

Entrevista a Bert Hellinger

Mireia Darder, Ramón Resino y Joan Garriga

Barcelona, Diciembre 2001

(Traducción: Sylvia Gómez Pedra)

Los días 4, 5 y 6 de diciembre Bert Hellinger estuvo en Barcelona realizando un seminario sobre Constelaciones Familiares organizado por el Institut Gestalt. Le agradecemos que aceptara la realización de esta entrevista, pensada para ser publicada en la revista de Gestalt de la AETG. Le agradecemos también a Sylvia Gómez su disposición y buenos oficios como traductora.

GARRIGA.- *Podríamos empezar preguntándote cómo ha sido tu relación con la Terapia Gestalt.*

HELLINGER.- La primera vez que hice Terapia Gestalt fue en 1970 con Ruth Cohn, en el primer seminario de presentación de Terapia Gestalt en Alemania. Se pidió un voluntario para la silla caliente y fui el primero. Realicé un trabajo precioso, una experiencia tan rica que propició un cambio muy profundo y decidí mi vida futura: tomé la decisión de salir de la orden, ya que esto era lo mejor para mí. No di el paso inmediatamente, pero sabía que en el momento oportuno lo iba a hacer.

Hasta ese momento, yo conocía y trabajaba con la dinámica de grupos, pero Ruth Cohn presentaba el método predominante en Estados Unidos, y el haberme ofrecido de voluntario me propicio ser el primer paciente de Gestalt en Alemania y reorientar mi vida. Más tarde la empleé también en mi trabajo. Me aportaron mucho Ruth Cohn y la Gestalt. También participe en una taller de cuatro semanas con Hilarion Petzold. Después tuve formación y experiencias en EEUU, algunas muy profundas, como cuando comprendí lo que mi madre había hecho por mí.

Más tarde aprendí y trabajé con la terapia primaria de Janov y me di cuenta de que tanto ésta como la Gestalt tenían algunos métodos que necesitaban correcciones. Me di cuenta de que el "underdog" expresa sentimientos secundarios y que éstos impiden la solución. Por otro lado, también decir que el amigo editor de "Love's Hidden Symmetry" (versión inglesa de "Felicidad dual") en EEUU, Hunter Beaumont, es un terapeuta gestáltico.

Por tanto, la Gestalt realmente me ha aportado mucho, tanto a nivel profesional como personal.

GARRIGA.- *En la Gestalt está la idea de la autorregulación orgánica, esto es, la confianza de que la experiencia sin interferencias lleva a algún lugar bueno, que simplemente seguir el impulso vale la pena. ¿Qué piensas de esto?*

HELLINGER.- En Gestalt está la idea de que la expresión de sentimientos por sí misma ya es buena, e igual es parte del problema y no de la solución. Cuando hablamos de seguir el impulso, siempre depende de qué impulso se trate. Cuando trabajamos con constelaciones y cogemos a representantes para hacer el papel de los miembros de la familia, hacemos que las personas primero se centren y que dejen aparte sus propios deseos e ideas. Esto es algo que el cliente no puede hacer, y el representante, sí; el cliente sólo justificaría el problema. Depende, pues, de qué nivel proceda el impulso. En la mística hay un principio importante: se pide una purificación de los sentidos y del espíritu para, en segundo lugar, retirarse al centro vacío. Si esto ocurre, las personas están en sintonía y se puede seguir. También el terapeuta tiene que estar purificado y esto le permite que surja el impulso para el siguiente paso. Estos movimientos le llevan a soluciones que en determinados momentos sólo son posibles después de una comprensión, y las comprensiones son fruto de una larga disciplina y de la observación, y no se dan así como así. Si un terapeuta comprende los órdenes del amor, puede ver si un movimiento está o no en sintonía con ellos. No es suficiente que los clientes sigan su propio impulso. Yo me doy cuenta del siguiente paso y me doy cuenta de la resistencia que el cliente o el representante oponen. A veces hay que respetar que sigan sus propios impulsos, pero a veces también hay que cortar cuando sentimos las resistencias. Por ejemplo, el caso del chico esquizofrénico del taller de este fin de semana, que mantenía la cabeza tan alta y yo se la bajé. En ese momento, el sentimiento pudo fluir. Asimismo, cuando alguien cierra los ojos o para la respiración, el movimiento no fluye. Por tanto, el principio de la autorregulación es realmente algo muy complejo.

GARRIGA.- *¿Podrías extender un poco más esta idea de la purificación?*

HELLINGER.- La purificación incluye que uno asiente al mundo tal y como es, con la alegría y el dolor, con la salud y la enfermedad, con la vida y la muerte. Esto es lo más importante, cuando el terapeuta tiene esta actitud. El asentimiento al mundo genera serenidad. El asentimiento al mundo tal y como es le da serenidad al terapeuta, aunque "fracase". Es independiente de los resultados. Simplemente hay una atención amorosa sin pretensiones de poder. Es una atención sin miedo y sin intenciones. Si no funciona, dice: "He llegado a mi límite", y este reconocimiento de los propios límites por parte del terapeuta tiene un efecto sanador. De hecho, es similar a la

fenomenología filosófica donde se toma a todos los fenómenos tal como son en un determinado contexto. Aceptar los fenómenos como son, exponiéndose y sabiendo esperar, permite que el punto de vista se amplíe. Así, de la gran variedad se puede distinguir lo esencial. Aquí, la visión es muy amplia, abarca el conjunto en vez de enfocar los detalles, por lo que se puede apreciar la variedad de los fenómenos y reconocer lo esencial. De hecho, ésta es la actitud de la filosofía fenomenológica, aplicada a Psicoterapia: no ves únicamente al cliente, sino a toda su familia; no estás concentrado en él o en ella, sino que tienes en cuenta a todas las personas vinculadas con él. Así puedo ver qué es realmente lo importante. Por ejemplo, aquella cliente cuya abuela sufrió tanto en el parto y tuvo que sobrellevar molestias crónicas. Ahí, la abuela fue lo esencial.

GARRIGA.- *¿Podrías hablar del alma? Ayer dijiste que es ella la que une y dirige los destinos de una familia y de sus miembros. También, ¿de qué manera el terapeuta se une a esta alma cuando trabaja con el cliente?*

HELLINGER.- Cuando yo le hablo al cliente, le hablo de alma a alma, por eso se establece este contacto, por eso es importante que no permita que el cliente me dé muchas explicaciones. Le hablo de aquí a aquí (señala un punto en el centro de su pecho y después, en el pecho de su interlocutor), pues desde aquí se trasluce el alma. No veo al individuo de forma individual, sino integrado en su familia y en un contexto. A veces, cuando la trama es personal, tengo que trabajar de persona a persona, tratando de reiniciar su movimiento amoroso hacia uno de los padres, interrumpido a una edad temprana. Por su mirada y cuando le saltan las lágrimas veo la edad que tenía entonces, y ahí le recojo. En un caso así, una constelación no tiene sentido. Unas veces tengo que trabajar con el cliente a solas, otras, tengo que hacer la constelación, especialmente si se trata de muertes, suicidios o implicaciones sistémicas. Sin embargo, en la última constelación de ayer tarde, aunque se tratara de asuntos sistémicos, no se podía hacer nada a nivel de constelación, y fui con el cliente hacia los muertos. Eso en el fondo no se puede describir, es demasiado delicado, demasiado sagrado como para poder poner ejemplos o para enseñar. Uno lo puede experimentar y luego, alguna vez, se puede ir a esos ámbitos, pero esto va mas allá de la psicoterapia.

GARRIGA.- *Mi vivencia de tu trabajo es que va mas allá de la psicoterapia en sentido estricto y alcanza un área silenciosa de conocimiento sagrado que tenemos las personas y que podemos reconocer. Pienso en personas con las que a partir de tus seminarios se me abren comprensiones nuevas. ¿Cuál piensas que es tu aportación a la psicoterapia o a otros ámbitos?*

HELLINGER.- Mi trabajo forma parte de la psicoterapia donde se tratan asuntos como la relación de pareja, esquizofrenia, depresiones, etc. Pero luego, en mis libros, como Felicidad Dual, o Reconocer lo que es y Órdenes del Amor, que se irán publicando en España en los próximos meses, describo los órdenes del amor. Allí doy una explicación extensa y estos libros actúan solos en muchas familias, sin hacer nada más, sin ninguna psicoterapia, simplemente a través de las comprensiones. Las parejas pueden comprenderse mejor, los padres pueden tratar mejor con sus hijos, los maestros pueden tratar mejor a los alumnos, los asistentes sociales saben cómo tratar adopciones, por ejemplo, teniendo más respeto ante los padres carnales. Y así, estas comprensiones se van metiendo en muchos ámbitos, infiltrándose también en el mundo de las organizaciones y empresas. Así, por ejemplo, de repente uno se da cuenta en profundidad de lo que significa el reconocimiento del otro. Esto va mucho más allá de la psicoterapia, y actúa. Simplemente por que hay comprensiones nuevas, fáciles de integrar, y éstas actúan en la vida normal y corriente.

GARRIGA.- *Una idea central para ti es que el amor crece y florece dentro de un orden. La relación entre el amor y el orden. Mucha gente cree que el amor es una fuerza tan poderosa que supera incluso al desorden. ¿Cómo fuiste descubriendo los ordenes del amor?, que cuando los muestras y los enseñas uno siente que es claro, es evidente. ¿Fue el resultado de tu trabajo con constelaciones, una inspiración, fue un conocimiento tuyo, lo tomaste de Confucio, de Cristo, no sé ...?*

HELLINGER.- Cuando un hijo va creciendo y va teniendo sus 14 años, y después los 20, por ejemplo, sabe que esto es diferente de los 14, pero no sabe ni trata de comprender cómo llegó hasta aquí, y así también ocurre en mí. Ya no sé cuándo empecé, ha sido progresivo. Pero sí que hay algunos momentos claves en mi proceso donde de repente comprendí algo. Uno, el que ya comenté respecto a mi primera silla caliente. Otro fue un artículo de Jay Haley acerca del "triángulo perverso", donde describe el caso de un colegio, cuando un maestro, en vez de unirse a los demás maestros, pacta con los alumnos y ahí se desarrolla un desorden fatal. O cuando un alumno se une a los maestros en vez de estar con los alumnos, por ejemplo chivando, ahí hay un desorden, es algo perverso. Ahí me di cuenta de que había un orden de prioridad y la necesidad de no saltarse los límites. Eso fue algo importante para mí.

También fue importante para mí el libro de Ivan Boszormenyi-Nagy, "Lealtades invisibles".

Pero lo esencial fue la observación de la conciencia (conciencia moral, nota del autor). Ahí estuve observando durante 6 años, mirando a ver cómo actuaba la conciencia, y pude darme cuenta de sus diversos niveles. Y después me di cuenta de aquello que va desarrollándose en las familias: todos se comportan según determinadas leyes que ellos mismos no conocen, y donde el movimiento va en contra de las leyes, se desarrollan el desorden y la desdicha. El descubrimiento de esa conciencia inconsciente, que a la vez es una conciencia común de toda la familia, que dirige a esta familia, este descubrimiento me llevó a comprender las implicaciones sistémicas. De repente me resultaba comprensible cómo era posible que unos hijos que son amados por sus padres y por los que los padres lo hacen todo, se desarrollan de una manera que a los padres les tiene que resultar hiriente, y éste sería también el ejemplo más simple para demostrar que el amor solo no basta.

Sólo sabiendo que existen determinados órdenes, y que existen también implicaciones sistémicas, podemos encontrar los órdenes en el marco de los cuales puede desarrollarse el amor. En este contexto hay algo que aún no sé distinguir del todo. Aquello que lleva a la desdicha es el amor, que también se orienta en unas determinadas leyes, leyes imaginadas y mágicas. Por ejemplo, donde un hijo dice: "Si yo me muero, mi madre puede vivir" y, en consecuencia, cae enfermo y se muere. O cuando alguien es excluido de la familia y, en la próxima generación, un hijo tiene que retomar esta suerte para expiarla. Ésta es una ley en la cual se orienta esta conciencia, y por sus consecuencias es una ley fatal; es un orden del amor. Pero un orden que hace valer los derechos del anterior, de aquél que fue excluido, procurando que un posterior lo represente y lo reintegre en la familia a través de la identificación. Pero el anterior no tiene ninguna ventaja de eso, no aporta nada a nadie. En el fondo son leyes siniestras y terribles las que se desarrollan, y las tragedias griegas son la versión más explícita de estas leyes. El cristianismo, por ejemplo, también sigue a estas leyes: el Dios que llamamos bondadoso deja que sacrifiquen a su hijo.

GARRIGA.- *En la Biblia se dice que los pecados cometidos serán expiados por no sé cuantas generaciones.*

HELLINGER.- Hasta la tercera y cuarta generación; pero eso fue una mera observación. Ya en aquel entonces vieron que era así, pero el intento de dar un giro al destino haciendo sacrificio – antes, por ejemplo, sacrificio de personas, de niños, de animales–, toda esa imagen de que así se podía reestablecer un equilibrio, que los poderes superiores sólo podían ser reconciliados a través de la sangre, esto sí que es fatal, pero en el fondo, de una cierta manera, se trata de un orden del amor. Y en este contexto también es terrible ver que cualquier progreso grande, cualquier progreso

humano, cuesta mucha sangre. Por ejemplo, la Guerra Civil en España: lo que España puede tener hoy, este orden, hubiera sido impensable sin esa guerra. O el orden en Europa: hubiera sido impensable sin esas guerras horribles. Es algo terrible que va ocurriendo en el desarrollo de la historia, y nosotros tendemos a transferirlo a los seres humanos; es decir, eso pasa porque hay hombres malos, y si nosotros luchamos contra las personas malas, entonces todo eso se acaba. Pero las buenas personas, luchando contra los malos, al final acaban siendo aún peores. Así ocurre, y aunque yo no lo comprenda hasta la última consecuencia, lo tomo en serio.

Ahora, sin embargo, viene lo realmente revolucionario: los órdenes del amor sanadores aparecen una vez la persona haya pasado a través de su purificación, purificándose de aquello que aparece en un primer plano, renunciando a todas sus esperanzas, a la esperanza de que a través del sacrificio se alcance algo; cuando uno reconoce el amor de aquella persona por la que uno quería sacrificarse. Y mirándolo desde el punto de vista religioso, hay que tomarse en serio que Dios ama, que sobre todo ama a los niños pequeños que pretenden salvar a sus padres a través de los grandes sacrificios, y que en sus ojos esos sacrificios son vanos. Yo no digo nada acerca de lo religioso, sólo quiero hablar aquí de las actitudes fundamentales, y eso es lo que se muestra en el trabajo con constelaciones familiares, siempre que hay estas implicaciones trágicas, que parecen inevitables, como por ejemplo en la tragedia griega, allí al final puede haber una solución, por ejemplo, también entre un asesino y su víctima, pues interiormente hay un elemento profundo que nos lleva hasta ahí, pero primero hay que captar esos diferentes niveles, hay que renunciar a ese primer plano, a ese nivel de los órdenes que llevan a la fatalidad. Por ejemplo, que el terapeuta renuncie a toda indignación, incluso allí donde es especialmente duro –por ejemplo, tratándose de un abuso infantil–, hay que renunciar a toda indignación y después, pasar a ese nivel profundo, y de repente puede darse una solución del amor, sin que nada se encubra, sin que nada se perdone, sin que nadie sea absuelto de las consecuencias de su culpa. Queda la plena seriedad, y a pesar de todo se puede llegar a una solución. Eso es lo realmente revolucionario de este trabajo y es algo que va mucho más allá de cualquier tipo de escuela terapéutica. Respecto a las escuelas psicoterapéuticas, se ve que todas hacen algo bueno, todas. Mi trabajo no es ninguna competencia para ninguna de estas escuelas, y pienso que estas comprensiones pueden ayudar en los diferentes campos de aplicación de la terapia, por eso yo no tengo ninguna escuela. Es algo generalmente humano, y no debe ser absorbido o acaparado por una sola escuela, ni tampoco como un nuevo método psicoterapéutico. Es algo que está a disposición de todos, todos lo pueden ver, lo pueden aplicar, no tienen

que remitirse a nadie, ni tampoco a mí, como si yo lo hubiera inventado como se podría inventar algo técnico. Yo simplemente me entregué a ello, fluye a través de mí y yo me retiro.

GARRIGA.- *A mí me ha impresionado mucho tu trabajo y he sentido una mayor familiaridad con la muerte, una noción más clara de la relación entre la vida y la muerte y del mundo de los muertos, y cómo la muerte concluida es un lugar de paz. Me gustaría que hablaras un poco de la muerte, una vez te escuché decir "la muerte es más grande".*

HELLINGER.- El reino de los muertos es más grande que el de los vivos, y veo que volvemos a caer a un fondo último, o primero, del que también surgimos. El tema de los muertos es algo que se ha venido desarrollando durante los últimos dos años y aún no he llegado al final, aún hay mucho más, pero todavía no soy capaz de captarlo. Necesito más experiencia, y en este curso también he ganado nuevas comprensiones, es algo que de alguna manera va creciendo.

Para hablar del futuro, aquello que a mí interiormente me ocupa mucho ahora es el trasfondo de la esquizofrenia. Es algo que no se puede captar solamente con las constelaciones que se mueven en un primer plano, es algo que alcanza el reino de los muertos, de una manera determinada que yo aún no capto del todo. Es algo a lo que yo me expongo de manera fenomenológica para, más tarde, comprenderlo más claramente. Y el ejercicio que hice aquí, aquella meditación, fue otro paso más donde iba explorando. Y yo espero luego las respuestas, el feed back, y al decirme la persona "yo lo viví de esta manera o de esta otra" para mí es un punto de orientación para seguir trabajando.

DARDER.- *En el taller hiciste una diferenciación entre la actitud de "yo soy un mensajero de algo espiritual" y la actitud que tú describes como "vibrar en una misma alma". A mí lo que me interesaba preguntar es sobre lo espiritual, lo que tú haces, ¿se puede considerar espiritual?.*

HELLINGER.- Yo suelo evitar la palabra espiritual siempre que pueda, porque es muy abusiva. Y la mayoría de los que se llaman espirituales se han negado a la purificación. Pensando, por ejemplo, en San Juan de la Cruz que estuvo caminando durante veinte años por la noche oscura, se sabe lo que significa y que es algo que no se puede explicar. Es algo a lo que uno se ve obligado, a esa purificación, y una vez la persona ha pasado por ella, ya no lo menciona. Quien habla de eso no ha pasado por la experiencia.

A grosso modo, quizá sea un poco arrogante decirlo así, de lo divino tenemos una intuición: es más familiar al No-Ser que al Ser. Se halla muy lejos, y

cuando dejamos que aquello que está muy lejos envíe sus rayos a nuestro propio interior, cuando permitimos que vaya actuando, entonces aporta una gran tranquilidad. Pero no nos da las instrucciones para actuar, y me atrevo a decir que de ello no hay ninguna revelación. Es muy atrevido, pero lo digo. En cambio, aquello que actúa, aquello de donde nos vienen instrucciones para actuar, eso lo llamo yo alma. El alma tiene algo que ver con el Ser, y lo divino, con el No-Ser. Puedo ofrecer una imagen: todo aquello que es está rodeado de un No-Ser, y aquello que es el No-Ser, en comparación con el Ser, es mucho más grande, es infinito. Todo lo que es es finito. Lo que está más allá del Ser es el No-Ser, pero es efectivo. A través del reconocimiento del No-Ser, aquello que es, el Ser, gana grandeza, pero sin que el No-Ser actúe directamente; es simplemente el reconocimiento el que causa ese efecto. Por tanto, el alma es, pero a otro nivel que lo espiritual, y el alma actúa, y yo me puedo entregar a ese alma. Sin embargo, el alma actúa a diferentes niveles: un nivel superior, y luego, un nivel inferior, más profundo. En mi trabajo, poco a poco he ido bajando a ese nivel más profundo que se va mostrando, y quizá haya aún otro nivel más, al que ahora me voy acercando, pero aún no lo capto. Se tiene que manifestar en el trabajo, por eso es también tan importante que estas comprensiones resulten del trabajo. Sin este trabajo yo no podría aprender nada, uno no se lo puede simplemente imaginar, hay que verlo en el trabajo. Por eso maduramos con este tipo de trabajo, es un profundo desarrollo humano, una profunda sintonía.

RESINO.- *Yo tenía dos preguntas y he perdido el interés por una de ellas después de esta última parte. A mí, todo esto me parece un canto al amor.*

HELLINGER.- Sí, esto me gusta, eso es, un canto al Amor, exacto

RESINO.- *Y ya no me interesa saber qué sintonía podía tener, qué confluencia, con la Psicología Transpersonal.*

HELLINGER.- El concepto de transpersonal es algo que yo rechazo, hay como una pretensión allí, es como el concepto de espiritual. Cuanto más lo vemos como algo simplemente terrenal, absolutamente común, integrado en las realizaciones simples y humanas... – a veces me divierto mirando a algún maestro espiritual, comparándolo con una madre que tiene diez hijos ... ¿quién es más grande?, ¿qué es más grande? También me viene la historia de un buen maestro de Zen, muy importante y muy famoso, que estaba casado y su mujer dijo. "Eso de la Iluminación lo determino y decido yo".

RESINO.- *Mi madre tuvo diez hijos. ... La segunda cuestión es que me voy esta vez con mucha esperanza porque acerca de lo que hablabas del fatum en la tragedia griega, y después de lo que hablamos acerca de la constelación de "Seis personajes en busca de un autor" de Pirandello, veo que estamos próximos a encontrar la resolución del Edipo de una vez por todas si le hiciéramos la constelación a Yocasta. No habría ya la necesidad de tanto sacrificio.*

HELLINGER.- Sí, exacto. – Antes de despedirme, quiero daros las gracias. Ha sido un diálogo, he podido expresar ideas, pensamientos que normalmente no suelo expresar. Solamente lo hago entre amigos. Siento que aquí soy bienvenido, que aquí hay un campo grande y abierto para este trabajo, y voy a volver con ganas.....