

## WIR GEHEN NACH VORNE

Bert Hellinger

Copyright © 2002, by Bert Hellinger

## CONSTELAȚII FAMILIALE PENTRU CUPLURI

ADEVĂRATELE CAUZE ALE CRIZELOR CONJUGALE  
ȘI SOLUȚII PENTRU DEPĂȘIREA LOR

Bert Hellinger

ISBN 978-606-8560-83-0

© 2019 – Editura PHILOBIA

internet: [www.philobia.com](http://www.philobia.com)  
e-mail: [contact@philobia.com](mailto:contact@philobia.com)

*Editor:* Bianca Biagini

*Traducere:* Cristina Livia Vasilescu

*Redactor:* Oana Tăranu

*DTP:* Petronella Andrei

*Copertă:* Cătălin Furtuna

*Imagine copertă:* © Freepik

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României  
**HELLINGER, BERT**

Constelații familiale pentru cupluri. Adevăratale cauze ale crizelor conjugale și soluții pentru depășirea lor / Bert Hellinger;  
trad. de Cristina Livia Vasilescu. - București : Philobia, 2019

ISBN 978-606-8560-83-0

I. Vasilescu, Cristina Livia (trad.)

159.9

BERT HELLINGER

# CONSTELAȚII FAMILIALE PENTRU CUPLURI

ADEVĂRATELE CAUZE ALE  
CRIZELOR CONJUGALE ȘI SOLUȚII  
PENTRU DEPĂȘIREA LOR

Traducere de  
Cristina Livia Vasilescu

philobia

## Cuprins

<b>INTRODUCERE</b> .....	9
<b>MULTUMIRI</b> .....	13
<b>PRIMA ZI</b> .....	15
Relația de cuplu .....	15
Să fii angajat într-o relație.....	15
Moartea .....	16
Atașamentul .....	16
Arno și Uschi: <i>Te rețin cu dragoste</i> .....	17
Bernd și Barbara: <i>Poți avea încredere în mine</i> .....	32
Johann și Ulrika: <i>Lucrurile continuă bine</i> .....	44
Walter și Maria: <i>El este soțul meu, iar ei sunt copiii mei</i> .....	54
Stephan și Karin: <i>Despărțirea</i> .....	72
Renunțarea.....	77
Cum să intrăm în rezonanță.....	78
Ordinea priorității.....	78
Fiul tatălui și fiica mamei .....	79
Dieter și Gertrud: <i>Acum, rămân!</i> .....	80
<b>ZIUA A DOUA</b> .....	95
Ordinea priorității în interiorul sistemelor și între sisteme .....	95
Ce poate să stă actualul partener despre fostul partener? .....	97
Copilul ilegitim ținut ascuns.....	97

Armin și Kristine: <i>Trecutul</i> .....	99
Avorturile .....	111
Consecințele .....	111
Soluția .....	111
Dragostea .....	112
Pacea .....	113
Secretul .....	113
Confesiunea .....	113
Relațiile ulterioare .....	114
Atașamentul și dragostea .....	114
Hans și Elke: <i>Să aducem un omagiu părinților</i> .....	115
Când ne oprim? .....	124
Lienhard și Franziska: <i>Consideră-mă soția ta!</i> .....	125
Karl și Annette: <i>Sprijinul vine de la tăți</i> .....	140
Rainer și Karin: <i>Proximitate și distanță</i> .....	153
Întrebări .....	168
Să lăsăm frazele soluție să-și facă efectul .....	168
Când frații și surorile își dispută locul părinților .....	168
Să salvăm demnitatea părinților .....	169
Purificarea .....	170
Comportamentul ascultă de suflet .....	170
La care dintre părinți trebuie să meargă copiii? .....	171
Cum să acționăm aparent rapid .....	172
La același nivel și cu valoare egală .....	173
Schimbul .....	174
Tată vitreg și fiu vitreg .....	174
Adopția de către tatăl vitreg .....	175
Respectul .....	176
Dublul transfer .....	177
Lucian și Carola: <i>Eu rămân copilul</i> .....	177
Să luăm și să eliberăm .....	184
Tom și Henny: <i>Răzbunarea</i> .....	185
Joachim și Cordula: <i>Mergem înainte</i> .....	186

Rolf și Margrit: <i>Pericolul</i> .....	189
Bert și Marianne: <i>Să te ocupi de un copil care are o deficiență</i> .....	201
Durerea despărțirii .....	204
Capitalul de pornire .....	204
Când partenera tatălui s-a sinucis .....	205
Cuplurile homosexuale .....	205
Când tatăl s-a sinucis .....	206
Gerhard și Joséphine: <i>Dragostea</i> .....	206
Copilul are nevoie de ambii părinți .....	216
Un fiu ilegitim .....	216
<b>ZIUA A TREIA</b> .....	217
Dreptul la custodia comună .....	217
Să ne respectăm sufletul .....	218
Peter și Elisabeth: <i>Mulțumesc!</i> .....	219
Prudența .....	231
Avortul .....	232
Întreruperea .....	232
Fiabilitatea constelațiilor .....	232
Peter și Marleen: <i>Oare vrem acest lucru?</i> .....	232
Un frate sau o soră care suferă de un handicap .....	251
Jürgen și Hilke: <i>Consecințele</i> .....	252
Berthold și Inès: <i>Eu am cinci copii</i> .....	269
Peter și Gunda: <i>Acum este bine</i> .....	280
Cercul .....	306
<b>CONCLUZIE</b> .....	309
Reconcilierea .....	309
Constelațiile .....	309
Nivelurile .....	310
Drumul .....	310

## Prima zi

### Relația de cuplu

HELLINGER: Bine ați venit la acest seminar despre „Biruința dragostei”. În să mulțumesc pentru invitația amabilă, pentru cuvintele rostite în introducere, la fel și pentru remarcabila organizare.

Voi începe cu câteva observații generale referitoare la relația de cuplu.

### Să fii angajat într-o relație

Nu ne prea place să recunoaștem, dar relația de cuplu este cel mai important lucru pentru noi. Ea ne afectează în profunzime, fiind un mod de viață elementar, care îl depășește cu mult pe individ. Ne spunem atunci: „Bun, am găsit un partener, ne iubim acum și de aici încolo vom fi fericiți”. Dar, în timp ce ne gândim la toate acestea, suntem cuprinși de o mare forță care, de-a lungul vieții, pune stăpânire pe noi într-un mod foarte profund și ne face extrem de fericiți sau de nefericiți. Această relație ne ajută să evoluăm și, în același timp, ne ucide. Pe parcursul evoluției, ne depăşim îndreptându-ne către un țel mai înalt. La fel se întâmplă și în relația de cuplu. Situațiile pe care le resimțim drept probleme sau drept crize fac parte din acest proces.

Formarea unui cuplu nu înseamnă doar întâlnirea dintre un bărbat și o femeie. Relația celor doi presupune, de asemenea, uniunea a două familii, a două clanuri, cu istoria, cu destinele, cu poverile și resursele particulare pe care le posedă ele și cu diversele lor valori. Dificultatea constă în faptul că fiecare dintre parteneri consideră că familia lui și principiile acesteia reprezintă adevărul și justețea. Și cum fiecare crede acest lucru, se produce un conflict, pentru că cele două familii sunt totuși diferite. Valorile uneia și ale celeilalte sunt valabile, deși distințe. Și de aici începe primul proces al morții.

În relația de cuplu, fiecare abandonează ceva provenind de la familia lui, valori pe care le-a acceptat până atunci, și renunță la unele obiceiuri, opinii și dorințe ale sale. La începutul unei relații, conflictele sunt provocate de faptul că fiecare crede că tot ceea ce aduce cu sine trebuie să aibă câștig de cauză în detrimentul celuilalt, ca și cum sistemul lui de valori ar fi cel adevărat și just. Dar nu este cazul. Ambele sisteme sunt valabile și valoarea lor este egală. Așadar, prin conștientizare, prin recunoașterea și acceptarea diferențelor multiple, trebuie găsită o cale comună. În felul acesta, devenim mai calmi. Renunțăm însă la anumite lucruri sau, ca să spunem așa, anumite lucruri se sting în sufletul nostru. Trecem peste ele în favoarea unor experiențe noi.

## Atașamentul

Mai există, de asemenea, un alt element, adesea necunoscut, de care trebuie să ținem cont în relația de cuplu. Atunci când se iubesc și fac dragoste, partenerii unui cuplu nu mai sunt liberi. Ei rămân toată viață atașați unul de altul. Una dintre cele mai mari greșeli legate de relația de cuplu este să credem că încă mai suntem liberi după ce am făcut dragoste. În realitate, această libertate a luat sfârșit. Nu mai deținem controlul, este ceva presta-

bilit care face parte din ideea de „a fi angajat”. Veți constata, prin intermediul travaliului pe care îl vom efectua în cadrul semințierului de față, cât de profund este acest atașament.

Atât pentru partea introductivă. Voi începe acum să lucrez cu diferite cupluri. După aceea, veți putea pune întrebări, iar eu vă voi explica modul meu de a proceda și fundamentele sale.

## Arno și Uschi: Te rețin cu dragoste

HELLINGER către primul cuplu: Pot începe cu voi? Mai aveți curaj după această introducere?

USCHI: Curaj, da, dar și teamă.

HELLINGER: Despre ce este vorba?

USCHI: Este vorba despre familia noastră actuală. Cred că există câteva lucruri neclare. De exemplu, purtăm amândoi numele meu de familie.

HELLINGER: Sigur că da, este un prim mare obstacol. *Râde*.

USCHI: Da, bineînțeles.

HELLINGER: Bun, un alt secret al relației de cuplu: cel care câștigă a pierdut.

USCHI: De fapt, nu prea am sentimentul că aş fi triumfat. Cred că păstrăm ceva adus din ambele noastre familii. Aceasta este sentimentul meu.

HELLINGER: Vom vedea. Vom fi foarte atenți să descoperim acel ceva.

USCHI: Independent de familia actuală, îmi doresc să stabilesc care este locul familiei mele de origine, deoarece cred că există anumite lucruri nerezolvate pentru mine.

HELLINGER: Privindu-te, îmi dau seama că aşa stau lucrurile. Se observă acest lucru.

USCHI: Da, cel care este capabil să vadă le poate descoperi. Eu nu le pot vedea. Dar cred că cine dă dovedă de intuiție și de abilitățile necesare le poate sesiza.

HELLINGER: Toată lumea le poate vedea.

Către soț: Vrei să spui și tu ceva?

ARNO: Da, vreau. Cred că este vorba, în primul rând, despre competiția dintre noi, despre cine conduce și cine ascultă. Sunt niște lucruri neclare în această privință și multe altele se află în opoziție. Desigur, în viața de zi cu zi, asta reprezintă o mare problemă. Cred că ar fi interesant să punem lucrurile în ordine.

HELLINGER: Da, într-adevăr. Fundamentul relației de cuplu este echilibrul. Relația de cuplu reușește doar atunci când echilibrul este asigurat. Atunci când unul dintre parteneri domină, dragostea are de suferit. Aveți copii?

USCHI: Da, avem doi copii.

HELLINGER: Ce vârstă au?

USCHI: Unul are aproape trei ani, iar celălalt aproape cinci ani.

HELLINGER: A fost vreunul dintre voi implicat într-o relație importantă înainte?

USCHI: Da, eu am fost implicată într-o relație de cuplu, dar nu am fost căsătorită. Au existat relații importante, mai serioase, dar nu o căsătorie și nici copii.

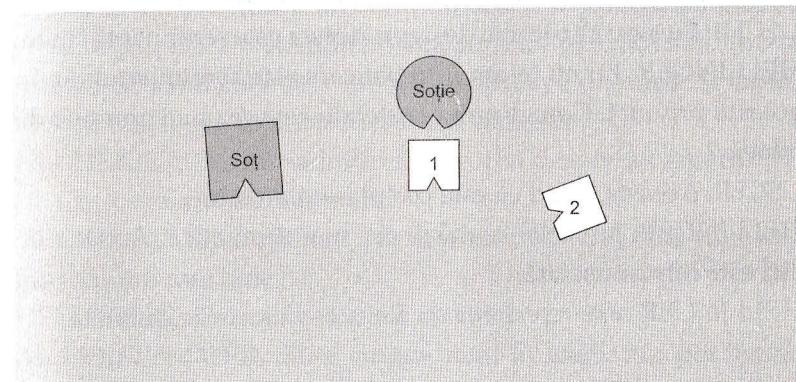
HELLINGER: În regulă. Să începem! Vom plasa soțul, soția și cei doi copii.

Către Arno: Începem cu soțul? Ai mai participat vreodată la o constelație familială? Știi cum se procedeză? Bine. Să alegem câte un reprezentant pentru fiecare: cineva pentru tine, altcineva pentru soția ta și pentru fiecare dintre copii. Poți alege de oriunde, fă-o rapid! Nu are importanță pe cine alegi.

HELLINGER după ce Arno a ales: Acum îți explic cum procedăm. Îl iei pe fiecare de umeri, cu ambele mâini, și îl conduci într-un loc, exact aşa cum îți dictează inima. Faci asta rămânând focusat, fără să te gândești la ceea ce vrei. Îl plasezi în relație unii cu alții. Apoi vom vedea.

Către reprezentanți: Voi nu spuneți nimic. Nu faceți altceva decât să vă lăsați plasați, acordând atenție sentimentului vostru interior, în timp ce Arno vă conduce.

### Constelația 1a



Legendă:

Soț (=Arno)

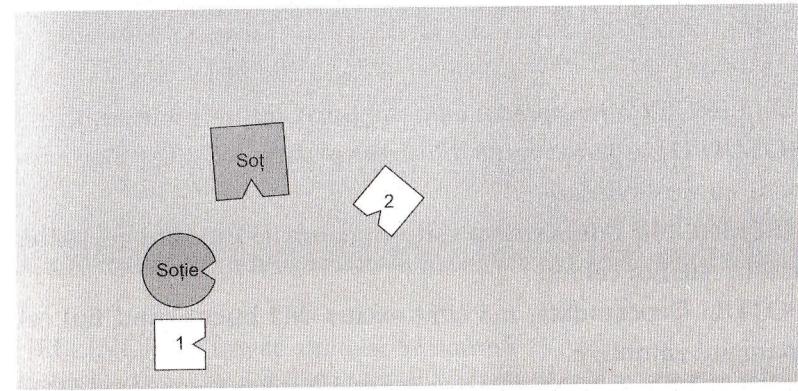
Soție (=Uschi)

1 – Primul copil, un fiu

2 – Al doilea copil, un fiu

HELLINGER către Uschi: Cum i-ar plasa soția? Haide, fă-o!

### Constelația 1b



**HELLINGER către Uschi:** Care dintre cele două poziționări ale membrilor familiei este cea mai aproape de adevăr?

**USCHI:** Eu simt că ultima, desigur. Acesta este sentimentul meu.

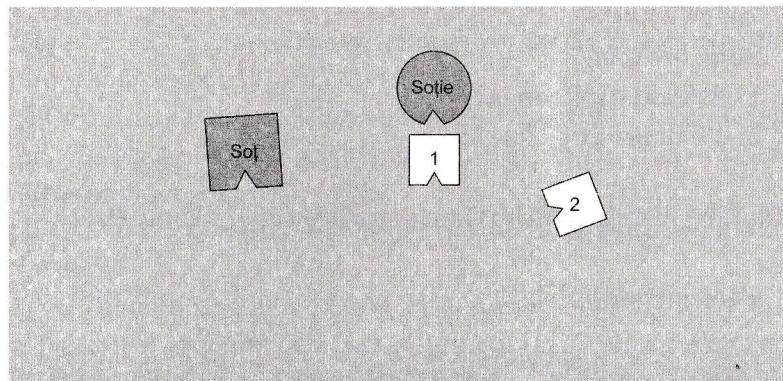
**HELLINGER:** Eu nu te-am întrebat care este sentimentul tău în această privință. Care dintre constelații este cea mai aproape de adevăr?

**USCHI:** Aceasta. Cred că este cea plasată de mine.

**HELLINGER:** Nu, este cealaltă, cea mai dramatică. Aceasta de aici este înfrumusețată.

**HELLINGER către reprezentanți:** Reluați-vă locurile dinainte.

### Constelația 2



**HELLINGER către reprezentantul soțului:** Cum se simte soțul?

**SOTUL:** Da, este în regulă. Nu-i pot pласa efectiv. Uit foarte repede cine este fiecare.

**HELLINGER:** Bun, aceasta este soția, acesta este fiul cel mare, acesta este fiul cel mic.

**SOTUL:** Deocamdată, mă simt exclus. Mă bucur când fiul cel mare îmi zâmbește.

**HELLINGER:** Cum se simte soția?

**SOTIA:** Mi se pare că nu am aer. Fiul cel mare este prea aproape de mine, dar nu simt o amenințare. Când îl privesc pe mezin, devin tristă. Nu am sentimentul că sunt fiii mei. Mă simt foarte izolată, deși fiul cel mare este foarte aproape de mine. Și faptul că sunt căsătorită cu acest bărbat mă uimește.

**HELLINGER:** Da, într-adevăr. Este vorba despre un sistem dificil. Cum se simte fiul cel mare?

**PRIMUL COPIIL:** Deși sunt punctul central, totuși mă simt singur. Nu îmi este bine.

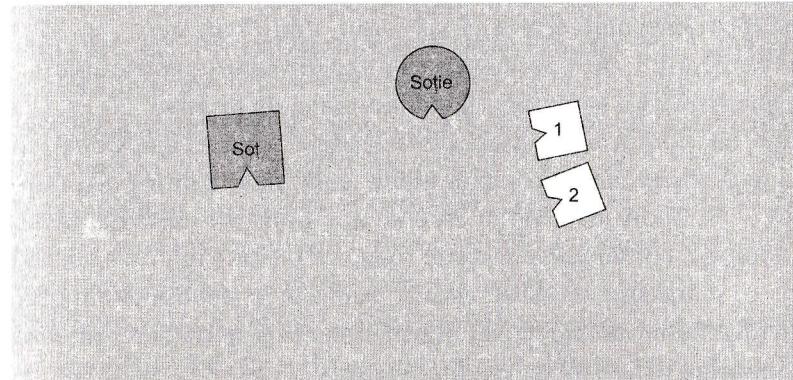
**HELLINGER:** Cum se simte fiul cel mic?

**AL DOILEA COPIIL:** Sunt singur, sunt în afară. Nu pot spune mai mult în această privință.

**HELLINGER către grup:** Privind constelația, aş zice că fiul cel mare este plasat în acel loc pentru a-și împiedica mama să plece. El îi blochează drumul să nu plece.

**Către fiul cel mare:** Acum te plasez în lateral.

### Constelația 3



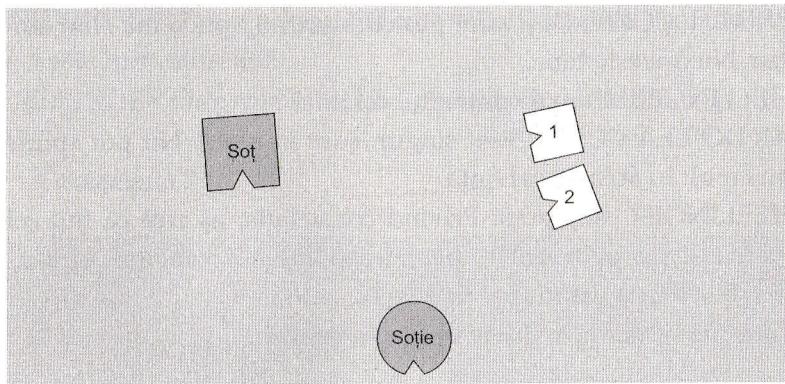
**HELLINGER:** Cum se simte soția acum?

**SOTIA:** Ceva mă sufocă. Simt că mă aflu într-o deplină izolare, există și mai puțin contact decât înainte. Mai aveam un oarecare

contact cu fiul meu cel mic. Cu el interacționam cel mai mult. Respect pentru oameni și cărti  
Acum însă sunt complet singură.

Hellinger îi cere soției să înainteze.

#### Constelația 4



HELLINGER: Cum este acum?

**SOTIA:** Este mai bine. Aici, cel puțin, simt că am aer.

HELLINGER: Bun, soția vrea să plece. Întrebarea este: unde?

*Către Uschi:* Ce s-a întâmplat în familia ta de origine?

USCHI: Sunt foarte atașată de tatăl meu. La nivel emoțional, cu el aveam cea mai apropiată relație. Tatăl meu a murit acum un an. Gândindu-mă bine la ceea ce am simțit în ultimele săptămâni, am convingerea că tatăl meu era o persoană care voia să plece și am vrut să fac eu asta în locul lui. Și trebuie să am grija să nu o fac cu adevărat. Mă rog, mă refer la o plecare într-un sens mai dramatic.

HELLINGER, *în timp ce câteva persoane din public își manifestă dificultatea de a audii:* Vorbește mai clar.

USCHI: Mai încerc o dată. Am convingerea că, în familia mea de origine, tatăl meu voia să plece. Făcea aluzii de genul: „Pot foar-

te bine să folosesc o funie”. Amenința că se sinucide și eu, copil fiind, mă temeam că o va face cu adevărat. Când eram mică, voi am să plec în locul lui. La fel simt și acum. Tata a murit în urmă cu un an și, din câte se pare, există pericolul ca eu să vreau să-l urmez acum. Iată cu ce asociiez eu această „voință de a pleca”.

HELLINGER: A murit cineva în familie, de Tânăr, de exemplu?

USCHI: În familia tatălui meu au existat multe persoane care au murit de tinere.

HELLINGER: Cine?

USCHI: Bunicul meu, la 49 de ani, cred. Unchiul, fratele tatălui meu, la 45 de ani. Mătușa mea a suferit de anorexie la 40 de ani. Cred că s-a vindecat. Bunica a decedat la 68 de ani. Nu a decedat de Tânără, dar a fost destul de devreme. Nu pot spune nimic despre cei dinainte.

ARNO: Și fratele tatălui tău a murit de Tânăr!

HELLINGER: Au existat și copii morți?

USCHI: Nu, din câte știu eu. În neamul bunicului meu? Nu, nu știu.

HELLINGER: Au existat decese în rândul fraților tăi? Cât frați și câte surori ai?

USCHI: Am două surori, ambele sunt în viață. Soțul surorii mele mai mari a decedat la 35 de ani.

HELLINGER: Acest aspect este important pentru lucrurile de care ne ocupăm noi. Vreunul dintre părinții sau dintre bunicii tăi a fost implicat într-o relație de cuplu înainte?

USCHI: Nu, eu nu știu să fi fost. Ceea ce știu este că, în perioada în care mama l-a cunoscut sau îl cunoștea deja pe tata, a întâlnit un alt bărbat, ceea ce a pus în pericol relația cu tatăl meu. Dar n-au existat urmări, din motive de distanțe geografice. Știu că mama a povestit aceste lucruri și că, pentru ea, a fost o situație care a afectat-o mult. Este singurul lucru pe care îl știu despre

părinții mei legat de un alt partener sau de un potențial partener care ar fi putut influența relația lor. În afară de asta, nu știu nimic despre vreun alt bărbat sau despre vreo altă femeie care să fi jucat un rol semnificativ.

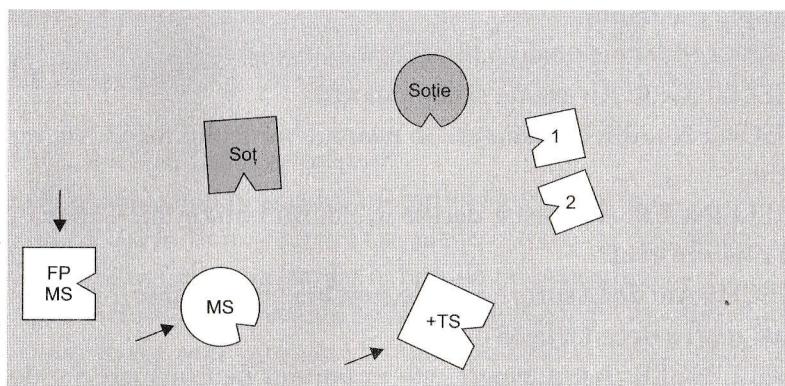
HELLINGER: Cred că ar trebui să-l plasăm pe acel bărbat. Alege pe cineva și plasează-l.

USCHI: Pe potențialul partener al mamei mele?

HELLINGER: Da, cel la care mama ta încă ținea. Adaugă-i pe tatăl și pe mama ta.

*În timp ce soția plasează, Hellinger o conduce pe reprezentanta soției către locul inițial.*

#### Constelația 5



Legendă:

+TS – Tatăl soției, decedat

MS – Mama soției

FPMS – Fostul partener al mamei soției

HELLINGER către Uschi: Ai fost anorexică?

USCHI: Într-adevăr, am avut o astfel de tendință, dar n-am fost niciodată cu adevărat anorexică. Cred că sunt o persoană care

tinde să slăbească. Tot ce este stresant acționează asupra stomacului meu și atunci mi se întâmplă să slăbesc. Lucrul acesta mă afectează, dar nu într-atât încât să devină o problemă existențială.

După cereri din public de a vorbi mai tare: Spun că reacția mea la stres este că nu mai pot mâncă. Și că această tendință nu a fost niciodată atât de mare încât să devină o problemă vitală sau să-mi dea sentimentul că ar trebui să consult un medic. Nu a fost niciodată o amenințare. Nu am simțit-o în felul acesta.

HELLINGER: Dar tendința este prezentă. Ce s-a schimbat în ceea ce o privește pe soție?

SOTIA: În timp ce stăteam aici, pe margine, și familia a sosit, am avut sentimentul că mă vor dărâma. Înainte n-am conștientizat faptul că acolo există o prăpastie. Acum am senzația că aerul îmi lipsește și mai mult, mai ales dinspre partea stângă. Este ca și cum partea stângă a gâtului meu ar deveni mai groasă. Pentru mine, este și mai neplăcut ca înainte.

HELLINGER: Cum se simte mama?

MAMA SOTIEI: Cel mai bine pentru mine a fost atunci când fiica stătea acolo, în față. Când ea a plecat, l-am văzut un pic pe soțul meu. De când a venit celălalt bărbat, mă simt în permanență trasă înapoi.

HELLINGER către Uschi: Imaginea pe care o am eu este că tu îi spui mamei tale: prefer să plec.

USCHI: Este posibil.

HELLINGER: Treaba asta are vreun înțeles pentru tine?

USCHI: Da, are.

HELLINGER către Uschi: În regulă, aşază-te. Cum se simte tatăl?

TATĂL SOTIEI: Am un gol în stomac și mă simt foarte slabit de când sunt aici. Genunchii îmi tremură ușor, ca și cum n-aș avea putere. Mă simt ca într-un vid, aşa cum te simți, de exemplu, după un zbor: îmi tremură picioarele, pe care le simt foarte grele, și am un gol în stomac.