre de todas las cosas". Sin guerra no hay progreso. Esto anula muchos de nuestros conceptos, por ej. nuestra idea sobre Dios y sobre nuestros propósitos sublimes de salvar al mundo.

Cuando nos damos cuenta que esta frase también es una indicación para el actuar, nosotros nos comportaremos de distinta manera. Por ejemplo, cuando nos critican - agradecemos la crítica y no nos justificamos.

Al comienzo trabajábamos con las Constelaciones Familiares y los nuevos conocimientos que surgían a través de ellas, sin pensar mucho en las derivaciones que de ellos surgían. Pero las experiencias recogidas durante las Constelaciones nos mostraron que el mundo es diferente de cómo lo habíamos imaginado. Con las Constelaciones se descubrió que todo sistema tiene una instancia directriz que engloba a todos los participantes. No importa el nombre que se le de: conciencia común, alma común o campo mórfico. En cuanto nos dimos cuenta de esto tuvimos que pensar de otra manera, por ejemplo sobre la conciencia y por consiguiente también tuvimos que actuar de manera diferente.

¿Qué significan estos nuevos conocimientos para nuestro actuar renovado?

De pronto se muestra algo que al comienzo de este Seminario se mencionó en el enunciado del tema en forma sucinta: "Ayudar y Soltar" La pregunta es entonces: ¿Qué debemos soltar cuando ayudamos? Pues cuando pienso filosóficamente y realmente veo que todo está dirigido por una fuerza mayor, en presencia de esta fuerza no existen los buenos o los malos. Esta distinción se diluye. Entonces, la ayuda es exitosa cuando dejo ir todos los juicios, los abandono por comprensión filosófica.

Cuando un cliente dice: "fui violado" o "soy víctima de abuso", algo se moviliza dentro de nosotros. Tomamos partido. Entonces no podemos ayudar. Pero si me muevo con el Espíritu, entonces veo a los perpetradores en un mismo nivel que a las supuestas víctimas. Los veo como seres humanos de igual condición, de origen distinto, con implicaciones distintas, pero con el mismo derecho.

Entonces, si en el momento en que escucho algo, me retiro un poco y le doy a cada uno de los actores un lugar en mi corazón, entonces estoy vinculado al Espíritu y recibo de él la comprensión y la fuerza que llevan hacia delante.

Actualmente, cuando el trabajo de Constelaciones Familiares es atacado, es atacado por aquellos que hacen la diferencia entre víctimas y perpetradores, que quieren que se persigan a los últimos, convirtiéndose en asesinos en su alma. Estos ataques no son tan fáciles de aguantar.

Pero si amplío esta comprensión adquirida también a ellos, también a ellos les doy un lugar en mi corazón – también ellos están en el Espíritu. Lo que hago a partir de esto, esto es caminar en el Espíritu.

Allí reside el futuro. Esto lleva a la reconciliación. Y esto sirve a la vida y al progreso de la vida.

Tengo una pregunta más: ¿cuando mi alma sufre bajo los Ordenes del Espíritu, a quién debo hacerle caso, al alma o al Espíritu?

La Reconciliación en el Espíritu

Voy a hacer una pequeña meditación. Pueden cerrar los ojos. Concéntrense primero. Cuando el alma sufre, dónde la sentimos en el cuerpo? Nos dejamos llevar por el sufrimiento del alma hacia el lugar en nuestro cuerpo que también sufre. Entonces con el alma nos metemos en ese lugar del cuerpo, nos fusionamos con él y tratamos de sentir e indagar, hacia dónde se dirige la mirada. Quizás hacia una persona a quien he dañado, o hacia una persona que fue excluida o también puede ser una persona con la cual estoy enfadada/o.

Entonces en el Espíritu miramos a la persona con amor - esperamos lo que esta persona o esta situación nos brinda como una dádiva, un regalo... y lo incorporamos en nuestro cuerpo y en nuestra alma.

Bien, algo más sobre el Espíritu. El Espíritu es liviano. El que camina en el Espíritu es ágil; no agrega mucho peso a la tierra. Y apesadumbra al cliente sólo un poco. Y es feliz ante la realidad tal cual es. En definitiva, el andar en el Espíritu lo facilita todo.

Traducido por Ruth Junker