

LBRIS

We know
books

ANERKENNEN, WAS IST

Bert Hellinger, Gabriele ten Hövel

© 1996, Kösel-Verlag, München
www.hellinger.com

SĂ ACCEPTĂM CEEA CE ESTE

Bert Hellinger, Gabriele ten Hövel

© 2024 – Editura PHILOBIA

ISBN: 978-630-6614-32-5

internet: www.philobia.com
e-mail: contact@philobia.com

Editor: Bianca Biagini
Traducător: Dorina Oprea
Redactare: Bianca Biagini
Corectură: Oana Țăranu
DTP & Copertă: Cătălin Furtună

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României
HELLINGER, BERT

Să acceptăm ceea ce este / Bert Hellinger, Gabriele ten Hövel ;
trad. din lb. germană de Dorina Oprea. – București : Philobia, 2024
ISBN 978-630-6614-32-5

I. Ten Hövel, Gabriele
II. Oprea, Dorina (trad.)

159.9

Bert Hellinger
Gabriele ten Hövel

SĂ ACCEPTĂM CEE A CE ESTE

Bert Hellinger despre
moștenirea transgenerațională,
suferință, boală, ordine,
vindecare și iubire

Traducere de Dorina Oprea

philobia

Cuprins

Cuvânt-înainte	7
E mai ușor să suferi decât să îți rezolvi problema	11
Constelațiile familiale 13 • O nouă perspectivă 18 • Binecuvântarea tatălui 18 • Rezolvarea 23 • Boala în cadrul familiei 24 • Presupuneri și consecințele 26 • Răufăcătorii și victimele 30	
Mă înclin în fața a ceea ce este. Psihoterapia fenomenologică	33
Observarea fără o intenție anume 33 • Iubirea 34 • Întregul 35 • Efectele 36 • Contrariile 36 • Libertatea 38 • Credința în umanitate 39	
Fiecare dintre noi suntem încurcați în felul nostru	40
Rolul conștiinței 40 • Vinovăția și nevinovăția 40 • Binele 43 • Conștiința și supraeul 44 • Conștiința și echilibrul 45 • Dumnezeu cel drept 47 • Iubirea și echilibrul 47	
Un partener care e prea bun ca să fie rău poate distruge o relație ...	49
Echilibru, iubire și răzbunare 49 • Limitele compensării 51 • Misterul 54	
Dacă ești împăcat cu tine însuți, nu simți nevoia să te lupți	55
Chemarea 55 • Simplitatea 56 • Susținerea 57	
Măreția stă în lucrurile simple	59
Meditația și căile spirituale 59 • Latura ezoterică 61 • Spiritualitatea 64	
Evoluția este însoțită de sentimentul de vinovăție	66
Loialitate și revoltă 66	
Ființa este mereu prezentă, chiar și dincolo de viață	70
Moartea 70 • Cerul și pământul 73	
Cum intrăm în contact cu măreția sufletului	75
Felul în care funcționează soluțiile 75 • Profunzimea 76 • Spațiul 76 • Distanța 80 • Centrarea 82	

Ordinea este descoperită	86
Experiență, libertate și ideologie 86 • Dreptul de a aparține 86 •	
Dreptul la propriul destin 88 • Ierarhia 88	
Te poți baza pe iubire	90
Terapie și familie 90 • Întreruperea mișcării către persoana	
iubită 95 • Cerințele morale 98	
Triumful înseamnă renunțarea la succes	99
Diferențierea sentimentelor 99 • Invidia 99 • Furia 100 • Ura 102 •	
Frica 102 • Depresia 104 • A accepta și a lua 106 • Suferința 107	
Atotștiutorii refuză cunoașterea	110
Cunoaștere și conștientizare 110 • Autoritatea 113 •	
Înrădăcinarea 113	
Păcatele au și efecte pozitive	115
Latura subversivă a ordinii 115 • Loialitatea 116 • Avortul 118	
Un psihocapitalism de cea mai joasă speță	120
Realizarea sinelui, legătura și împlinirea 120 • Putere și	
slăbiciune 122	
Copiii aparțin părinților lor	126
Adopția și incestul 126	
Sexualitatea este mai mare decât iubirea	135
Dragoste, violență și legături 135 • Moartea 135 • Violența 136 •	
Legăturile 139 • Impulsurile 140 • Păcatele 142	
Indignarea nu duce la nimic bun	146
Despre politică și implicare 146 • Indignarea 147 • Smerenia 150 •	
Ideea de a servi 152	
Renunț să mai sper la o lume mai bună	155
Iluzia de putere personală 155 • Vinovăția 157	
Fericirea ține de suflet	159
Sufletul nu se supune legilor care sunt la modă pe moment	163
Bărbații și femeile 163 • Femeile au prioritate 163 • Respectul 166 •	
Dubla dislocare 167 • Sufletul 169	
Am grijă de generațiile viitoare	174
Implicare și echilibru 174 • Pierderile 174 • Răsturnările de	
situație 177 • Ordinea sufletelor și moralitatea 179	

Cuvânt-înainte

Bert Hellinger m-a zguduit, mi-a scuturat din temelii convingerile și a reușit să-mi ajungă la suflet. M-am trezit că reacționez indignată la scrierile și la cuvintele lui, după care am devenit din ce în ce mai curioasă. La prima vedere, multe dintre ideile sale mi se păreau extrem de familiare: „Momentul în care devii mamă este foarte, foarte important.“ Pentru numele lui Dumnezeu! „Onorează-ți tatăl și mama!“ Sună destul de catolic, nu? „Nu-ți critica părinții, acceptă-i așa cum sunt!“ Dar mi-au făcut niște lucruri îngrozitoare... „Femeia trebuie să își urmeze bărbatul.“ Crezi că e bine?

Da. Consider că activitatea terapeutică a lui Bert Hellinger este pur și simplu fascinantă. L-am urmărit timp de trei zile și am văzut cum lucra, în fața a 400 de persoane, unele suferind de boli grave. Într-o primă fază, interacțiunile erau tipice vieții de zi cu zi, emoționante și captivante. După aceea, treptat și imperceptibil, noi, cei care observăm, am trecut de la un statut neutru la dramele „familiale“, povestea fiecărui participant începând să se facă auzită. Evenimente care la prima vedere păreau lipsite de importanță au căpătat brusc relevanță: „Da... de fapt, am o soră vitregă...“ Îmi aduc aminte cum lacrimile au început să curgă râuri în momentul în care unul dintre participanți a ingenuncheat în fața mamei lui: „Vaaaai, despre asta era vorba?“ La finalul serii, mi-am dat seama că sunt pur și simplu epuizată. Cum de era posibil așa ceva, în condițiile în care nu făcusem altceva decât să mă uit?

Cum de era posibil ca acele cuvinte pioase să capete brusc însemnătate în activitatea terapeutică? Ce semnifica faptul că trebuie să ai o atitudine smerită în fața părinților tăi sau să ceri binecuvântarea tatălui? Era adevărat că o scuză poate fi considerată „inadecvată”? Putem oare să respingem iertarea, doar pentru că are, într-o anumită măsură, o conotație de aroganță? Ce îl ghida pe acest om în activitatea lui de terapeut și cum reușea să ajungă la acele puncte oarbe din gândirea noastră încadrată în zona de confort? Cum putea:

- să caute iubirea în cazurile de incest?
- să considere că sentimentul de vinovăție din perioada nazistă era ceva inevitabil (în sensul că oamenii respectivi știau că ar fi putut lupta pentru ceea ce era corect)?
- să creadă că indignarea este forța din spatele violenței (esențială însă în lupta împotriva nedreptăților)?
- să aducă în discuție respectul față de bărbați în problemele legate de emanciparea femeilor? (Cum să respecti bărbații dată fiind lipsa de respect cu care ei au tratat femeile?)
- să vadă vinovăția resimțită de părinții care au adoptat copii? (Adopția este un lucru bun și în mod cert benefic la nivel social.)
- să ajungă la concluzia că legăturile familiale sunt o sursă de libertate? (Este extrem de important ca, practic, copiii să se separe de părinții lor.)
- să caute împăcarea cu propria soartă (în condițiile în care noi suntem responsabili asupra propriilor vieți).

Toate aceste întrebări, dar și altele, îmi tot treceau prin minte. Însă esența fascinației mele față de munca lui Hellinger se reducea pur și simplu la felul în care mă influențase. Indiferent că îi puneam în practică învățăturile, că îi citeam cărțile sau că stăteam de vorbă (așa cum s-a întâmplat ulterior), aveam

mereu un straniu sentiment de pace și de liniște – o senzație de relaxare și de bunăvoință îndreptată către mine și către lume, în general. De ce? Poate prin prisma faptului că el însuși căuta neîncetat iubirea din spatele tuturor greutăților, încercărilor, bolilor și suferinței. Vorbele lui pot părea de modă veche, când îl auzi discutând despre smerenie, bunătate și milă, despre binecuvântarea din partea părintelui, despre darul vieții sau despre împăcare. Doar că ele reflectă sfera sufletului. Psihologia modernă, orientată mai degrabă spre analiză, nu are mulți termeni din această zonă. E ca și cum ar construi un pod către o realitate în care nu există un limbaj desemnat pentru mișcările sufletului. Totul mi se părea straniu. Cine era acest bărbat care mă impresionase într-un asemenea fel, dincolo de capacitatea mea de înțelegere?

Hellinger poate fi foarte brusc și hotărât în relația cu cei care apelează la el pentru terapie. Este chiar extrem de ferm când crede că e cazul. Mulți îl consideră autoritar. Nu se teme absolut deloc să își susțină sus și tare opinii atât de curajoase încât alții nu îndrăznesc nici măcar să se gândească la ele. Este tipul de om înclinat mai degrabă să reflecteze decât să ia în considerare exteriorul.

Acest psihoterapeut, care preferă să se considere un soi de îngrijitor al sufletului, evită să se exprime la fel ca terapeutii, preoții sau activiștii implicați în sfera întrajutorării – acei autointitulați reprezentanți ai săracilor, defavorizaților, văduvelor și orfanilor. Cuvintele acestor oameni extraordinari, dar și mărețele obiective ale educației și terapiei pălesc în comparație cu limbajul cât se poate de simplu al lui Hellinger. Și chiar și mai greu de înțeles este faptul că nici măcar nu vrea să știe foarte multe detalii. Ciudat, nu?

În general, terapia presupune să întoarcem pe toate părțile fiecare suferință umană și să o analizăm cu o lupă, ca și cum am împărți-o în niște bucăți mici, mici. Hellinger pune întrebări legate doar de evenimentele petrecute în cadrul familiei, nu

despre sentimentele sau gândurile aferente acestor evenimente sau despre senzațiile care îl încearcă pe pacient „aici și acum“. „Nu“, spune el întrerupând de la primele semne pe cineva care se vaită că a avut un tată rău sau o mamă acaparatoare, „te rog să treci mai departe și să îți alegi pur și simplu persoane din public care să îți reprezinte membrii familiei.“

La un moment dat, a lucrat cu un bărbat care, în urma unui accident, își pierduse soția și fiul. Evenimentul în sine fusese atât de brutal, încât toți cei din public erau parcă paralizați când l-au auzit povestind. Hellinger, care stătea în partea opusă, l-a ascultat cu atenție, după care a spus pe un ton blând: „În regulă, dar acum haide să configurăm constelația.“ Mi-e imposibil să redau felul în care a înțeles cum să se poziționeze față de bărbatul respectiv și să vadă în perspectivă moartea celor două persoane dragi, după care să îl îndrume cu căldură înapoi spre viață, în puține cuvinte și cu o siguranță plină de bunătate și grație, impresionantă pentru toți cei din încăperea. Pentru că el chiar așa și este: un om blând, plin de căldură și pe deplin conectat prin compasiunea de care dă dovadă.

În cele din urmă, ne-am întâlnit față în față și am discutat despre lunga mea listă de întrebări, mai întâi într-un studio radiofonic, iar mai apoi la el în birou, în camera lui de lucru. A fost pur și simplu extraordinar că a acceptat să stăm de vorbă. Firește, mai sunt o mulțime de întrebări rămase fără răspuns sau detalii neexplicate referitoare la activitatea pe care a desfășurat-o, dar pentru început eu zic că e suficient.

Dialogul cu Bert Hellinger este o invitație la un roller-coaster de gânduri și sentimente. Provoacă, fascinează, impresionează și deranjează... o combinație care ne hrănește spiritul și ne stimulează gândirea, care altfel ar fi rămas într-o stare de inerție. Și nu-mi dau seama cum, dar la final vei vedea lumea dintr-o perspectivă mult mai tolerantă.

Gabriele ten Hövel

E mai ușor să suferi decât să îți rezolvi problema

În această secțiune vom regăsi transcrierea unei transmisiuni radio de la un post din Stuttgart, în care au fost explicate ascultătorilor metodele lui Bert Hellinger. În cadrul cărții de față, prezintă o trecere în revistă a gândirii lui, dar și a felului în care lucra.

TEN HÖVEL: *Ce înseamnă terapia familială sistemică?*

HELLINGER: În terapia familială sistemică, ne propunem să descoperim încrengătura sau legătura încâlcită pe care persoana consultată¹ o are cu soarta înaintașilor săi. Aceste încrengături și încâlceli sunt evidențiate într-o constelație familială. Când totul iese la suprafață, se poate găsi mult mai ușor o rezolvare a obstacolelor cu care ne confruntăm.

Ce sunt constelațiile familiale? Vom analiza mai întâi de toate un exemplu, astfel încât să putem înțelege mai repede. Este un caz dintr-un atelier susținut de Hellinger la o conferință în Garmisch, în care a lucrat cu câțiva clienți grav bolnavi. Aceștia au fost așezați într-un cerc mare, fiind înconjurați de aproape 400 de observatori. Trăvaliul propriu-zis a început când Hellinger i-a întrebat pe clienți de ce anume aveau nevoie. Un tânăr a spus că s-a îmbolnăvit

¹ Pe tot parcursul cărții, persoanele care au participat la constelațiile sistemice facilitate de Bert Hellinger și și-au lucrat problemele cu care se confruntau vor fi numite clienți. (n.tr.)

în jurul vârstei de 18 ani, având pulsul foarte mare și o problemă care ținea de sistemul nervos autonom. Bert Hellinger i-a pus câteva întrebări.

CLIENTUL: În familia mea sunt multe conflicte. Mama și tata sunt despărțiți, iar mama și bunicul se ceartă tot timpul, așa că mă confrunt cu o mulțime de probleme, de exemplu faptul că nu știu cum să-i strâng pe toți împreună, căci aș vrea să îi invit la nuntă.

HELLINGER (către public): În acest tip de travaliu, doar foarte puține informații sunt cu adevărat importante, mai exact circumstanțele exterioare (evenimentele-cheie), nu ceea ce cred sau simt oamenii. Clientul a menționat deja unul: părinții săi sunt despărțiți. Alte evenimente-cheie sunt moartea unei surori sau excluderea ori alungarea unui membru al familiei. Iată și alte exemple: internarea în spital la o vârstă fragedă sau moartea mamei când a dat naștere unui copil. Acesta este genul de detalii care ne interesează. *(către client):* Au existat asemenea lucruri la tine în familie?

CLIENTUL: Mama a avut o soră geamănă care a murit.

HELLINGER: E de-ajuns. Acest lucru are o influență atât de mare încât eclipsează orice alt detaliu. Să îți reprezentăm acum familia de origine: mama, tatăl... și câți copii?

CLIENTUL: Am o soră mai mică.

HELLINGER: Bine, să aducem pe scenă aceste patru persoane. Alege pe cineva din public să îți reprezinte tatăl, pe cineva pentru mama ta, pe cineva pentru soră și pe cineva care să te reprezinte pe tine. Poți lua pe oricine, adu pur și simplu patru persoane aici. Du-te apoi la fiecare în parte, apucă persoana respectivă de ambele mâini și condu-o la locul pe care îl consideri tu potrivit, fără să spui nimic. Nici reprezentanții nu trebuie să vorbească. Așază-i în relație unul cu celălalt, astfel încât să reflecte imaginea pe care o ai tu în interiorul tău despre familie în acest moment.

Constelațiile familiale

Tânărul alege din public persoane necunoscute care să îi reprezinte tatăl, mama, sora și pe el însuși. Îi așază în relație unul cu celălalt, astfel încât să reflecte imaginea pe care o avea despre familie în acel moment. În cazul de față, tatăl se afla la distanță de mamă. Pe de altă parte, fiul (reprezentantul clientului) stătea în partea opusă față de mamă. Cele patru persoane fuseseră alese la întâmplare și nu știau nimic despre familia acestuia. Ce avea să se întâmple oare?

Aspectul curios legat de aceste constelații constă în faptul că, odată ce reprezentanții și-au ocupat locul, încep să se simtă ca membri reali ai familiei. Uneori, e posibil chiar să manifeste simptomele lor, fără să știe absolut nimic despre ei. La un moment dat, pe parcursul unei constelații, o persoană care reprezenta un epileptic a început să aibă crize de epilepsie. Adesea, reprezentanții spun că își simt inima bătând cu putere sau că au senzația de răceală pe o anumită parte a corpului. Dacă întrebam persoana reală, se dovedea că simptomele reflectau o situație concretă din cadrul familiei. Nu avem cum să explicăm acest lucru, dar îl observăm în mod repetat, în mii de constelații.

Ce puteți vedea când priviți o constelație? Cum poate fi ea una care să aibă efect?

Pot vedea relațiile dintre diferiții membri ai familiei. În cazul de față, de exemplu, este relevant faptul că tatăl este întors cu spatele și că fiul stă cu fața spre mamă. Dacă lași această dinamică să lucreze pentru tine, poți vedea unde anume e problema.

Vorbiți despre „încurcături“ (sau „încrângături“). La ce anume vă referiți?

O persoană este „încurcată“ atunci când preia la modul înconștient soarta unui strămoș și are aceeași viață ca el. De exemplu, dacă un copil a fost abandonat într-o generație anterioară,

atunci un membru al familiei din prezent se va purta ca și cum ar fi fost abandonat. Fără să știe acest detaliu, persoana respectivă nu poate găsi o rezolvare.

Rezolvarea constă în reintroducerea în schemă a aceluia membru al familiei. Pentru această persoană trebuie ales un reprezentant, care va fi inclus în constelație și care va deveni un protector pentru acel individ care i-a preluat soarta, încurcându-se în ea. În momentul în care strămoșul este invitat din nou în sistemul familial și onorat ca atare, are o atitudine prietenoasă față de ceilalți.

E destul de greu de înțeles. O persoană repetă destinul alteia, fără să știe cu adevărat nimic despre ea. În cazul de față, clientul nu își cunoscuse mătușa decedată. De unde provenea încurcătura? Are vreo legătură cu ceea ce numiți „conștiința grupului familial“?

Exact. Pare să existe o conștiință de grup, care influențează toți membrii sistemului familial. Sunt incluși aici și copiii, părinții, bunicii, surorile părinților, dar și oricine și-a făcut loc în viața unei rude, de exemplu un partener anterior al unuia dintre părinți. Dacă una dintre aceste persoane a fost tratată nedrept, atunci conștiința de grup cere o remediere. Mai exact, dacă la o generație anterioară a apărut o nedreptate, atunci un membru al familiei din prezent va suferi încercând să restabilească ordinea în grup. E ca un fel de determinare sistemică de a repeta ceea ce s-a mai petrecut. Evident, acest lucru nu va pune niciodată lucrurile în ordine.

Cel care trebuie să preia soarta unui membru al familiei exclus este nevinovat și e tratat nedrept de conștiința de grup. Partea vinovată, care a abandonat sau a exclus un membru din sistem, are pe nedrept beneficii. Conștiința de grup nu recunoaște dreptatea pentru membrul actual al familiei, ci doar pentru strămoși, ceea ce are în mod evident legătură cu ordinea de bază a sistemului. În orice sistem, fiecare membru al sistemului are același drept de apartenență ca orice alt membru.

Dacă un membru este exclus sau condamnat, înseamnă că alte persoane din sistem au considerat că respectiva persoană nu merită să aparțină grupului. Este o nedreptate care va fi ispășită prin aceste încurcături, dar fără ca persoana afectată să conștientizeze.

Ne puteți da un exemplu care să ne arate cum funcționează acest lucru de-a lungul generațiilor? Cum poate fi descris?

O să vă dau un exemplu îngrozitor. Acum ceva vreme a venit la mine un avocat, extrem de îngrijorat fiindcă se documentase puțin în legătură cu istoria propriei familii și descoperise o poveste șocantă. Străbunica lui, căsătorită și însărcinată fiind, a cunoscut un alt bărbat. Soțul ei murise la 27 de ani, pe 31 decembrie, existând suspiciunea că fusese omorât. Ulterior, femeia nu i-a dat proprietatea moștenită de la acest bărbat fiului lui, ci unui alt fiu, din următoarea căsătorie. În acest fel, s-a produs o nedreptate. Din acel moment, trei bărbați din familie s-au sinucis la vârsta de 27 de ani, pe 31 decembrie. Când avocatul a descoperit toate aceste lucruri, și-a dat seama că vărul lui tocmai împlinise 27 de ani și se apropia data de 31 decembrie. S-a dus imediat la el acasă să stea de vorbă și să îl avertizeze, descoperind că tânărul își cumpăraseră deja un pistol cu care să se împuște. Așa funcționează încrângăturile. La ceva vreme, avocatul a apelat din nou la mine, fiindcă simțea că vrea să se sinucidă. L-am rugat să stea cu spatele lipit de un perete și să își imagineze un bărbat mort, căruia să îi spună: „Te onorez și ai un loc în inima mea. Voi vorbi deschis despre nedreptatea care ți s-a făcut, astfel încât să te poți vindeca.“ Din acel moment, s-a eliberat de sentimentul de panică.

În exemplul anterior de constelație, pasul următor este ca tânărul să se așeze după ce a ales locul reprezentanților în constelație și să observe ceea ce se întâmplă. Bert Hellinger îi întreabă pe reprezentanți cum se simt în constelație.

HELLINGER: Cum se simte tatăl?

TATĂL: Habar nu am cum mă simt în acest moment.

MAMA: Mă simt oarecum izolată și, deși soțul meu se află aici, e prea departe. Simt cumva că am o legătură specială cu fiul meu.

HELLINGER (*către public*): Pe cine reprezintă fiul? Pe sora geamănă a mamei, decedată. Imaginați-vă ce înseamnă acest lucru pentru un copil. Cum se simte fiul?

REPREZENTANTUL CLIENTULUI: Sunt conștient că nu aici e locul meu, în partea opusă față de mamă. Îmi dau seama de legătura intensă pe care o am cu mama.

HELLINGER: Ce face sora?

SORA: Nu foarte bine, aici, pe partea stângă. Nu am suficient spațiu. Fratele meu mi se pare cel mai interesant.

HELLINGER (*către public*): Când putem vedea într-o constelație că o persoană este exclusă, următorul pas este să includem din nou în schemă acea persoană. O să aduc o reprezentantă pentru sora geamănă a mamei. (*către client*): Cum a murit?

CLIENTUL: După război, destul de tragic a fost. Bunicul se întorsese acasă, dar mai avea ceva de livrat cu camioneta, luându-i cu el și pe bunica și pe sora mamei. Când să pornească mașina, copilul se juca cu mânerul de la portieră, iar ușa s-a deschis. A căzut, iar bunicul a trecut peste ea. A fost ceva îngrozitor. Avea doar șapte ani.

HELLINGER: Alege o reprezentantă pentru sora mamei și așaz-o lângă mama ta, foarte aproape. (*către mamă*): Cum te simți acum?

MAMA: Mai bine, dar e îngrozitor de aproape.

HELLINGER: Da, așa trebuie. (*către sora decedată a mamei*): Cum te simți?

MĂTUȘA DECEDATĂ: Pentru mine e foarte confortabil să stau lângă ea.

HELLINGER: Ce s-a schimbat pentru fiu?

REPREZENTANTUL CLIENTULUI: Sunt conștient că relația cu mama nu e așa de puternică. S-a mutat mai către tata.

HELLINGER (*către public*): Exact. Odată ce sora ei se află aici, s-a eliberat de povară. (*către tată*): S-a schimbat ceva pentru soț?

TATĂL: Mă simt izolat în poziția mea, ignorându-mi familia. Trebuie să fac un efort ca să știu ce se întâmplă.

HELLINGER: Dacă privim lucrurile la nivel sistemic, acest bărbat nu are absolut nicio șansă cu această femeie. Este atât de conectată la familia ei de origine și la sora ei, încât nu poate avea grijă de un bărbat, așa că relația lor era sortită eșecului încă de la început. Copiii trebuie să se îndrepte însă către tatăl lor.

HELLINGER (*către fiu*): Cum te simți acolo?

REPREZENTANTUL CLIENTULUI: Totul este mult mai armonios. Simt că am o legătură solidă cu tata. Și faptul că o am pe sora mea lângă mine îmi simt ca un suport.

HELLINGER (*către soră*): Cum te simți acum?

SORA: Și eu mă simt mai bine. Am început să mă simt mai bine după ce a apărut sora vitregă a mamei.

TATĂL: Mă simt mult mai bine când cineva s-a întors spre mine și mă privește.

HELLINGER: Fiul trebuie să stea lângă tatăl lui pentru o vreme. Aproape chiar. (*către client*): Are sens din punctul tău de vedere?

CLIENTUL: Oarecum da. Mult timp nu am avut nicio legătură cu tata. În ultimii ani, am început să ne vedem din nou. Simt că are așteptări mari de la mine, pe care nu i le pot îndeplini.

HELLINGER: Va trebui să îi ceri să te binecuvânteze.

O nouă perspectivă

De foarte multe ori, în timpul unei constelații, îl întrebi pe client ceva, iar apoi, la finalul ei, tu și clientul priviți împreună constelația sau clientul ia locul reprezentantului în constelație. Ce anume se întâmplă cu clientul în timpul constelației?

Mai întâi de toate, clientul își dă seama că nu a avut o imagine completă referitoare la propria familie. De exemplu, în cazul nostru, sora geamănă a mamei a fost lăsată deoparte. Clientul putea vedea că trebuie să reprezinte pentru mama lui sora ei dispărută, dar și că propriul tată voia să plece.

Când persoana exclusă este introdusă din nou în ansamblu, perspectiva se schimbă. Copiii se îndreaptă spre tată în loc să rămână cu mama, iar mama este lăsată singură cu sora ei geamănă, fiindcă sunt în continuare conectate. În acest fel, clientul are o nouă imagine asupra familiei. Deodată, ne putem da seama că mama este cea care vrea să părăsească familia, iar soțul ei face acest lucru în locul ei. Este o situație întâlnită destul de des, și anume ca un partener să plece în locul celuilalt, deși acesta din urmă simte nevoia să o facă. Copiii stau acum alături de tatăl lor în loc să rămână cu mama, iar tatăl are o putere vindecătoare. Clientul, care a petrecut multă vreme în paradigma mamei, se îndreaptă acum către tată. Abia atunci va avea și el acces la puterea masculină. Dar asta nu e tot. Până atunci, s-a aflat într-un conflict cu tatăl său pentru că rămăsese lângă mamă, așa că acum trebuie să își recâștige tatăl. Prin urmare, are nevoie de binecuvântarea lui.

Binecuvântarea tatălui

Binecuvântare... un cuvânt cu o conotație destul de religioasă...

Da, așa este. Ca să fiu cât mai exact, nu provii din părinții tăi, ci ai apărut prin intermediul lor. Viața vine dintr-un loc îndepărtat, iar noi nu știm de unde. Așadar, nu ne uităm la mediul

imediat înconjurător, ci la sursă, fără să o numim. Privirea îndreptată spre acea sursă este religioasă.

Fiul din constelația noastră participă la o asemenea mișcare atunci când se apleacă în fața tatălui și îi cere binecuvântarea. Doar că binecuvântarea nu vine doar din partea tatălui, ci prin tată, de undeva departe, din urma lui. Din acest punct de vedere, este ceva religios. Forța aferentă binecuvântării nu se află în mâinile tatălui.

Oamenii care privesc viața în acest fel pot trăi în armonie cu propriile origini, susținându-și practic soarta. Acceptarea posibilităților și limitările care vin prin intermediul părinților înseamnă să ne supunem lumii așa cum este ea. Iată ce înseamnă o atitudine religioasă.

Într-o anumită măsură, constelațiile au o calitate liturgică, fiind adevărate ritualuri de vindecare. Nu sunt rituri provenite dintr-o sursă exterioară și aplicate într-o situație anume, ci mai degrabă provin din dinamica unei constelații, cerând respect, grijă și considerație.

Preotul este figura centrală într-o liturghie și vedem același lucru într-o constelație, și anume faptul că clientul nu are neapărat un rol activ. El privește în timp ce terapeutul schimbă constelația până când membrii familiei se simt mai bine. Este o manieră foarte pasivă de a aborda terapia.

Clientul stabilește sistemul în constelație, ceea ce înseamnă că participă activ. Eu intervin pentru a găsi ordinea după ce constelația a fost stabilită. La final, când am identificat o rezolvare, clientul devine din nou activ – în cazul nostru, în momentul în care cere binecuvântarea tatălui. Dacă clientul este pasiv, renunț. Dacă cineva vrea să fac eu munca propriu-zisă în locul lui, opresc imediat demersul. Nu am cum să lucrez cu o asemenea persoană.

Pe de altă parte, comentariul referitor la preot are o urmă de adevăr în el. Ca terapeut, mă simt în armonie cu o ordine mai mare. Doar datorită acestei armonii pot vedea o rezolvare pe

care să o introduc în imaginea de ansamblu. Un terapeut care lucrează în acest fel are un rol foarte activ, uneori deranjant pentru unii. Este vorba despre a acționa cu autoritate.

Mulți ar spune că este o atitudine autoritară.

Da, mi se spune adesea acest lucru. Însă o asemenea autoritate poate reflecta doar o smerenie și o armonie extreme. Am autoritate când mă aflu în armonie cu realitatea cu care mă confrunt, dar și cu cei care au fost excluși.

Cei excluși sunt cei care au fost abandonați dintr-un motiv sau altul?

Cei cărora le-a fost negat respectul, dreptul de a aparține sistemului sau dreptul de a avea un statut egal.

În constelația noastră, sora geamănă a murit, doar că era un fapt binecunoscut în familie.

Da, dar ce se întâmplă oare într-o asemenea tragedie? În sistem există o anxietate atât de mare încât nimeni nu vrea să o recunoască sau să se confrunte cu ea.

Clientul respectiv mi-a scris acum câteva săptămâni o scrisoare din care reieșea clar că se identifică, din milă pentru el, cu propriul bunic. Probabil că pentru acel bunic a fost o situație cu adevărat îngrozitoare. I-am răspuns că trebuie să aibă încredere în bunic, că își trăiește propriul destin.

Bunicul a fost cel care a cauzat moartea fetei.

Da, așa este... și nimeni nu îl poate liniști. Nu este o opțiune acceptabilă. Demnitatea unui asemenea bărbat presupune să îl lași să-și poarte singur povara. În acest fel atinge măreția – și nimeni nu poate interveni.

Când spun asemenea lucruri, pot părea foarte dur, însă în realitate îl respect pe acest bunic și sunt împăcat cu el. Dacă îl tratez astfel, nepotul său poate fi eliberat.

La sfârșitul constelației ați spus: „...acest bărbat nu are nicio șansă cu această femeie, iar relația lor era sortită eșecului încă de la început.” Are un caracter de sentință și, de asemenea, pare o frază dură.

Nu este un lucru care mi-a trecut pur și simplu prin cap. Când un geamăn moare de mic, în special în asemenea circumstanțe, celălalt geamăn are tendința să îl urmeze. Femeia nu se putea îndepărta de sora geamănă, nici dacă ar fi vrut. Pare o situație foarte dificilă.

Aș fi putut să o pun pe femeie în dreapta, chiar lângă soțul ei, după care să o așez pe sora ei geamănă de cealaltă parte, astfel încât geamăna să fie inclusă. Din experiența mea, nu ar ajuta la nimic în situații asemănătoare. Cursul fatidic al lucrurilor o îndepărtează pe mamă de propria familie, iar tu trebuie să îți dai seama că este atrasă spre familia ei de origine.

Nu vreau să spun că se va sinucide sau altceva de genul acesta. Dar pur și simplu nu poate fi fericită alături de soțul ei, în condițiile în care sora ei avusese o soartă atât de nefericită. Este o dragoste profundă pentru sora ei, cu efecte reale. Dacă recunosc și admit situația ca atare, femeia se confruntă cu propria soartă și se poate simți eliberată că se reconectează cu propria soră, care fusese exclusă. Aș fi fost extrem de surprins dacă ar fi putut să se bucure cu adevărat de viață alături de soțul ei. Nu trebuie să subestimăm niciodată niște conexiuni atât de profunde.

În această constelație, ați făcut un scurt exercițiu cu un tânăr care vă era și client.

HELLINGER (către client): Du-te la sora geamănă a mamei tale și îngenunchează în fața ei, cu respect. Apoi fă același lucru cu bunicii tăi. Dă dovadă de respect și recunoaștere față de soarta pe care au avut-o.

(Clientul îngenunchează.)