

La dimensión sistémica de problemas y de suertes personales

Entrevista con Bert Hellinger realizada por Norbert Linz

N.L.: Querido Bert, ¿cuál fue el camino que te llevó a la terapia sistémica?

H.: Me es difícil de reconstruir, puesto que hace ya tanto tiempo de eso; pero sí recuerdo que la idea clave me vino cuando estaba practicando el análisis conciliatorio según Eric Berne. El partía de la idea de que toda persona vivía siguiendo un patrón determinado. Es posible descubrir este patrón a través de historias literarias, como por ejemplo cuentos, novelas, películas, etc., por los que la persona en cuestión se muestra especialmente afectada. Primeramente se le pregunta por una historia que le impresionaba en su primera infancia $\frac{3}{4}$ ya antes de los cinco años $\frac{3}{4}$, y después, por otra que le cautiva de manera especial en el presente. Al comparar estas dos historias, las similitudes encontradas permiten desentrañar el plan de vida secreto. Eric Berne pensaba que este guión se basaba en mensajes que los padres transmitían a los hijos a una edad temprana. Pero en un momento determinado descubrí que eso no era cierto.

N.L.: ¿Cómo lo descubriste?

H.: Vi que algunos de los llamados guiones $\frac{3}{4}$ es decir de los planes de vida a los que las personas siguen sin darse cuenta $\frac{3}{4}$ se fundamentan en vivencias anteriores, independientes de lo transmitido por los padres. Cuando, por ejemplo, una persona aporta la historia de "Rumpelstilzchen", se ve que es una historia en la que un padre da a su hija, y la madre falta. Así es posible seguir a este indicio preguntando a la persona: "¿Hubo en tu familia algún niño que fue dado, o te dieron a ti mismo de niño?" En un caso así, quizás salga a la luz que la persona se siente como un niño abandonado y que se ha propuesto sentir y comportarse así.

N.L.: Posteriormente, ¿cómo se desarrolló tu trabajo con guiones?

H.: Al cabo de un cierto tiempo descubrí que muchas de estas historias no se referían en absoluto a la persona que las contaba, sino a otro miembro de su familia. Así, una vez un hombre se mostraba muy impresionado por la historia de Otelo, y de repente me di cuenta de que esa historia no podía referirse a él, ya que la experiencia de Otelo no puede ser la de un niño.

Así, pues, le pregunté directamente:

¿Qué hombre de tu familia mató a alguien por celos?

Me dijo:

Mi abuelo. Su mujer le fue infiel y él mató al amante.

Desde entonces, en mi trabajo con guiones distinguía muy claramente cuándo una historia se refería a una vivencia personal y cuándo estaba relacionada con la vivencia de otra persona. Así me encontré por primera vez con la dimensión sistémica de problemas y de suertes personales.

N.L.: ¿Todo eso resultó de la observación?

H.: No exclusivamente. Eric Berne, al hablar de guiones, ya pensaba también en una dimensión sistémica, pero aún no se dio cuenta de su alcance. Otros terapeutas de análisis transaccional posteriores a él volvieron a apartar esa idea. Es decir, Eric Berne ya me dio una pista.

N.L.: ¿Aún hubo otras pistas más?

H.: Sí, aún hubo algo más que me llevó a una visión sistémica. Durante mucho tiempo estuve trabajando con terapia primaria. En un caso trabajé con una cliente que expresaba sentimientos que me parecían incomprensibles. Esa mujer había tratado a un hombre de una manera imposible, pero a nivel emocional no lo había advertido en absoluto. En aquel entonces aún no sabía cómo tratar un caso así, por lo que cometí algunos errores que más tarde lamenté mucho.

N.L.: Desde tu punto de vista posterior, ¿qué hiciste mal en aquel entonces?

H.: Le adjudiqué esos sentimientos como si de sus sentimientos personales se tratara. Sólo más tarde me di cuenta de que también existía algo así como sentimientos adoptados. Antes partía de la idea de que únicamente había dos grupos de sentimientos: los sentimientos primarios, como reacción inmediata a determinados sucesos o a un dolor sufrido, y los sentimientos que sustituyen un sentimiento primario o sirven de defensa contra éste. Por ejemplo, el caso de una persona que se pone triste cuando en realidad tendría que estar furiosa; o enfadada, cuando tendría que dar las gracias.

N.L.: Es decir, los sentimientos secundarios.

H.: Sí. Al intentar comprender el caso antes descrito, me di cuenta de que también existían los sentimientos adoptados, es decir que alguien, sin saberlo, adopta los sentimientos de otra persona, transfiriéndolos, al mismo tiempo, a una tercera persona que no tiene nada que ver con ellos. Así, también desde terapia primaria me topé con la dimensión sistémica de sentimientos y de suertes trágicas.

Aún pude observar otra cosa más. Vi que a veces también los sueños no tenían nada que ver con el soñador, sino que éste soñaba algo que pertenecía a otra persona de su familia.

Adjudicar el contenido de estos sueños al soñador puede llevar a malentendidos y también puede resultar injusto con la persona en cuestión. Es decir, también los sueños a veces revelan implicaciones con la suerte de otras personas; también ellos encierran, a veces, una dimensión sistémica.

Maestros e impulsores

N.L.: Mencionaste a Eric Berne como uno de tus impulsores. ¿Qué otros maestros a los que debes tu desarrollo como terapeuta habría que citar?

H.: Son muchos. Mis primeros instructores fueron entrenadores de dinámica de grupo en Sudáfrica, formados en Estados Unidos. En su mayoría, esos entrenamientos en dinámica de grupo eran organizados por miembros del clero anglicano para colaboradores de la Iglesia. También invitaban a miembros de otras confesiones y de diversas razas. Fue una vivencia muy profunda para mí ver cómo las diferencias podían disiparse gracias al respeto mutuo. Además pude emplear lo aprendido en seguida, ya que en aquel entonces era director de una escuela grande para africanos negros en Natal. Es decir, la dinámica de grupo fue lo primero. En aquel entonces no pensaba, ni lo más remoto, en psicoterapia.

N.L.: ¿Y cómo llegaste a psicoterapia?

H.: Al volver a Alemania en 1969, comencé yo mismo a ofrecer entrenamientos de dinámica de grupo, pero pronto me di cuenta de que aquello no me era suficiente. Por tanto, me sometí a una formación psicoanalista en Viena. También eso me aportó mucho.

Aún durante esa formación y a través de mi analista, cayó en mis manos el libro de Arthur Janov, *The Primal Scream* (El Grito Primario). En aquel entonces, el libro aún no se conocía en el ámbito germanohablante. La inmediatez con la que Janov abordaba los sentimientos centrales me impresionó profundamente. Secretamente probé sus métodos en mis cursos de dinámica de grupo, percibiendo inmediatamente su fuerza explosiva. En consecuencia decidí someterme también a una terapia primaria una vez terminada la formación psicoanalista. Dos años más tarde fui a Estados Unidos, donde durante nueve meses hice terapia primaria con Janov y su primer director de formación. Allí aprendí mucho de cómo enfrentar sentimientos; a partir de entonces, los arranques de sentimientos fuertes, o incluso violentos, ya no me aturdíen. Sí que me afectan y conmueven determinados sentimientos...

N.L.: ... pero no te dejas atrapar por ellos.

H.: Sé poner mis límites. Pero muy pronto me di cuenta de que la terapia primaria también tenía sus puntos débiles.

N.L.: ¿Cuáles?

H.: Que algunos clientes y terapeutas ya no se guían más que por sus sentimientos. Lo comprendí muy pronto y procuré protegerme contra ese fallo. Sin embargo, quise conservar lo valioso, sobre todo el hecho de que el individuo quedara remitido a sí mismo, es decir,

que no pudiera escaparse de sus propios sentimientos ocupándose de los demás y desviando la atención de su propia persona. Así, por ejemplo, la persona no recibe de los demás ninguna respuesta a los sentimientos que expresa.

N.L.: ¿Cómo aprovechaste tus experiencias de terapia primaria más adelante?

H.: A mi vuelta a Alemania estuve trabajando un tiempo muy intensamente con terapia primaria. Con el tiempo, sin embargo, noté que los grandes sentimientos que allí surgían casi todos encubrían otro sentimiento, a saber, el amor primario a la madre y al padre. Es decir, los sentimientos como la rabia y la cólera, o el dolor y la desesperación, muchas veces no son más que una defensa contra el dolor causado por una interrupción de un movimiento temprano hacia la madre o el padre.

N.L.: ¿Que podemos imaginarnos concretamente bajo el concepto de "movimiento interrumpido"?

H.: El hecho de que el niño pequeño quería estar con la madre o el padre, pero no podía llegar a ellos, por ejemplo, estando ingresado en un hospital, o de recién nacido en la incubadora, o porque el padre o la madre murieron pronto. En todos estos casos el amor se convierte en dolor. Este dolor es la otra cara del amor, pero en el fondo es exactamente lo mismo. El dolor es tan grande que más tarde el niño no quiere volver a tocarlo nunca más. En vez de acercarse a la madre, o a otras personas, prefiere mantenerse alejado de ellos, sintiendo rabia o desesperación o tristeza en vez del amor. Sabiendo eso, es posible dejar de lado esos sentimientos de un primer plano y abordar directamente el amor. Se lleva al cliente al punto en el que el movimiento hacia uno de los padres se interrumpió, para reanudarlo allí mismo, o bien a través de terapia primaria, o en el marco de una constelación familiar. Así, el amor interrumpido alcanza su meta y llega una profunda paz. Muchos resultados de heridas sufridas en temprana edad, es decir, miedos, comportamientos compulsivos, fobias, susceptibilidades y demás comportamientos neuróticos, terminan allí.

N.L.: ¿Cuál es la tarea del terapeuta en todo este proceso?

H.: Yo represento a la madre o al padre para el cliente, y sólo siendo consciente de esta representación, puedo acompañar y dirigir el movimiento del cliente hacia sus padres. Lo llevo con su madre o su padre y, una vez llegado allí, hago sitio para ellos y desaparezco.

N.L.: ¿Qué haces para que el cliente, en un trabajo tan propenso a crear vinculaciones, no transfiera demasiado a ti?

H.: Una vez llevado a término su movimiento interrumpido, el cliente se olvida de mí. Lo entrego a sus padres, a las mejores manos para él, y yo puedo retirarme tranquilamente. Por eso, el peligro de transferencias es ínfimo.

N.L.: ¿Aún habría que mencionar otros métodos terapéuticos que fueron importantes para ti, por ejemplo terapia familiar?

H.: Durante muchos años, entre 1974 y 1988, combinaba análisis conciliatorio y terapia primaria. Después me dediqué intensamente a terapia familiar. Esta era la nueva corriente durante los años 70. Por tanto, me fui a Estados Unidos para participar, durante cuatro semanas, en un gran seminario de terapia familiar con Ruth McClendon y Les Kadis que me permitió aprender mucho. Hicieron constelaciones familiares impresionantes, encontrando buenas soluciones intuitivamente, o a través de experimentos, pero yo no podía captarlo en todo su sentido. Tampoco ellos podían explicarlo, ya que no eran conscientes de los patrones básicos.

N.L.: Para tener un punto de referencia, ¿en qué año fue eso?

H.: En 1979. Más tarde, Ruth McClendon y Les Kadis vinieron a Alemania para dar dos cursos de terapia multifamiliar, es decir, durante cinco días trabajaban simultáneamente con cinco familias, padres e hijos. Entonces pensé que quizás me dedicaría exclusivamente a terapia familiar, que aquello era lo único verdadero. Pero después miré a mi trabajo realizado hasta entonces y decidí aún seguir en esa línea, ya que había ayudado a muchas personas. Pero la terapia familiar me había cautivado por completo, y dado que veía cada vez con más claridad las dimensiones sistémicas de problemas y destinos, en cuestión de un año mi trabajo cambió tanto que acabó transformándose en terapia familiar, pero de una manera que englobaba mis experiencias anteriores.

N.L.: Después, tú mismo hiciste terapia familiar.

H.: Sí. Pero antes aún participé en dos cursos de constelaciones familiares con Thea Schönfelder. Ella trabajaba de una manera muy clara, y yo ya lo comprendía algo mejor, pero aún no del todo.

Después, mientras preparaba una conferencia sobre culpa e inocencia en sistemas, me quedó claro que existía un orden de origen, es decir que lo anterior en un sistema tenía prioridad sobre lo posterior.

N.L.: Junto con los "sentimientos adoptados" y el "movimiento interrumpido", éste es otro enfoque originalmente tuyo.

H.: ¿Qué quiere decir "originalmente"? Comprendí una realidad oculta de la misma manera que hubiera podido comprenderla otro. Por tanto, tampoco reclamo ningún derecho. Pero de esta manera tenía el patrón fundamental que me permitía reconocer y solucionar trastornos en relaciones familiares. Sólo entonces pude comenzar a trabajar yo mismo con constelaciones familiares. Con el tiempo aún encontré otros patrones, por ejemplo la representación de personas excluidas por otras, nacidas posteriormente, y la importancia del equilibrio entre dar y tomar, tanto en la familia como en la red familiar.

Constelaciones Familiares

N.L.: Antes mencionaste que muchos otros trabajaron con constelaciones familiares antes que tú. ¿Qué distingue tu manera de hacer constelaciones?

H.: Yo confío plenamente en que el individuo, al configurar su familia, está en contacto con algo que lo supera. Por tanto, me abstengo de dar indicaciones previas. Algunos terapeutas les dicen a los participantes qué posturas deben tomar, por ejemplo que se inclinen hacia adelante o que miren en una dirección determinada. Es lo que llaman una escultura familiar. Yo no permito nada de eso. En cuanto alguien se entrega al proceso de una manera centrada, esta persona hace todo eso por su propio impulso, siempre que sea necesario. Así el trabajo cobra otra fuerza convincente que si yo antes les digo qué hacer.

También, cuando una persona configura su familia de una manera preconcebida, nunca es acertado. La imagen de cómo la familia es va surgiendo paso a paso durante la constelación, sorprendiendo incluso a la persona que la configura.

N.L.: ¿Cómo te explicas el hecho de que en las constelaciones familiares realmente aparezca la verdad sistémica?

H.: No puedo explicarlo. Pero es posible ver cómo, en cuanto los participantes de una constelación son situados en relación unos con otros, ya no actúan y sienten como ellos mismos, sino como los miembros de aquella familia que representan. Incluso desarrollan los síntomas físicos de aquellas personas.

Hace poco, en un curso para enfermos, participó un hombre que sufría de epilepsia. Quería configurar su sistema familiar, pero no era capaz de hacerlo porque psíquicamente ya no estaba del todo presente. Así le pedí a su mujer que configurara la familia de origen de su marido; ella sí podía hacerlo. Cuando ese cliente tenía diez años, su padre perdió la vista en un accidente con explosivos. Desde entonces ya no se atrevía a acercarse a su padre por miedo de quedarse también ciego. En la constelación le dije a su representante que se arrodillara ante el padre, bajara la cabeza hasta el suelo y le dijera: "Te doy la honra." Así lo hizo: se arrodilló, bajó la cabeza hasta el suelo y, al decir esas palabras, se mostró muy emocionado. De repente, empezó a convulsionarse como si tuviera un ataque epiléptico; no podía resistirlo.

Es decir, se percibe que existe un saber y un sentir inmediatos que sobrepasan en mucho aquello que nos es comunicado exteriormente.

N.L.: ¿Sería una especie de inconsciente colectivo que actúa aquí?

H.: No lo sé. También me guardo mucho de encontrar un nombre para este fenómeno. Simplemente veo que existe. Por tanto, también es posible ver en seguida cuándo una persona realmente se entrega y se abre en una constelación familiar, y cuándo no. Algunos se resisten, o se encuentran en un embrollo personal; en un caso así, los saco en seguida de la constelación.

La percepción

N.L.: Muchas veces dices que esto o lo otro "se ve en seguida". ¿Qué proceso es este ver para ti?

H.: Es un mirar que va más allá del fenómeno, es decir de aquello que resulta apreciable en ese momento.

N.L.: Por tanto, ¿no es un mero observar?

H.: No, es algo totalmente diferente. Al observar, la mirada se concentra en un foco. El mirar abarca la amplitud; se dirige al todo, sobrepasando lo individual y aquello que se encuentra en un primer plano. Es decir, veo a una persona junto con su familia. Por tanto, cuando alguien configura a su familia, puedo ver inmediatamente si falta una persona o no, ya que mi mirada va más allá de la imagen. A continuación, al comprobarlo en el grupo, preguntando: "¿Cuál es la imagen que tenéis vosotros? ¿Falta alguien aquí, o no?", muchos me confirman lo mismo. Es decir, no se trata de un conocimiento exclusivamente mío. Tan sólo requiere un poco de práctica para que uno pueda fiarse de esta percepción y sepa "mirar".

Resistirse a mirar

Sin embargo, hay un hecho muy importante a tener en cuenta. Cuando una persona mira de esta manera y, al mismo tiempo, interiormente hace una pregunta o formula una objeción, ya no puede ver así. Cuando dice, por ejemplo: "Eso no es posible", o: "Ahora, quizás, me muevo en mi imaginación", cuando empieza a dudar o a tener miedo. Cuando de repente es consciente de lo que realmente ve $\frac{3}{4}$ por ejemplo que una persona está cerca de la muerte $\frac{3}{4}$ y empieza a sentir miedo de mantener esta percepción y de decirla, entonces ya no puede ver.

N.L.: ¿Cómo se ve algo así, es decir, si una persona está cerca de la muerte? ¿Cuáles son los indicios que permiten determinarlo?

H.: Esto ya sería ...

N.L.: ...¿una objeción?

H.: Esto sería una objeción. Pero en vez de hacer una objeción, se comprueba por el efecto si lo que se acaba de ver es cierto. También el cliente lo comprueba por el efecto. Cuando le comunico mi percepción, diciendo: "Veo que tu vida está llegando a su final", es posible que reaccione de manera espontánea, por ejemplo afirmando mis palabras y mostrándose profundamente afectado. Así veo que acabo de percibir algo que él mismo también sabía, pero que aún no se atrevía a admitir. De la misma manera también es posible ver otras cosas, por ejemplo que una relación está terminada. Eso se puede ver. Cuando se les dice a las personas en cuestión, respiran aliviados porque por fin ha salido a la luz. Estas reacciones permiten tanto comprobar lo visto como ejercitar la mirada, y la valentía de comunicar abiertamente lo percibido aumenta.

Hipnoterapia según Milton Erickson

N.L.: ¿Aún hay otros impulsores o terapeutas que influyeron en tu trabajo?

H.: Sí, en gran parte, los discípulos de Milton Erickson.

N.L.: ¿Podrías describir más concretamente los elementos que consideras importantes de Milton Erickson y de sus discípulos?

H.: Lo primero sería que Milton Erickson reconoce a la persona de la manera que es y que reconoce las señales de la manera que son, guiándose directamente por estas señales del cliente. Este proceso se desarrolla a varios niveles: en un primer plano, por ejemplo, escuchando lo que una persona dice; y en un segundo plano, por ejemplo, percibiendo los movimientos casi imperceptibles que la persona realiza. A este nivel se emiten señales que muchas veces difieren totalmente de lo que se expresa verbalmente. El terapeuta ve y diferencia estos niveles. Es esto lo que muchas veces asombra a los clientes, y me preguntan: "¿Cómo lo ves? ¡Si yo dije otra cosa totalmente diferente!" Pero yo vi sus reacciones.

N.L.: ¿Cuáles fueron los discípulos de Erickson con los que estudiaste primordialmente?

H.: Jeff Zeig y Stephen Lankton fueron mis principales maestros. Antes ya había participado en dos seminarios con Barbara Steen y Beverly Stoy. Ellos me introdujeron a los métodos de Milton Erickson, así como a Programación Neurolingüística (PNL) y al trabajo con historias. Así, por ejemplo, a cada uno en el grupo le contaron una historia que daba en el blanco; es decir, a través de la mera percepción inmediata captaban algo importante, transmitiéndolo después mediante una historia. Al conocer este tipo de trabajo, me hubiera gustado emplearlo también, pero no me salía. Dos años más tarde, sin embargo, se me ocurrió por primera vez una historia terapéutica en un grupo: "Los dos Orfeos", que más tarde se convirtió en "Las dos Caras de la Felicidad."

Historias

N.L.: ¿Cuándo empleas las historias? ¿Existen reglas determinadas al caso?

H.: Cuando me quedo bloqueado en el trabajo con alguien, a veces se me ocurre una historia para esa persona. Muchas de mis historias nacieron de esta manera y siempre tienen un efecto sorprendente.

N.L.: ¿A qué efectos te refieres?

H.: Lo primero es que la persona ya no tiene que tratar conmigo directamente. Cuando le digo algo directamente, por ejemplo que podría o debería hacer esto o lo otro, él se convierte en interlocutor y, aunque sea acertado lo que le digo, también tiene que poner sus límites frente a mí. Así se lo exige su dignidad. Contándole una historia, sin embargo, ya no tiene que tratar conmigo, sino con las personas de la historia. Muchas veces no le cuento la historia a él, sino a otra persona, de manera que el primero ni siquiera sabe que la historia está pensada para él.

N.L.: A veces, sin embargo, por ejemplo en terapia individual, también te diriges directamente a una persona. ¿Cuál es la diferencia? ¿Tienes que tener más cuidado, o empleas otro tipo de historias?

H.: Hay pequeños trucos. Por ejemplo, se puede decir: "Una vez conocí a un hombre que le contó a alguien ..."

N.L.: Es decir, creas una historia marco.

H.: Sí. Entonces se trata de una historia que otra persona contó a un tercero, de manera que la atención de mi interlocutor se desvía de mí. El marco crea un grupo ficticio en el que se cuenta la historia.

N.L.: A veces, aparte de su función aclaratoria, tus historias también parecen servir de distracción. ¿Tienes un plan determinado según el cual empleas las historias en el curso de un seminario?

H.: No, a este respecto no planeo nada. A veces, después de un trabajo muy duro, veo que hace falta algo relajante, así que miro a ver si se me ocurre alguna historia que pudiera contar. Es como un volver a la tranquilidad y un prepararse para lo siguiente. También los ejemplos que aporto para explicar determinados aspectos de mi trabajo son tales historias; también en este caso se trata de un descanso. Es decir, procuro que un curso se desarrolle como un drama: primero hay acción, después una cierta reflexión; o, a veces, después de un caso muy serio, hace falta una broma u otra cosa divertida.

N.L.: Es decir, se crea un cierto equilibrio.

H.: Son momentos de equilibrio y, curiosamente, también de profundidad, ya que también entra en juego el elemento contrario. Es decir, no solamente serio, ni únicamente divertido, y no sólo teoría, ni sólo trabajo, sino todo a la vez: la vida plena.

Experiencia de vida

N.L.: Cuando miras a tu vida, ¿qué experiencias personales, aparte de las experiencias que ganaste a través de tus maestros, desempeñaron un papel importante en el desarrollo de tu enfoque terapéutico?

H.: Naturalmente, una experiencia muy importante para mí fueron los muchos años de estancia con los zulúes en Sudáfrica. Allí conocí otro tipo de trato humano; por ejemplo, mucha paciencia, pero también mucho respeto mutuo. Allí se sobreentiende que no hay que dejar en ridículo a otra persona, de manera que pueda guardar la faz y conservar su dignidad. También la manera en que los zulúes tratan a sus hijos y cómo los padres hacen valer su autoridad con toda naturalidad me impresionó mucho. Y cómo los hijos, con toda naturalidad, respetan a sus padres. Así, por ejemplo, no oí nunca que nadie hablara con desprecio de sus padres. Sería impensable entre ellos.

N.L.: En aquel entonces trabajabas en una orden de misioneros católicos. ¿Hasta qué punto te marcó ese entorno concreto?

H.: Fue para mí una experiencia de mucha disciplina y de trabajo intenso que me exigía a todos los niveles; es algo que aún ahora me marca. En Sudáfrica, durante mucho tiempo dirigía escuelas superiores dando también clases de diversas asignaturas, especialmente de inglés. Asimismo, durante muchos años administraba toda la enseñanza de una diócesis que comprendía unas 150 escuelas. Las experiencias pedagógicas de aquel entonces aún hoy me resultan provechosas para mis cursos.

N.L.: Cuando a principios de los años 70 abandonaste la orden y cambiaste de profesión, ¿también hubo resistencias?

H.: Cuando me fui, no hubo ninguna resistencia, ni por parte de la orden, ni por la mía. Fue como un crecimiento ulterior. Por tanto, tampoco lo viví como una ruptura, sino como un desarrollo.

N.L.: Es decir, ¿tu despedida fue realmente pacífica?

H.: Sí. Puedo acordarme con buenos sentimientos, y también conservo el contacto con mis amigos de allá. Puedo valorar lo que allí recibí, y también puedo valorar el trabajo que se realizó.

Insights

N.L.: ¿Podrías resumir los aspectos nuevos que aportas a la psicoterapia sistémica?

El amor

H.: Lo más importante fue reconocer que detrás de todo comportamiento, por muy extraño que nos parezca, actúa el amor. Y que también detrás de los síntomas que una persona presenta siempre actúa el amor. Por tanto, lo decisivo en terapia es encontrar el punto donde este amor se concentra. Esta es la raíz, y desde allí siempre se encuentra el camino a la solución, ya que también la solución siempre pasa por el amor. En un primer lugar experimenté esto en terapia primaria, pero más tarde también en análisis transaccional y en terapia familiar. Noté que gran parte del trabajo con sentimientos $\frac{3}{4}$ tan fomentado en muchas ocasiones, por ejemplo diciéndole al cliente: “¡Saca toda tu rabia!”, $\frac{3}{4}$ pasa por alto lo más esencial. También he podido ver que la persona que en una terapia es animada a expresar ante sus padres que está furiosa con ellos o que incluso quisiera matarlos, más tarde se castiga duramente a sí misma. El alma del hijo no tolera el menosprecio de los padres. Sólo al ver todo eso, me di cuenta del pleno alcance del amor. Por tanto, siempre busco primero al amor, resistiéndome a todo lo que pueda ponerlo en peligro.

El equilibrio

Otro descubrimiento muy importante fue que la necesidad de llegar a un equilibrio entre dar y tomar, entre ganancia y pérdida, es tan fuerte que nunca podrá ser sobrestimada. A un nivel inconsciente, esta necesidad actúa como una tendencia a la compensación en la fatalidad. Es decir, si yo hice algún mal a otra persona, también me hago sufrir a mí mismo; o si vivo algo bueno, lo pago con algo malo.

N.L.: ¿Cómo se desarrolla esta manera de actuar paradójica?

H.: Simplemente por el deseo de escaparse de la presión. La presión por alcanzar un equilibrio es inmensa. De repente me di cuenta de que muchísimos problemas se deben a esta necesidad instintiva de llegar a un equilibrio, necesidad que no conduce a ninguna solución, a no ser que se encuentre otro tipo de compensación a otro nivel: la compensación a través del bien, del respeto y del amor.

N.L.: ¿También recibiste impulsos exteriores para tu modelo terapéutico?

H.: Boszormenyi-Nagy escribió un libro titulado "Lealtades Invisibles"; sus ideas me indicaron un rumbo. Pero pronto dejé de lado el libro para mirar y ver yo mismo cómo actuaba la necesidad de compensación en las familias. Además, me di cuenta de que Boszormenyi-Nagy tan sólo describía la compensación instintiva, que tenía consecuencias nefastas; la compensación que conduce a la solución, sin embargo, se encuentra a otro nivel más elevado.

El mismo derecho a la pertenencia

N.L.: ¿Aún existen otras ideas básicas, y en qué se centra primordialmente tu esfuerzo terapéutico?

H.: Sintonizo con un movimiento que vuelve a unir lo separado; pero de modo que primero se encuentre lo que separa y también lo que une. Lo más importante que descubrí de lo que separa y lo que une fue que, tanto en la familia como en la red familiar, cada miembro tiene el mismo derecho a la pertenencia ³/₄ independientemente de si aún vive o ya está muerto. Es decir, el alma misma, a través de sus reacciones ante la negación o el reconocimiento de este derecho, demuestra que se trata de un derecho fundamental, reconocido por todos en la profundidad del alma. Por tanto, siempre que un miembro de la familia o de la red familiar es excluido, apartado u olvidado, la familia o la red familiar reacciona como si se tratara de una injusticia grave que reclama la expiación. Así ocurre, por ejemplo, en el caso de una persona que por razones morales es considerada indigna de pertenecer a la familia; o cuando alguien ocupa el lugar de un miembro de la familia como si pudiera desplazarlo; o cuando ya no se quiere saber nada de un miembro de la red familiar porque su suerte causa temor; o aún cuando tan sólo se le olvida, por ejemplo en el caso de un hijo que murió al nacer. El alma no tolera que nadie sea considerado más grande o más pequeño, o mejor o peor. Únicamente los asesinos pueden y deben ser excluidos, es decir, los demás miembros de la familia los despiden de sus corazones con amor.

La injusticia de la exclusión se expía en la familia nuclear y en la red familiar, llevando a que otro miembro del sistema, muchas veces sin darse cuenta personalmente, represente a

la persona excluida u olvidada reavivando sus sentimientos y su suerte. Esta es la causa más importante de implicaciones sistémicas y de los problemas resultantes tanto para el implicado como para su familia. El derecho fundamental a la pertenencia, por tanto, no es una exigencia impuesta desde fuera, sino que en lo profundo de nuestra alma actuamos como si de una ley predeterminada se tratara, por mucho que en la superficie pensemos o hagamos para justificarnos.

En las familias rige la ley de la igualdad de todos sus miembros. Cada uno, para así decirlo, está al servicio de la familia, y ninguno es prescindible o puede ser olvidado. Los problemas más graves que como terapeuta me encuentro tienen su origen en el desacato de la igualdad. Por tanto, como terapeuta procuro que la persona excluida aparezca nuevamente ante los ojos de los demás, y, una vez reconocido e integrado este miembro del sistema, vuelve la paz, y los implicados se encuentran libres. En este reconocimiento mutuo de la igualdad vuelven a encontrarse aquellas personas que antes quizás estaban separadas: marido y mujer, padres e hijos, sanos y enfermos, los que vinieron y los que se marcharon, los vivos y los muertos. Como terapeuta me encuentro profundamente comprometido al servicio de la reconciliación.

Enfermedad y sanación en el seno de la familia

N.L.: Desde hace algún tiempo, también trabajas con personas gravemente enfermas. ¿También en este ámbito ha mostrado ser válido tu enfoque terapéutico?

H.: Sí, sobre todo en caso de tratarse de problemas o afecciones causados por implicaciones sistémicas.

N.L.: ¿Y cuáles son los síntomas que mejor responden a una psicoterapia sistémica?

H.: Podemos apreciar que determinadas enfermedades graves, como por ejemplo cáncer, tienen también causas sistémicas. El contexto sistémico se muestra en la dinámica de „Te sigo“; es decir, la persona pretende seguir a otro miembro de la red familiar, enfermo o muerto, cayendo enfermo o buscando la muerte también él. O el caso de un hijo que ve que alguien en su familia tiene la tendencia de seguir a otra persona de esta manera, por lo que pretende retenerlo diciendo: "Mejor que vaya yo que tú." A todo esto aún se añade el deseo de expiar y compensar una fatalidad, buscando a su vez la fatalidad. Conociendo estas dinámicas fundamentales, es posible despojarlas de su poder y mitigar mucho sufrimiento y dolor.

Otros síntomas están relacionados con el movimiento interrumpido hacia uno de los padres. Así, por ejemplo, los dolores cardíacos o de cabeza frecuentemente expresan un amor retenido, y los dolores de espalda muchas veces se desarrollan cuando la persona se niega a realizar una inclinación profunda ante la madre o el padre.

Procedimientos importantes

N.L.: ¿Cuáles son tus procedimientos terapéuticos más importantes en el trabajo con constelaciones familiares? ¿Cómo los resumirías en unos cuantos puntos principales?

Tomar la dirección

H.: Una vez configurada la constelación, no dejo la solución únicamente en manos del cliente. Así, por ejemplo, no dejo que busque sólo el lugar en el que se encuentra bien. Cuando alguien configura la constelación de su familia, de mi percepción y de mi experiencia me viene una imagen de la manera en que el orden está perturbado y cómo debería ser corregido. Esta es la imagen que me guía para buscar la solución. Es decir, yo mismo configuro las imágenes intermedias y de solución, pero siempre contando con la colaboración del cliente. Así compruebo la imagen por su efecto, viendo si éste afirma la imagen o si aún se requieren otros pasos más.

N.L.: Es decir, ¿también compruebas tu imagen interior?

H.: Sí, siempre, en cada caso. Por tanto, nadie tiene que creer simplemente lo que digo o hago. Sin embargo, no le dejo la iniciativa al cliente, ya que no encontraría la solución por sí sólo. Si supiera hacerlo, no necesitaría acudir a mí. Una vez encontrada la imagen de solución, le pido al cliente que ocupe su lugar en la constelación tomando la posición que su representante tenía. De esta manera tiene la posibilidad de comprobar por sus propias reacciones si la solución es la correcta para él.

Ir hasta el límite

N.L.: Muchas veces, partiendo de la imagen de solución, le haces ver al cliente consecuencias aparentemente muy duras.

H.: Enfrento a la persona con las máximas consecuencias de aquello que en su familia ocurre; por ejemplo, que morirá un hijo si él abandona a la familia. Y también lo enfrento con los pasos necesarios para llegar a una solución, por ejemplo que debe inclinarse profundamente ante su padre y darle la honra. O, quizás, que tiene que salir de la familia; también eso puede ser una consecuencia en algunos casos.

N.L.: ¿Qué significa eso en concreto?

H.: Que la persona en cuestión renuncie a sus exigencias. Una madre, por ejemplo, que dio a su hijo ya no tiene ningún derecho sobre él. En un caso así, tiene que marcharse y dejar al hijo con el padre.

Estas son intervenciones terapéuticas de gran trascendencia y pide mucho valor hacerse responsable de un paso así. Pero sólo confrontando a la persona con todas las consecuencias de su comportamiento y con las condiciones para una solución, la decisión se hace inevitable y posible.

En este contexto me acuerdo de otro de mis maestros: este ir hasta el límite fue algo que Frank Farrelly presentó de manera muy patente en su "terapia provocativa". El me indicó un camino, y me acuerdo de él con gratitud.

Quedarse con la realidad aunque sea chocante

N.L.: En tus grupos terapéuticos, sin embargo, ¿una y otra vez habrá participantes que se mostrarán chocados de la manera tan directa en que los confrontas?

H.: Tan sólo confronto al participante con una realidad visible.

N.L.: ¡Que tú ves!

H.: Y que el otro, por supuesto, conoce. Únicamente es chocante para aquellos que no quieren ver lo que es.

Así, por ejemplo, en un curso hubo una mujer con una enfermedad mortal incurable; es decir, ya no le quedaba mucho tiempo de vida. Ella quería configurar su familia, pero yo le dije: Cogeré únicamente a dos personas: tú y la muerte. Elige a alguien para ti y elige a alguien para la muerte.

Eso es chocante para alguien de fuera. Para esa mujer, sin embargo, no fue así, ya que sabía que iba a morir. Eligió a una mujer más baja como representante de ella misma, y una mujer más alta para la muerte. Colocó a las dos mujeres una en frente de la otra, muy cerca, pecho a pecho. La mujer más baja, que representaba a la cliente, levantó la vista, se quedó mirando a la muerte y dijo: Tengo una sensación cálida y siento el aliento suave de la muerte en mi cara.

También la muerte tenía una sensación de calidez frente a esa mujer.

Le dije a la mujer que representaba a la cliente que le dijera a la muerte: "Te doy la honra." Así lo hizo, y la muerte y la mujer se cogieron de las manos muy suavemente, de ambas manos, mirándose con gran cariño.

Esta es la realidad que sale a la luz, la realidad que actúa precisamente porque pudo salir a la luz. Pensando, sin embargo, que la muerte es algo horrible, se tiene miedo de sacar a la luz esta verdad. Cuando yo saco a la luz un asunto de esta índole, siempre se trata de una realidad que se presenta de la manera que es, con toda seriedad. Es algo que no se contradice, es decir, el cliente no lo contradice. Quizás, a otros les infunda miedo esta realidad, por lo que intentan resistirse diciendo que la enfermedad no será tan grave y que aún debería haber algo más que enfrentarse con el final. Es este tipo de comentarios que yo no permito, aunque parezca duro en ese momento.

N.L.: ¿Qué consecuencias tendrían estas objeciones si las permitieras?

H.: En un caso así, la realidad se encontraría transferida a un nivel de opiniones y de arbitrariedades, lo cual es inadmisibile. Es aquí donde mi trabajo se hace directo y denso: no tolero que la realidad se minimice.

N.L.: ¿Cuáles serían los efectos para el cliente si toleraras la arbitrariedad?

H.: Le debilita. La realidad, en cambio, por muy dura que parezca, le hace fuerte y libre en cuanto la mira abiertamente y la reconoce. Una vez, por ejemplo, después de configurar la constelación familiar de una cliente, le dije que su matrimonio ya no tenía salvación, que los hijos tenían que ir con el marido y que ella debía quedarse sola. Otros participantes querían hacer objeciones y presentarle soluciones más cómodas, pero yo los corté. Lo que le había dicho no era un producto de mi imaginación, sino que había quedado claro en el curso de la constelación, tanto para ella como para mí. Más tarde, uno de los participantes me contó que durante la noche siguiente se pasó tres horas altercando conmigo porque pensaba que había sido demasiado duro con ella. La mañana siguiente, sin embargo, aquella mujer vino al grupo radiante y el otro participante se dio cuenta de que su preocupación por ella y su lucha interior conmigo habían sido innecesarias.

N.L.: ¿Cómo te ves a ti mismo en una intervención de tanta responsabilidad?

H.: En primer lugar me considero una persona que saca a la luz determinadas realidades, siendo éstas realidades las que ayudan y curan, no yo. Sea cual fuere la decisión que se toma después, no tiene nada que ver conmigo.

N.L.: ¿Qué ocurre en el interior del cliente cuando encara la realidad de esta manera?

H.: Ya no se hace ilusiones. De esta manera, su visión y sus actos cobran otra seriedad y otra fuerza. Así, aún actuando en contra de su conocimiento,

sabe lo que hace, ya no actúa por un mero impulso.

Dejar de lado el problema referido

N.L.: ¿Por qué no dejas que tus clientes refieran más que descripciones breves de sus problemas? Es algo que desconcierta a muchas personas.

H.: El problema que una persona relata, tal como lo relata, en realidad no es su problema. Ya que si realmente lo hubiera captado, ...

N.L.: ... ya no existiría.

H.: Exacto. Por tanto, aquí parto de la idea de que casi todo lo que una persona refiere de su situación no corresponde realmente a ella. Si lo escuchara, no haría más que darle la oportunidad de justificar y reforzar una vez más su problema a través de su descripción. Por tanto, no le permito que me cuente su problema de la manera que él quisiera hacerlo, sino que le digo que únicamente me interesan los sucesos, por ejemplo si alguien de los padres estuvo casado anteriormente, cuántos hermanos tiene, si uno de sus hermanos murió, o si hubo otros acontecimientos incisivos en su infancia y en su familia.

N.L.: Es decir, únicamente quieres oír los hechos.

H.: Únicamente los hechos, sin ninguna interpretación. De los hechos puedo saber lo que ocurre en su alma y cuál es la raíz de sus problemas o de las dinámicas en las que se ve implicado. Así tengo las informaciones que necesito.

Centrarse en la energía

N.L.: Algunas personas, sin embargo, podrían aportar un sinfín de hechos. ¿Cuándo consideras suficiente la información recibida para poder formarte una imagen clara? ¿Cuáles son los hechos importantes?

H.: Los acontecimientos y hechos están cargados de energía. Cuando una persona habla de un acontecimiento, puede percibirse inmediatamente la energía que éste encierra y el alcance de sus consecuencias. Cuando alguien relata que un hermano suyo murió de pequeño, siempre se trata de un hecho de gran impacto. O también el caso de una madre que murió de parto: un hecho así actúa con una fuerza inmensa a través de generaciones. Sucesos de este tipo deben ser abordados y reconocidos, puesto que se trata de hechos que infunden miedo y, en consecuencia, suelen ser ocultados. Pero es justamente este secreto el que les confiere su poder. Cuando se nombra un acontecimiento de este tipo, noto en seguida si está cargado de energía o no. Muchas veces, cuando alguien nombra a una persona determinada, sé inmediatamente que esta persona forzosamente tiene que ser representada e imitada por otro miembro del sistema.

N.L.: ¿Cómo puedes estar tan seguro?

H.: Lo noto por la energía, por la fuerza que de allí emana. Después compruebo lo percibido a través de la constelación. Muchas veces aún se añaden otros factores. Pero una vez nombrada una persona importante, comienzo a trabajar en seguida. Todas las demás informaciones surgen a través de la constelación.

Reducir el trabajo a un mínimo

N.L.: ¿Aún existen otros procedimientos terapéuticos que considerarías característicos para ti?

H.: En las constelaciones familiares he podido comprobar la efectividad de un trabajo reducido a lo mínimo, es decir, de no hacer más de lo estrictamente necesario, renunciando a abarcar la totalidad de un caso. De lo contrario, la energía se encauza hacia la curiosidad y el querer saber, desviándose del actuar. Corto inmediatamente en cuanto se percibe la solución. Corto en el punto culminante, cuando hay un máximo de energía. De esta manera impido que la energía se escape hacia los debates, conservándola concentrada para el actuar. Por esta misma razón, tampoco tolero las discusiones detalladas una vez finalizado el trabajo.

N.L.: ¿Cuáles serían los efectos de tales discusiones?

H.: Debilitarían a la persona en cuestión y, al mismo tiempo, darían a otros participantes la oportunidad de dirigir la energía hacia ellos mismos y hacia sus problemas.

N.L.: Es decir, ¿inmediatamente sigues trabajando con otro participante o cambias de tema?

H.: Sí, inmediatamente paso a lo siguiente.

Interrumpir el trabajo

N.L.: ¿Qué haces cuando no encuentras ninguna solución en una constelación?

H.: Cuando no encuentro ninguna solución, interrumpo en seguida, y también en este caso no admito ninguna discusión. De esta manera, la interrupción es efectiva. Se trata de una intervención dura, pero frecuentemente, al cabo de unos días, el participante encuentra lo que aún le faltaba para la solución. Sin la interrupción y sin las fuerzas movilizadas por ella quizás no lo hubiera conseguido.

N.L.: Por tanto, ¿también la interrupción de una constelación tiene un efecto terapéutico?

H.: Sí, también está al servicio del cliente. Lo mismo ocurre cuando hay que admitir un fracaso. Así, por ejemplo, hay veces en las que digo: No puedo hacer nada ahora, y lo dejo allí. Aunque veo que la situación es dura para el cliente, no me preocupo, ya que dejando las cosas como están, quizás a otro participante del grupo se le ocurre algo al respecto, aportando así la palabra clave que nos permite avanzar. Por tanto, no pretendo tener siempre un control absoluto de todo, sino que me muevo con la corriente. La misma corriente también lleva a los demás, dándose así un intercambio entre todos que sirve al desenlace bueno.

Guardarse de la curiosidad

N.L.: Es una imagen muy buena. Varias veces he podido observar como te resistes a determinadas preguntas mediante una respuesta ambigua o un comentario irónico, ¿cuál es la razón de fondo?

H.: Si alguien hace una pregunta seria que le es importante, siempre la respondo; así me lo exige el respeto. Pero si el único interés de una pregunta es el de ponerme a prueba, me retiro a través de la ambigüedad o de una broma, pero también mediante el enfrentamiento.

N.L.: Muchas veces también se trata de una cierta curiosidad.

H.: La curiosidad es una falta de respeto ante la otra persona; y de la misma manera que yo no hago preguntas curiosas, tampoco permito que me las hagan a mí.

El éxito no se controla

N.L.: A veces da la impresión de que no necesitas ni tampoco quieres ninguna información de los efectos posteriores de tu trabajo. ¿Por qué?

H.: Sí que necesito el feedback. La respuesta principal, sin embargo, se me da durante el trabajo mismo, cuando veo el impacto inmediato sobre los sentimientos del cliente, y los cambios que se producen. Pero nunca limito el trabajo a los síntomas, de modo que tenga que investigar para saber si han desaparecido o no. Mi meta no consiste en eliminar un síntoma, sino en hacer que una persona recobre la unión con su familia, de manera que pueda estar en contacto con todas las fuerzas buenas que ésta alberga. Este hecho le da al cliente muchas energías nuevas y siempre es un éxito. Hasta qué punto este trabajo influye también en los síntomas, es otro asunto que, en primer lugar, atañe a los médicos y psiquiatras. Por tanto, a clientes con síntomas graves siempre les aconsejo que consulten también a un médico o a un psiquiatra si veo que eso sería lo más indicado en el caso concreto.

N.L.: El no preguntar por el éxito, ¿tiene un significado terapéutico?

H.: Esta es una pregunta interesante que considero muy importante. Naturalmente me alegro cuando, al cabo de un tiempo y a través de terceros, me entero de que alguien se encuentra bien. Pero nunca lo preguntaría directamente, por la simple razón de que no quiero ponerme entre él y su alma, ni tampoco entre él y su destino, ni entre él y el "Gran Alma" $\frac{3}{4}$ para llamarlo de alguna manera $\frac{3}{4}$ que le guía. Cuando trabajo con él, me siento en sintonía con su destino y en sintonía con su alma y en sintonía con el "Gran Alma". Así, una vez terminado mi trabajo, puedo retirarme sin seguir investigando. Si sintiera curiosidad o pretendiera investigar, ya no confiaría en estas fuerzas, lo cual tendría consecuencias muy graves tanto para mí como para el cliente, ya que dichas fuerzas me abandonarían a mí y le abandonarían a él.

N.L.: Por tanto, cuando un cliente te comunica, todo contento, que la terapia fue un éxito, ¿te parece bien o te frena?

H.: Me distancio de ello viéndolo como una tentación al poder.

N.L.: ¿También podría ser una tentación de querer encontrar reglas y de fiarse más de las reglas que del momento y de lo que éste muestra?

H.: Eso es lo mismo. También sería una tentación al poder. En cuanto me dejo llevar por una reacción eufórica, pierdo el terreno firme y también mi claridad. Y pierdo fuerza. En ese momento ya no estoy libre. Cuanto menos sepa, más centrado en mí mismo y recogido puedo estar. Por este mismo motivo tampoco quiero saber nada de lo que el cliente, ya anteriormente, hizo para solucionar sus problemas. Así puedo trabajar con él con toda libertad.

El momento actual es lo que cuenta

N.L.: Muchas veces, las personas que llegan a conocer tu enfoque psicoterapéutico preguntan: "De dónde saca Hellinger todo esto? ¿Cómo llegó a esta visión de las cosas?"

H.: He aprendido de muchas personas.

N.L.: De eso ya hablamos.

H.: Lo más importante lo percibo en el momento. Es decir, cuando el trabajo me exige, me expongo enteramente a la situación y a las personas en cuestión, sobre todo a los excluidos. Cuando los tengo presentes a todos, cuando los miro con respeto y con cariño, de repente me viene la solución, y es ésta la que digo. Al cabo de un cierto tiempo también descubro determinados patrones básicos.

N.L.: Esta sería la parte de experiencia.

H.: Sí, de la experiencia reconozco patrones repetitivos, como por ejemplo el hecho de que parejas anteriores de los padres siempre son representados en la familia por uno de sus hijos.

N.L.: Si se casan otra vez ...

H.: ... o si anteriormente hubo una novia u otra relación importante; también ésta, más tarde, es representada por un hijo o una hija. Este es uno de los patrones que descubrí. También existen patrones insólitos de los que ya no recuerdo cómo llegué a conocerlos; por ejemplo, que alguien que siente una preferencia por el cuento de Juan en la Felicidad, tiene en su familia alguien que perdió su fortuna, en la mayoría de los casos, uno de los abuelos. De repente lo veo, y me puedo fiar de esta percepción.

N.L.: ¿Aún encontraste otros patrones más?

H.: A veces llego a comprender realidades que en un principio no quisiera admitir, como por ejemplo la frase: "La mujer tiene que seguir al hombre" y aquella otra frase: "El hombre tiene que servir a la mujer y a los hijos". Cuando me vinieron estas frases, primeramente me resistía a esta comprensión, pero finalmente no podía seguir ignorándolo. Cuando llego a comprender una realidad de esta manera, lo expreso ante el cliente, o ante el grupo, y espero el efecto. Pero no intervengo en lo que una persona hace de estas frases. No presento esta comprensión como una tesis mía que tendría que defender. Tan sólo se trata de algo que me llegó, y como tal lo transmito. Que posteriormente se reconozca o no, no tiene ninguna importancia para mí.

N.L.: Esto nos lleva directamente a otra pregunta que también oigo muchas veces: „¿De dónde saca Hellinger esta seguridad para presentar sus afirmaciones como verdades apodícticas?“

H.: Siempre presento las "verdades" como algo que en un momento determinado veo y que cualquier otra persona puede ver si se centra en el momento concreto. Para mí, la verdad es algo que el momento me muestra, indicándome la dirección para el próximo paso a dar. Cuando veo algo de esta manera, lo digo con toda seguridad, comprobándolo por sus efectos. Si en otra situación vuelvo a encontrarme con lo mismo, no me apoyo en la comprensión anterior ³/₄ precisamente porque no es ninguna verdad inamovible la que proclamo ³/₄, sino que una y otra vez intento ver de nuevo lo que el momento me muestra. Quizás, esta vez me presente algo diferente, y lo digo tal como lo veo en este momento.

Aunque difiera de lo anterior, o quizás incluso lo contradiga, lo expreso con la misma seguridad porque el momento no me permite otra cosa.

N.L.: Es decir, ¿no te haces reglas fijas?

H.: No, en absoluto. Por tanto, cuando alguien me dice: "Pero antes de ayer dijiste esto y lo otro", me siento mal interpretado porque me reprochan que no me centro en el momento. En cada momento me fijo de nuevo, ya que la verdad de un momento sustituye la verdad de otro momento. Por eso, únicamente considero válidas mis palabras para el momento presente. Es este guiarme por la verdad del momento al que me refiero cuando defino mi proceder como "psicoterapia fenomenológica".

N.L.: Pero eso se contradice con lo que antes dijiste de los patrones repetitivos.

H.: Exacto. (se ríe) Afronto la contradicción cuando ésta se presenta, sopesando lo uno y lo otro.

N.L.: ¿Fue también esta visión de las cosas un motivo por el que no publicaste nada escrito durante tanto tiempo?

H.: Hacia tiempo que también quería transmitir algo por escrito. Pero mucho de lo que veía aún estaba incompleto, por ejemplo, mi comprensión de la conciencia. Al cabo de un tiempo, sin embargo, me di cuenta de que era suficiente ver tan sólo determinados aspectos y comunicarlos; también de esta manera surtían su efecto. Por eso, la manera en que está concebido el presente libro "Ordenes del Amor" (TÍTULO EN ALEMÁN, publicado en castellano con el título "LA FELICIDAD DUAL") corresponde mucho más a mi proceder y a mi percepción que si pretendiera ofrecer algo completo.

N.L.: ¿Aún hay otro elemento decisivo en este tipo de percepción?

H.: En su primer libro, "Las Enseñanzas de Don Juan", Carlos Castaneda presenta un breve tratado sobre los enemigos del saber. Como primer enemigo cita al miedo. Sólo quien vence el miedo puede ver claramente la realidad.

N.L.: ¿Y cuál es la mejor manera de vencerlo?

H.: Asintiendo al mundo tal como es, con todo tal como es. Este es el gran paso. Quien es capaz de asentir a la muerte, de asentir a la enfermedad, a su propia suerte y a la de los demás, de asentir al final, al carácter efímero de este mundo, éste ha superado el miedo y gana claridad.

N.L.: Gracias por esta conversación.

H.: Gracias también a ti. Ha sido un intercambio intenso que ha servido para formular aún más claramente muchos conceptos.

