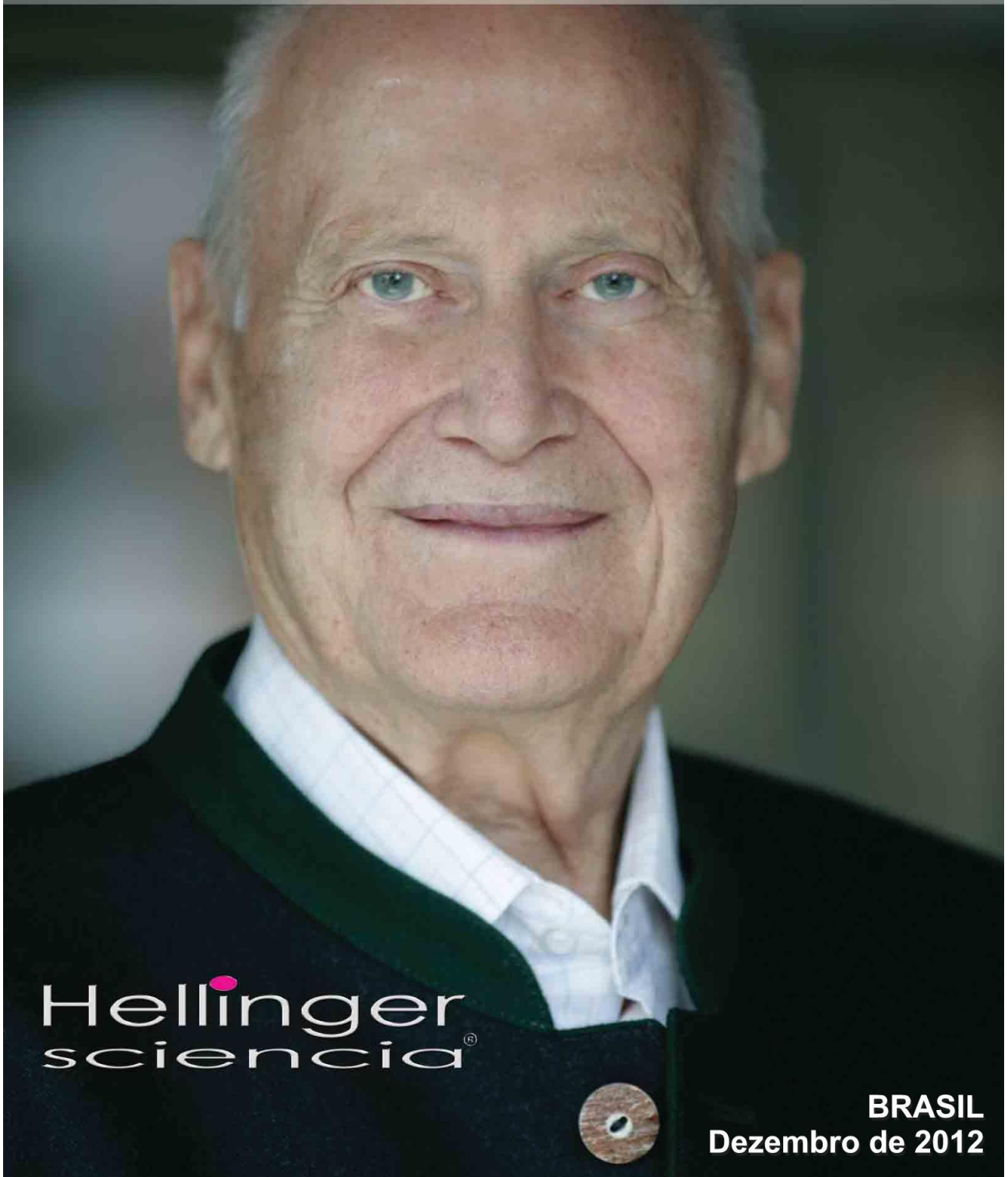


MEDITAÇÕES

de Bert Hellinger



Hellinger
sciencia[®]

BRASIL
Dezembro de 2012

MEDITAÇÕES

Bert Hellinger

Dezembro de 2012

Hellinger, Bert

Meditações de Bert Hellinger

Traduzido do espanhol para português em versão publicada originalmente no México: Centro Universitario Dr. Emílio Cárdenas - 2012 - Primeira Edição

Tradução para o português

Maria Elizabeth Cruz Lima (Sarvam)

Fernando Martínez de Aguirre

Ivan Doehler

Este livro é resultado da ação de um grupo de amigos que sentiram a força e a beleza dessas meditações. Da mesma forma, sentem-se gratos a Bert Hellinger e oferecem aos leitores brasileiros essa edição comemorativa, por ocasião de seu aniversário, celebrado no Brasil em dezembro de 2012.

Edição Colaborativa - Teresa Brandão, Marilda Urso, Sonia Fomazari Pires, Reginaldo Teixeira Coelho, Gal Sanfanna, Gianeh Borges, Fernando Villas Boas, Claudiane Tavares, Rubens Bresciane, Mimansa Erika Famy, Renato Bertate, Simone Arroio de Oliveira, Dulce Magalhães, Maria Letícia de Azeredo Roscoe, Claudia Fernanda Cruz Cortez, Maria Elizabeth Cruz Lima (Sarvam), Ivan Doehler.

ABC Sistemas - www.abcsistemas.org

Cosmo Visão- VeraBasso

Tarso Firace

SUMÁRIO

| | |
|---|-----------|
| Introdução | 4 |
| Ajudas que chegam ao coração | 5 |
| Capítulo I – Amor que cura | 6 |
| Capítulo II – Homem e Mulher | 33 |
| Capítulo III – Os segredos do amor | 47 |
| Epílogo | 62 |

INTRODUÇÃO

Todas as meditações guiadas por mim têm uma referência direta com a vida. Assim como estão expostas aqui de forma escrita, assim foram dirigidas por mim diante de um grande público, em cursos ou conferências, motivadas por um fato concreto.

Com elas levei os participantes a um movimento interior que lhes proporcionou o acesso a uma experiência que teve um efeito curador tanto neles como em mim.

Essas meditações também desdobram seu efeito em você, quando as lê como se as estivesse escutando, quer dizer, em silêncio e centrado, até que experimente em si mesmo algo curador.

Depois tome seu tempo, até que possa vivenciar em toda sua amplitude essa experiência em suas dimensões e sua abundância, tanto na alma como em seu corpo de forma direta.

Até aí, talvez até depois de uns dias, sentirá que chegou o momento para a seguinte meditação guiada. Desse modo, crescerá interiormente e experimentará ao mesmo tempo o outro amor e a cura em sua vida cotidiana, tanto em si mesmo como ao seu redor.

Aventure-se a receber surpresas, surpresas curadoras e uma nova e profunda felicidade.



Bert Hellinger

AJUDAS QUE CHEGAM AO CORAÇÃO

Nas profissões de ajuda espera-se que quem proporciona a ajuda tome a iniciativa. Também o cliente espera que o ajudador seja quem o faça e tome a iniciativa.

Os ajudadores caem na armadilha. Eu me incluo, devido a que eu mesmo muitas vezes caí nessa situação, quer dizer, que também com frequência, assumi que tinha que ajudar alguém. Somente o espírito pode ajudar, pois é uma força criadora. Para esse espírito, para essa força, ninguém está perdido, tal como se necessitasse nossa ajuda. c

Quando nos mantemos em uma posição de independência, sem que ninguém de fora intervenha, entramos em contato com a força verdadeira. Ela sabe o que é necessário.

Quando volto a contemplar minha vida, vejo que para mim não houve extravios. Às vezes cheguei a considerar que havia feito algo equivocado, sobretudo na minha tentativa de ajudar por mim mesmo alguém, o que, de fato, nesse sentido não funciona.

Diante dessa força não existe nem a culpa nem a inocência, nem a justiça nem a injustiça. Em um contexto maior tudo se encontra em seu lugar indicado e ajudando. Essa é a maneira como eu procedo aqui, quer dizer, confiando nessa força.

No entanto, essa força às vezes nos toma a seu serviço sem que o queiramos e sem que possamos defender-nos dela. Tudo se encontra em outras mãos.

Frente a essa outra força todos resultamos igualmente bons e igualmente humanos.

Todos permanecemos frente a ela em um plano inferior.

Essa força toma a direção.

Esse é o caminho que quero transitar neste livro, em sintonia com esse poder.

Capítulo I

O AMOR QUE CURA

PERMANECER NO AMOR

Quero dizer algo sobre o amor, porém algo diferente do que vocês, talvez, esperem escutar. As vezes ouvimos a frase: Permaneçam no amor! O que significa isso de permanecer no amor?

Conhecemos o amor que une.

Através de um amor especial nos encontramos unidos a nossos pais, a nossos parceiros, a nossos filhos.

Assim como nos encontramos unidos a eles, ao mesmo tempo, nos encontramos separados de outros.

Permanecer no amor significa que tudo é amado tal como é, que tudo é acolhido pela alma tal como é.

Significa que aceitamos o outro tal como é e o amamos tal como é, exatamente como é.

A própria vida tal como é, a vida dos outros, tal como é, a criação tal como é, exatamente como é.

A luta também forma parte da vida.

A vida do indivíduo disputa seu lugar com a vida de outros.

Quando permanecemos no amor, também amamos aos contrários, como a luta, a vitória e a queda. Amamos a vida e a morte, os vivos e os mortos. Amamos o passado tal como foi e o futuro tal como chega. Exatamente do jeito como ele chega.

Nesse amor somos amplos, em sintonia e em conformidade.

Esse amor é entrega ao Todo. E realmente a religião.

Nesse amor estamos completos e serenos.

Podemos contemplar como ele se desenvolve.

Encontramo-nos consagrados ao nosso próprio destino e respeitamos o destino dos outros e o destino do mundo.

Estar assim entregues ao Todo significa permanecer no amor.

Isso tem consequências para nossa vida cotidiana.

Aquele que assim pode permanece no amor pode contemplar tudo tal como é: a felicidade e a desgraça, a vida e a morte, as implicações e a dor.

Como ama o Todo e se encontra entregue a ele, é também ativo no rio da vida, sem se envaidecer, sempre em sintonia e conformidade. Quem ajuda dessa maneira encontra-se livre e sem preocupações. Para ele todos são igualmente grandes e igualmente importantes.

No Todo ninguém é melhor ou pior.

No Todo simplesmente estamos aí presentes.

MEDITAÇÃO: O RIO DA VIDA

Fechamos os olhos e recolhemo-nos em nosso centro.

Vemos-nos como crianças frente a nossa mãe e nosso pai.

Olhamos para eles com a devoção com a qual as crianças pequenas olham para seus pais: com olhos grandes e com amor incrivelmente profundo.

A maior entrega que jamais havíamos vivido foi esse olhar para nossa mãe e para nosso pai.

Talvez mais adiante algo venha ser interposto, porém agora regressamos a esse amor infantil original.

Olhamos para nossos pais e vemos atrás deles os seus pais e atrás deles, por sua vez, seus pais, e seus pais e os pais destes.

Ao final, vemos muitos infinitamente.

Através de todas essas gerações a vida veio fluindo até nossos pais e através deles, até nós. É a mesma vida. Todos aqueles que a acolheram e a transmitiram, fizeram-no bem. Ninguém pode acrescentar algo, ninguém pode tirar algo. A vida flui em sua plenitude através de todas essas gerações. Para nossa vida não faz diferença como foi cada qual individualmente, se foram bons ou maus, prestigiados ou depreciados. A serviço da vida, todos foram igualmente bons.

Assim, a vida também chegou a minha mãe e meu pai e através deles a mim.

Agora abrimos nosso coração e nossa alma à plenitude da vida, assim como nos chegou através de nossa mãe e nosso pai. Dizemos a eles: - Obrigado, tomo-a de vocês, toda, pelo preço completo que custou a vocês e pelo que custa a mim.

Sustento-a e a honro.

E da mesma forma, transmito-a em sua plenitude, sejam quais forem as circunstâncias em que possa e tenha direito de fazê-lo.

Apoiamo-nos em nossos pais, dos quais tomamos a vida.

Olhamos para diante e a transmitimos, seja como for: para filhos próprios, para netos próprios, para as muitas gerações que virão depois de nós.

Quando não temos filhos, transmitimos a vida de outra forma, colocando-nos a serviço da vida.

A vida flui através de nós e segue seu curso.

Justamente por fluir através de nós, encontramos-nos unidos a ela da maneira mais profunda.

Porque a vida, assim como o amor, flui.

O ÊXITO E A MÃE

OS MOVIMENTOS FUNDAMENTAIS DA ALMA

Há dois movimentos fundamentais da alma.

Um movimento é o que leva à vida.

O outro é um movimento contrário, que leva à morte.

Como se mostra isso?

O movimento para a vida é um movimento que leva a mais, mais e mais. O movimento para a morte é um movimento para menos, menos e menos, até que tudo se acaba.

MEDITAÇÃO: MAIS OU MENOS

Nosso tema de hoje é o êxito. Essa é, creio eu, a grande meta para muitos. Ainda que não seja assim sempre. Vamos fazer a prova. Fechem os olhos. Vamos fazer uma meditação.

Agora prestamos atenção ao movimento interno em nossa alma.

É um movimento dirigido para o mais?

Para mais trabalho?

Para mais rendimento?

Para mais saúde?

Para mais relações?

Para mais amor?

Para mais felicidade?

Para mais alegria?

Ou, pelo contrário, é um movimento dirigido para menos?

Para menos trabalho?

Para menos salário por menos trabalho, por exemplo?

Para menos rendimento?

Para menos tempo livre?

Também para menos saúde?

Realmente prestamos atenção à nossa saúde, ao nosso corpo? Estamos satisfeitos com menos?

Agora invertam a direção do movimento, de menos para mais.

Por exemplo, dirigindo-o para mais relações.

De imediato virem-se para essa direção.

Somente visualizá-la, seria menos.

Em seguida nos dirigimos para mais saúde, para mais amor, para mais alegria, para a plenitude da vida. Quem nos conduz nessa direção, para o mais? Tão estranho como isso possa soar, nos conduz para a nossa morte.

Se ela chega realmente, em seu tempo, será acaso um movimento para menos? Ou é um movimento para a realização e para o mais? Meditem sobre isso suavemente e profundamente concentrados.

Após um tempo: Agora pensem e respondam para vocês mesmos: Como se sentem?

EXEMPLO: A RETIRADA

Quero demonstrar na prática, o que significa: mais, mais, mais e mais êxito. Vou começar a trabalhar desse modo. Com exemplos concretos vamos ler as leis do êxito. Mais adiante vou explicá-las em detalhe. E uma boa proposta para vocês? Estão de acordo?

Muito bem, então começamos.

Quem de vocês tem um problema com o sucesso e quer trabalhar comigo?

Hellinger escolhe um homem do público, que havia levantado a mão.

Hellinger: - Começarei contigo, qual é o assunto?

Homem: As vezes sinto a tendência a me retrair. Tenho medo de não ser autêntico, de não viver devida e corretamente.

Hellinger: A retirada é naturalmente um movimento para menos, menos, menos e menos. Sucedeu algo quando você era pequeno?

Homem: Não sei nada de concreto sobre isso. Talvez tenha sido abandonado. Porém não estou seguro.

Hellinger: Você tem uma lembrança concreta do abandono?

Homem: Quando eu tinha três anos, meus pais saíam frequentemente à noite. Eu não o sabia. Despertava e ninguém estava ali e durante horas não encontrava ninguém.

Hellinger: Esse é um fato que impulsiona um movimento para o menos. Agora temos que encontrar algo que possa reverter esse movimento e dirigi-lo para mais.

O homem seca uma lágrima que escorre em seu rosto.

Hellinger ao grupo: O que ele descreveu é uma das causas fundamentais para o fracasso e para um movimento para o menos.

É minha observação, e essa se clareia cada vez mais, que esse movimento está em conexão com um fato ocorrido na tenra idade, devido ao qual repentinamente decidimos afastar-nos em vez de nos aproximar.

O TRAUMA ORIGINAL

O fato é, quase sempre, o abandono e o sentir-se abandonado é um trauma. Assim como o participante do caso antes mencionado o descreveu, claramente foi um trauma. Praticamente a maioria de nós tem a experiência de um movimento de entrega a alguém, mas um movimento que não foi possível concluir. Por exemplo, porque os pais não estiveram presentes.

Isso se dá principalmente entre os 3 e os 4 anos, geralmente antes dos 5 anos. O efeito é, tal como pudemos observá-lo, que a criança ficou desesperada. “Mas onde estão meus pais? Estou perdido?” Esse é o trauma. No fundo é o trauma original.

Todos os traumas que mais tarde vierem nos afetar tem a mesma origem: um movimento que teria sido necessário, mas que não foi possível completar.

A incapacidade de nos mover desencadeia esse tipo de trauma.

Os tratamentos do trauma, também para traumas posteriores, são na realidade muito simples. Um movimento que naquele momento não foi possível volta a colocar-se lentamente em movimento, contra todos os medos, até que se possa chegar à meta.

Esse movimento traz consigo a cura.

Para o trauma, que denomino trauma original, vale o mesmo.

O movimento interrompido volta a colocar-se em marcha e daí emerge a solução.

MEDITAÇÃO: O MOVIMENTO INTERROMPIDO EM DIREÇÃO À MÃE E SUAS CONSEQUÊNCIAS

Para olhar mais profundamente isso de que lhes falo, sintonizem-se comigo para realizar essa outra meditação.

Fechem os olhos.

Vamos à nossa infância, para muito atrás, para uma situação como a que acabo de compartilhar com vocês: quando quisemos estar com mamãe ou com papai e eles não estiveram presentes.

Refiro-me àquele momento quando de imediato nos sentimos abandonados.

O que ocorreu nesse momento em nossa alma?

Que sentimentos houve?

Houve raiva, talvez?

Houve desespero?

Em seguida, tomou-se necessário o ato de desconectar-se, porque a situação era insuportável e a decisão interna era a seguinte:

- Eu me retiro, já que ninguém está realmente disponível para mim. Eu me encontro sozinho, parado sobre meus pés.

Quando a mãe voltava a apresentar-se, permanecíamos retraídos.

Já não nos aproximávamos dela.

Repentinamente, temos outra imagem interna sua, uma imagem que está ligada à dor, abandono ou recusa.

Essa imagem é a que então nos acompanha uma vida inteira.

Aqui começa o movimento para o menos em tudo o que fazemos. Assim, por exemplo, quando a mãe queria aproximar-se de nós, nos retirávamos.

Já não buscamos sua proximidade.

Isso continua através de toda a vida.

Uma e outra vez, quando outros estiveram abertos a nós com amor, tínhamos medo e nos fechávamos, fechávamos nosso coração.

Em vez de nos aproximar, nos retirávamos.

Isso segue ocorrendo posteriormente, em todos os sentidos.

Por exemplo, na relação de casal.

Em vez de nos aproximar, nos afastamos.

Quando o outro se aproxima, nos retraímos.

Tudo é um movimento para o menos.

Agora se trata de inverter este movimento e de olhar como solucionar esse trauma.

Isso somente se consegue ali, onde começou tudo: com a mãe. Quando revisam em vocês mesmos quantas imagens têm de sua mãe, em comparação com aquilo que ela, através de muitos anos, fez por vocês dia a dia, talvez lhes restem umas cinco, todas elas cheias de reclamações ou de recusa.

A cura e o movimento para mais começam com uma mudança dessas imagens. Para aí os levo agora.

Ajudo vocês a mudar essas imagens e substituí-las por imagens bonitas.

MEDITAÇÃO: O MOVIMENTO DE REGRESSO

Regressamos ao tempo em que aconteceu o trauma e depois, mais atrás ainda, ao tempo antes do trauma em si mesmo.

Voltamos a outras experiências que tivemos com nossa mãe. Experiências felizes, cheias de confiança, começando com essa imagem: nós, junto a seu peito, sustentados por ela, nutridos por ela, com o olhar em seus olhos, cheios de amor.

E também vamos para outras experiências afortunadas com frequência. Aparentemente são apenas pequenas coisas, nas quais fomos felizes até ficar abobados, porque nos sabíamos seguros e a salvo: a infância feliz.

Com essas imagens damos espaço a essa infância feliz e aos sentimentos ligados a elas, a mãe em todo sentido próxima, amados por ela, sustentados por ela em todos os sentidos.

Ela provém daqueles dias em que se necessitávamos algo, ela estava presente em todo momento. Bastava apenas chamar, e ela estava ali, sempre.

Permitimos que essa imagem se expanda agora em nossa alma, até que nos preencha por completo.

Com essa imagem no coração, olhamos para nossa mãe depois do trauma.

Sustentamos essa imagem. Deixamos que ganhe espaço por cima da outra imagem, um espaço amplo. Então, olhamos nos olhos de nossa mãe e nos aproximamos dela com um pequeno primeiro passo, apesar do medo. Tomamos uma nova decisão por cima da decisão antiga e dizemos a nossa mãe:

- Eu venho. Eu venho de volta.

Damos esse pequeno passo sempre olhando para ela nos olhos. Então, apesar da dor de antes, damos o passinho seguinte. Novamente esperamos até que tenhamos o sentimento de que somos capazes, realmente capazes de dar o passo seguinte, trazendo à memória as outras experiências prematuras, as experiências felizes. Assim, seguimos lentamente, centrados, passo a passo, até que nos fundimos em seus braços e nos fundimos felizes.

Não digam nada. Assim está bem.

MEDITAÇÃO: O MOVIMENTO EM DIREÇÃO A NOSSO PARCEIRO OU PARCEIRA

O movimento interrompido na direção a nossa mãe, bem como suas consequências, reflete-se igualmente em nossas relações de casal. Em vez de nos aproximar de nosso parceiro ou parceira, nos retiramos e esperamos do outro que venha ao nosso encontro. Fazemos uma meditação sobre isso.

Fechem os olhos.

Imaginamos o nosso parceiro ou parceira.

Prestamos atenção para identificar até que ponto o movimento interrompido em direção a nossa mãe se mostra de forma parecida, ou inclusive idêntica, a nossa relação de casal.

Antes de nos aproximar, voltamos a visualizar como conseguimos nos acercar de nossa mãe: com os mesmos temores e os mesmos passos, até que finalmente terminou tudo bem.

Depois de um tempo, vamos refletir e continuar.

Agora nos aproximamos internamente, de igual modo, de nosso parceiro ou parceira.

Em vez de esperar, nós é que nos dirigimos a ele ou a ela com imagens felizes no que se refere à sua grandeza.

Damos os primeiros passinhos nessa direção, até que conseguimos o movimento e, felizes, podemos nos entregar em seus braços.

MEDITAÇÃO: O MOVIMENTO PARA NOSSA PROFISSÃO

Levo ainda mais adiante essa meditação, porque as consequências do movimento interrompido na direção de nossa mãe se revelam também em nossa profissão e em nosso trabalho.

Em vez de recorrer a ele e fazer algo com alegria, nos retraímos e iniciamos um movimento para menos, em vez de para mais.

Fechem seus olhos.

Novamente regressamos à aproximação vitoriosa de nossa mãe.

Em seguida, voltamos ao sucesso do movimento em direção ao nosso parceiro ou parceira.

Ao chegar a esse ponto, olhamos nossa profissão e também aqui repetimos o mesmo movimento.

Afastamos-nos do menos para ir para o mais.

Assim está bem. Deixemos que isso se assente.

Depois de um tempo:

Agora já nos encontramos em pleno sucesso.

Podemos aplicá-lo a muitas situações concretas.

Depois, continuamos a aprender sobre as leis do sucesso.

O que experimentamos em nós mesmos é a base de todo sucesso. Tudo o mais se toma mais simples e também pode ser manejado de forma mais fácil. Também aqui é necessária uma mudança: uma mudança total. De pouco para muito e de menos para mais, em todos os sentidos.

HISTÓRIA: A PLENITUDE

Um jovem perguntou a um ancião:

- Qual é a diferença entre aquilo que já fostes daquilo que ainda serei?

O ancião respondeu:

~ Eu fui mais.

Mesmo que pareça que o dia jovem, que chega, seja mais do que o dia velho que se vai, o velho foi antes dele.

O jovem, mesmo que tenha tanto por vir, somente pode ser o que já foi, e se tomará mais quanto mais tiver sido.

Tal qual o velho em outros tempos, o jovem, no início, sobe bruscamente até o meio dia, alcança o zênite ainda antes do calor pleno, parecendo estar suspenso aí por algum tempo, nas alturas, até que enquanto a tarde cai, mais e mais seu peso crescente o arrasta, de modo que o dia só fica completo se ele, como o velho, tiver sido todo.

Contudo, o que já foi não está passado.

Permanece porque já foi, continua agindo, por mais que já tenha sido, e por causa do novo que o acompanha, assim se faz mais.

Assim como a gota redonda de uma nuvem que passou, o que já foi se funde ao mar que permanece.

Somente aquele que nunca pôde ser nada, porque nunca o sonhamos sem o haver experimentado, o que pensamos sem haver realizado e que descartamos sem pagar o preço pelo que escolhemos, isso sim está passado. Disso não fica nada.

Portanto, o Deus do tempo justo se nos apresenta como um jovem com um topete na frente e uma carequinha atrás. Pela frente, podemos segurá-lo pela mecha, mas por trás pegamos o vazio.

O jovem então perguntou:

- O que devo fazer para que de mim resulte o que tu já fostes?

O ancião respondeu:

- Ser!

A ADOÇÃO DO PONTO DE VISTA DO ESPÍRITO

As meditações a seguir foram dirigidas originariamente a um adulto que quando criança foi adotado por outros pais.

No entanto, em boa parte podem ser transferidas a ti mesmo, porque o movimento fundamental é igual em todas as pessoas, indistintamente de seu destino particular.

A CRIANÇA

A criança adotada também tem seus pais, do mesmo modo que as outras crianças.

Também obtém sua vida desses pais específicos.

Pertence a essa família, como todos os demais membros dessa família.

Está ligada a ela, seja qual for seu destino particular, e todos os demais membros dessa família serão influenciados por esse destino. Eles fazem parte desse destino, como se fosse também seu destino. A adoção não muda nada a esse respeito.

Absolutamente nada.

Também para a criança adotada vale o fato de que seus pais lhe são apresentados tais como são.

Convertem-se em seu destino tal como este lhe é determinado. Toda reclamação voltada como se tivessem sido culpados de fato por eles e toda exigência posterior dirigida a eles dirige-se contra essa força do espírito que a ambos, aos pais e à criança, movem de tal maneira que ninguém pode ser diferente do que é.

Então, uma criança que foi dada em adoção:

Como pode e deve manejar seu destino de forma espiritual?

Como pode e deve proceder para reconhecer e aceitar a força desse destino que lhe coube e, no bom sentido, reconhecê-lo e aceitá-lo como algo grande, tal como é?

O OUTRO AMOR

A criança pode imaginar seus pais ainda que não os conheça. Somente necessita fazer contato com seu interior e já sabe tudo com respeito a eles, porque nela estão presentes.

Estão presentes em forma física, porque seguem vivendo nessa criança.

Porém, também o estão na alma do filho.

A criança se sente como eles. Carrega algo deles e também por eles. Está implicada em seus destinos e nos destinos de suas famílias. Sofre como eles. Anseia como eles e deseja algo que os cure, tal como eles. Sente-se culpada como eles e quer expiar como eles, a culpa que tenha sido entregue a eles.

A criança, tal como seus pais, somente pode desligar-se dessas implicações e de suas consequências de uma maneira espiritual. Quando consegue estabelecer o vínculo, mais além do ostensivamente pesado, com um movimento do espírito que os alcança a todos com a mesma entrega, toma-os a seu serviço para algo mais

além deles mesmos.

É um serviço que os faz crescer tanto quanto aos outros.

Porque a adoção é difícil para todos os envolvidos e se converte em seu destino, com o qual se fazem mais humanos, amorosos, humildes e grandes.

MEDITAÇÃO: A DESPEDIDA

Proponho-lhes um exercício interior que ajuda a uma criança que tenha sido dada em adoção a separar-se de seus pais com amor.

Esta despedida exige duas coisas:

Primeiro, o tomar.

Aqui me refiro a tomar por completo tudo o que tenha sido dado à criança por seus pais.

Segundo, a renúncia a querer mais, a renúncia completa, a renúncia para sempre. Como se pode realizar este exercício em detalhe?

A criança fecha os olhos e imagina sua mãe e seu pai.

Amaram-se como homem e mulher. Não poderia ser de outro modo. Sejam quais foram as circunstâncias, uma força maior se apoderou deles.

Ela quis que, através desse amor, esta criança recebesse a vida. Assim, a criança olha para sua mãe e para seu pai tal como foram tomados a serviço por esta força.

Ao mesmo tempo, olha mais além deles para esta força e se inclina profundamente diante dela.

Sente como esta força lhe presenteia seu amor e a vida através de seus pais e como essa força a sustenta com amor.

A criança se entrega a esta força e a seu movimento em total abandono e diz:

- Sim, tomo de ti, tudo; tal como me dás por meio desses pais e deles tomo minha vida.

Abro minha alma e meu coração amplamente para receber esse presente.

Sustento-o e o honro.

Vou com ele, seja aonde for que me indique. Obrigado.

Em seguida, a criança olha sua mãe, tal como é, tal como foi tomada a serviço por esta força e olha tudo o que a ela lhe custou e o que talvez continuará lhe custando.

Diz-lhe:

- Querida mamãe, assim a tomo pelo preço completo, o seu preço, e meu preço. Assumo qualquer preço, o seu e o meu.

Obrigado.

Ainda que me tenha entregado para sempre, eu sigo levando você comigo, assim como é, como minha mamãe, que me foi presenteada com amor por esta grande força. Você também, mamãe, pode seguir tendo a mim para sempre.

Eu ainda te pertencço.

Quando alguma vez precisar de mim, você segue sendo minha mãe e eu sigo sendo sua criança.

Então a criança olha para seu pai, tal como é, tal como foi tomado a serviço por esta força e olha tudo que a ele lhe tenha custado e talvez lhe siga custando.

Diz-lhe:

- Querido papai, assim o tomo de você, pelo preço completo, pelo seu preço e pelo meu preço.

Assumo qualquer preço, o seu e o meu.

Obrigado.

Ainda que me tenha entregado para sempre, eu levo você comigo, assim como você é, como meu papai, que me foi presenteado com amor por esta grande força.

Também você pode seguir tendo-me para sempre. Eu ainda pertença a você.

Quando por acaso precisar de mim, você segue sendo meu pai e eu sigo sendo sua criança.

Então a criança volta a olhar para sua mãe e lhe diz:

- Querida mamãe, eu a vejo como a minha mamãe e a mim como a sua criança.

Também vejo você como a filha de sua mãe e de seu pai, ligados a eles com amor, também ligados ao seu destino e a tudo que carregaram com sua família.

Também eu estou ligado, através de você, a eles e a seu destino, assim como o tiveram que tomar.

Deixo você aí, seja como for que tenha sido atraído para aí.

Também eu sei que me encontro ligado a eles. Porém olho mais além de todos vocês, para esta força que nos move e a cujo serviço nos encontramos. Eu me entrego a ela, e junto com vocês lhe digo:

- Sim.

E digo-lhe:

- Obrigado.

Aí lhe deixo, assim como esta força os toma e os sustenta, com amor.”

Depois de um tempo, a criança volta a olhar para seu pai e lhe diz: - Querido papai, eu vejo você como meu papai e eu como sua criança. Também vejo você como filho de sua mãe e seu pai, ligados a eles com amor, também a seu destino e a tudo que carregaram com sua família.

Também eu estou ligado, através de você, a eles e ao destino deles, assim como o tiveram que tomar. Deixo você aí, seja como for que o que tenha atraído você para eles.

Também sei que me encontro ligado a eles. Porém olho mais além de todos vocês. Olho para esta força que os move, tal como ela é, em cujo serviço todos vocês se encontram e se encontravam.

Eu me entrego a ela junto com vocês e lhe digo:

- Sim.

E lhe digo:

- Obrigado!

Aí os deixo, assim como esta força os toma e os segura, com amor.

O CAMINHO

Seguidamente a criança olha para aqueles que o acolheram e que lhe possibilitaram a vida.

Diz-lhe:

- Me foram presenteados, tal como são.

Vocês se dedicaram a mim quando fui demasiado para meus pais. Agora são, para mim, pai e mãe.

Agora vocês se converteram para mim em meus pais.

Vocês me foram presenteados como meus segundos pais.

Eu os aceito, assim como me foram presenteados, seja qual for o preço que lhes tenha e que a mim me custe, seja qual for o destino que os tenha determinado a converter-se em meus novos pais.

Então a criança também olha mais além deles para esse poder que mantém todos os destinos em suas mãos, porque quer a todos tal como são. Inclina-se diante desta força que tudo move.

Entrega-se a ela com amor e lhe diz:

- Sim. Assim tomo minha vida e meu destino de você.

Assim me deixo sustentar e guiar por você, assim cumpro com o que me presenteia e vou para onde você dirige minha vida.

Obrigado.

O INSTANTE

Onde e como se encontra agora esta criança?

Ainda se encontra desorientada?

Ou se sente acolhida de maneira maravilhosa?

Sabe-se ligada para trás, para sua origem, para onde alcance e por remoto que seja.

Com cada fibra de seu corpo sabe-se ligada a seus antepassados e a sua força de vida, com eles em unidade.

Sabe-se unida com o poder espiritual que os tomou a seu serviço, assim como foram e assim como são.

Nesse serviço ninguém foi melhor nem pior, nem mais pobre nem mais rico.

Todos foram igualmente amados e iguais diante do serviço à vida. Assim também esta criança se sabe igual a eles.

Sabe-se igualmente amada e igualmente acolhida.

Em todo instante sabe-se aí presente, totalmente presente, presente em sua plenitude, presente no amor, presente com todos, conjuntamente presente.

MEDITAÇÃO: A MÃE

Quero dizer algo a respeito da mãe.

Fechem os olhos. Olhem as imagens que têm de sua mãe.

Quantas imagens são?

São mais de cinco, apesar de que ela se preocupasse com vocês ao longo de vinte anos, estando disponível dia e noite?

Quando eram pequenos, ela não podia dormir, porque continuamente velava por vocês para estar presente no momento em que dela necessitassem. E agora?

Somente ficaram cinco imagens?

Como são a maioria delas?

Imagens nefastas, imagens prepotentes, imagens destrutivas? Inclusive talvez, desejaram sua morte?

O que resta da mãe? Quanta força?

Agora mudamos essas imagens. Algumas vezes houve uma ruptura na infância. Por exemplo, quando mamãe não esteve presente, sejam quais fossem os motivos. Talvez porque vocês estiveram hospitalizados ou viveram com outras pessoas por algum tempo. Então tomaram a decisão:

Não regressar jamais a ela.

Tudo o que sucedeu antes, as belas e profundas lembranças se encontram como extintas. Agora regressamos ao tempo anterior a esta ruptura, às lembranças felizes, às imagens felizes. Damos espaço a elas em nosso interior. Permitimos a nós mesmos reviver esta felicidade infantil: o temo cuidado, a segurança, a proximidade, a singular intimidade.

Acompanhados por estas imagens felizes nos arriscamos a dar um passo para nossa mãe.

Apesar da raiva, apesar da desilusão, mais além de nossa decisão de outrora, de jamais voltar a aproximar-nos dela.

Arriscamos o primeiro passo, um pequeno passo, olhando-lhe continuamente aos olhos.

Depois juntamos todas nossas forças e damos o seguinte pequeno passo.

E depois, novamente outro passo, muito lentamente.

Tendo-a sempre presente frente a nossos olhos.

Tomamos coragem para o seguinte passo até que nos deixamos cair em seus braços abertos. Finalmente, estamos de novo em casa. Querida mamãe.

O AMOR À NOSSA MÃE: TAL COMO É

Uma das grandes dificuldades que enfrentamos é que nossas expectativas com respeito a nossa mãe vão muito além do que uma mulher comum pode dar.

Frequentemente, ela, nossa mãe, tinha que ser ainda melhor que Deus.

Ai dela!

Se não é como Deus, então lhe fazemos reclamações.

Que pode fazer ela então?

É uma grande injustiça que lhe fazemos.

Quando eu me dei conta disso, escrevi uma carta a minha mãe.

Faz muito que ela faleceu, porém lhe escrevi uma carta.

Podem fechar os olhos.

Enquanto conte isso, podem contemplar sua própria mãe.

A carta a minha mãe dizia aproximadamente isso.

MEDITAÇÃO: QUERIDA MAMÃE

Querida mamãe.

Tu és uma mulher comum como milhões de outras mulheres.

Te amo como a uma mulher comum.

Somente por haver sido uma mulher comum, amastes meu pai e também ele é totalmente comum.

Assim foi como se juntaram: como homem e mulher.

Amaram-se como homem e mulher, ato totalmente normal e comum. Como milhões de outras mulheres e homens.

De seu amor surgiu eu.

Sou um fruto de seu amor, um amor totalmente comum, assim como homem e mulher que se amam.

Então estiveram me esperando com esperança e também com temor, pensando que tudo resultaria bem.

Então me deste a luz com dores, assim como outras mulheres dão a luz a seus filhos, ato totalmente normal e comum; assim é como a natureza o tem determinado.

Então estava aí, vocês me olharam e se surpreenderam:

- E esta a nossa criança? Pensaram.

Olharam-se nos olhos e disseram:

- Sim, é nossa criança e nós somos seus pais.

Deram-me um nome, pelo qual sou chamado.

Deram-me seu nome e comunicaram a todas as pessoas:

- Esta é nossa criança e nos pertence.

Sim, e então me cuidaram ao longo de muitos anos.

Sempre se preocuparam com o meu bem estar e com o que eu talvez necessitasse. Assim estiveram presentes

para mim e como milhões de outros pais, também estiveram presentes para seus filhos, de forma totalmente comum.

Por haverem sido tão comuns, também cometeram erros e houve coisas que me doeram.

Porém, somente porque cometeram faltas, eu pude crescer e pude me fazer como vocês.

Agradeço-lhes que foram tão comuns.

Assim os amo, exatamente como foram.

Assim foram bons para mim.

Querida mamãe, ainda tenho que dizer-lhe algo importante.

Libero-te de todas as minhas expectativas.

Que vão todas mais além do que se possa exigir de uma mulher comum. Ninguém fez mais por mim do que tu.

É muito mais do que foi necessário.

Assim te amo, totalmente comum, como és, querida mamãe.

PERDÃO, MISERICÓRDIA, AMOR

Faz alguns meses estive em Israel com alguns acompanhantes também na Universidade Ben-Gurion.

Um professor que aí advoga muito pela paz entre israelitas e palestinos, nos disse:

- Curioso. Se os alemães pedissem o perdão dos judeus, estes não poderiam conceder.

Ao mesmo tempo, os israelitas esperam que os palestinos talvez lhes perdoem.

MEDITAÇÃO: O PERDÃO

Refleti a respeito do que significa perdoar ao outro.

Temos na realidade permissão de fazer algo semelhante?

Quando imaginamos o que sucede em nossas almas quando falamos ou pensamos no perdão, que sentimos?

Sentimos: perdão somente se dá com pequenas coisas e em reciprocidade.

Quando outro se fez culpado frente a nós, por exemplo, quando nos feriu, o perdão que tem efeito é silencioso.

É sem palavras. É benevolência.

Esquecemos o que aí ocorreu.

Omitimos isso.

Fazendo deste modo, o outro sente o amor.

Quando vemos que também nós nos fizemos culpados frente a ele, responde do mesmo modo.

Passa por alto e o esquece.

É uma forma muito humana de perdoar.

No fundo é simplesmente indulgência.

Agora nos incluímos a um movimento onde interiormente possamos sentir, o que é que sucede em nós, quando perdoamos deste modo?

E também sentimos o que sucede em nós quando outros nos perdoam deste modo. Algo mais há que considerar aqui.

Quando em uma relação dizemos ao outro:

- Eu te perdoou.

Na alma passa algo totalmente diferente.
Com isso, simultaneamente o declaramos culpado.
Esse perdão assim expresso, separa.
Não pode salvar uma relação, pelo contrário,
Destrói uma relação.
Portanto, retomamos a esse perdão, que une com amor, a ambas partes e em uníssono.

MEDITAÇÃO: A RENÚNCIA

Há fatos onde todo perdão é vedado.
Por exemplo, nos homicídios.
Somente temos que imaginar o seguinte:
O que sucede na alma de um culpado, se está esperando que o perdoemos?
Nesse momento, ele perde de vista as vítimas.
Em vez de sentir e sofrer com elas e fazer o luto pelo que lhes fez, olha para si mesmo.
Quer ser aliviado de sua carga, sem assumir as conseqüências da mesma.
Agora sentimos em nós, o que acontece em nós, quando esperamos um perdão e o imploramos.
Nos libera?
Nos dá força?
Ou nos fazemos prepotentes?
O que sucede em nós quando dizemos ao outro:
- Te perdooo?
O que fazemos com isso?
Temos permissão de fazê-lo?
Ao expressar algo assim nos colocamos junto a um poder maior ou até por cima do mesmo, como se pudéssemos e tivéssemos a permissão de dispor a respeito da culpa e inocência e, em última instância, de vida e morte.
Quando de nós não é esperado nenhum perdão e tampouco é concedido, fica inviolável a grandeza daquilo que aconteceu.
O culpado salvaguarda sua dignidade, renunciando ao perdão e nós honramos sua dignidade ao não perdoá-lo.
O entregamos ao bom critério de algo maior.
Algo mais está ligado a isso.
A culpa grande dá força, quando a reconhecemos e aceitamos suas conseqüências.
Presenteia ao culpado a força para alcançar algo que os inocentes jamais alcançam, porque lhes falta essa fortaleza. Agora olhamos a nossa culpa e a culpa de outros de maneira reverente.
Então nos experimentamos, tanto a nós, como aos demais, em outro amor, diante disso que é maior.

MEDITAÇÃO: A MISERICÓRDIA

No entanto, podemos nos dirigir de certa maneira àqueles que já não podem esperar nenhum perdão. Como?
Através da misericórdia.
A misericórdia é um movimento da alma e do coração diante de um sofrimento e uma culpa que são perpétuos.

Então, talvez, façamos algumas obras de misericórdia e ao mesmo tempo saibamos que com isso não se podem anular a culpa e o sofrimento.

Sintonizamo-nos com o que esta misericórdia causa em nós. Com esta misericórdia nos fazemos iguais aos outros. Aceitamos a impotência que eles padecem e nos sentimos impotentes.

Quando assim nos experimentamos misericordiosos, não julgamos nem perdoamos.

Nem uma coisa nem a outra.

Somente estamos aí presentes com eles.

O AMOR

O que aqui disse a respeito do perdão, da negação do perdão e da misericórdia, no fundo, o disse a respeito do amor.

Porém é um amor especial.

Está por cima e mais além daquele amor que ainda quer algo.

HISTÓRIA: O CHAPÉU EM UM ESPANTALHO

Um grupo de homens movidos pela mesma visão se reuniram e comentaram seus planos para um futuro melhor.

Eles ainda se sentiam principiantes, portanto concordaram fazer as coisas de outra maneira.

O comum, o cotidiano e esse eterno ciclo, lhes parecia demasiado estreito.

Eles buscavam o singular, o amplo e esperavam encontrar-se a si mesmos como nunca ninguém o havia alcançado.

Em sua mente já se viam na meta, imaginavam como será então e decidiram atuar:

“Primeiro - disseram - temos que buscar um Grande Mestre, porque daí se começa”. Logo empreenderam o caminho.

O mestre vivia em outro país. Pertencia a outro povo.

Dele se haviam contado muitas maravilhas, porém ninguém parecia saber nada sobre ele com exatidão.

Logo ficou atrás o habitual, posto que aí tudo era diferente:

Os costumes, a paisagem, a língua, os caminhos, o objetivo.

As vezes chegavam a um lugar do qual se dizia que aí se encontrava o mestre, porém sempre que tratavam de averiguar algo mais, escutavam que justamente acabava de partir e ninguém sabia o rumo que havia tomado.

Apesar de tudo, um dia deram com ele.

Encontrava-se trabalhando no campo com um agricultor. Assim ganhava seu sustento e seu leito para a noite.

A princípio não podiam crer que esse fosse o mestre longamente ansiado; também o agricultor ficou assombrado ao ver que consideravam tão especial ao homem que trabalhava com ele.

Aquele, no entanto, disse: “Sim, sou mestre. Se querem aprender de mim, permaneçam uma semana mais, então os instruirei”.

Os homens em seguida entraram ao serviço do camponês e, em troca, recebiam comida, bebida e alojamento.

Depois de 8 dias, ao cair da tarde, o mestre os chamou, se sentou com eles debaixo de uma árvore e lhes contou uma história.

Faz muito tempo, um homem jovem refletiu a respeito do que queria fazer com sua vida. Provinha de

uma família distinguida, havia ficado a margem das consequências da penúria e se sentia obrigado a buscar o sublime e o melhor. Assim, deixou ao pai e a mãe, três anos se uniu aos ascetas, logo os deixou também. Encontrou depois a Buda em pessoa e se deu conta que tampouco isso lhe bastava.

Queria chegar ainda mais alto, até onde o ar já se toma rarefeito e se respira com dificuldade, até onde ninguém antes havia chegado.

Quando por fim chegou aí, se deteve. Era o final daquele caminho e reconheceu que se havia perdido.

Então quis tomar o rumo contrário.

Baixou, chegou a uma cidade, conquistou a cortesã mais bonita, associou-se com um rico comerciante e logo também ele se fez rico e respeitado.

No entanto, ainda não havia baixado até o mais profundo do vale, tão somente se movia ao longo da margem superior.

Para arriscar-se totalmente faltava-lhe coragem.

Tinha amante, mas não mulher; tinha um filho, mas não foi pai.

Havia aprendido a arte do amor e da vida; no entanto, não havia amado nem vivido.

Começou a detestar o que não havia tomado, até que se fartou e também deixou aquilo.

Aqui o mestre fez uma pausa. Logo disse:

“Talvez reconheçam a história e também sabem como acabou. Diz-se que o homem, finalmente, se fez humilde e sábio e amante do comum. Porém, o que é isso, se a princípio desaproveitou tanto!

O que confia na vida não refuga o próximo para buscar o ideal longínquo.

Primeiro domina o comum, porque do contrário, também o extraordinário e inusual de sua vida, supondo que exista, não é mais que um chapéu em um espantalho.

Fez-se o silêncio, também o mestre se calou.

Logo levantou-se sem meia palavra e se foi.

Na manhã seguinte foi impossível encontrá-lo.

Naquela mesma noite havia retomado seu caminho e não havia dito para onde iria dirigir-se.

Agora, os que tanto tempo pareciam motivados pela mesma visão, voltaram a encontrar-se sozinhos, sem apoio de ninguém. Alguns deles não queriam crer que o mestre os havia deixado e partiram a buscá-lo de novo.

Outros apenas eram capazes de distinguir entre seus desejos e seus medos e deixando-se levar por Deus tomaram qualquer caminho.

MEDITAÇÃO: O PRÓPRIO

No entanto, houve um que refletiu.

Voltou de novo junto à árvore, sentou-se e olhou ao longe até que seu interior chegou a calma.

Tirou tudo que o pressionava e colocou diante de si, como quem, depois de uma longa marcha, tira a mochila antes de descansar.

E se sentiu leve e livre.

Aí estavam pois, diante dele, seus desejos, também seus medos e suas metas, e sua necessidade real.

E sem olhá-los detidamente e sem querer nada determinado, como quem confia no desconhecido, esperou a que ocorresse por si mesmo, que cada qual encontrasse o lugar que lhe correspondia no todo, de acordo com seu próprio peso e hierarquia.

Não tardou muito; se deu conta de que lá fora tudo se fazia menos, como que algumas de suas ideias

escapassem como ladrões desmascarados, em fuga. E compreendeu finalmente. Aquilo que havia considerado como desejos próprios, medos próprios e metas próprias, nada lhe haviam pertencido jamais. Tudo isso provinha de outra parte, totalmente distinta e somente havia se aninhado em sua vida.

No entanto agora seu tempo havia acabado.

Parecia colocar-se em movimento aquilo que ainda ficava diante dele.

Regressava a ele o que realmente lhe pertencia e tudo se achava em seu lugar certo.

A força se recolhia em seu centro e foi então quando pode reconhecer sua própria meta, a que lhe correspondia.

Esperou um pouco ainda, até que se sentiu seguro.

Depois se levantou e se foi.

MEDITAÇÃO: O SEGUNDO NASCIMENTO

O segundo nascimento parece em muitos sentidos inevitável, tanto para a mãe como para a criança.

Toma-se inevitável, quando a ambos corresponde a outra coisa.

À mãe toca uma despedida que é vivida como morte.

Ela deixa atrás de si o que lhe é valioso e, de uma maneira ampla, purifica-se para outro mundo e para outro amor.

Vou estender a meditação.

O segundo nascimento é a preparação para um extenso nascimento, o terceiro nascimento.

Do seio da terra nascemos para uma dimensão espiritual e para outra existência, não sem antes termos nos purificado.

Senão talvez tenhamos que regressar a essa vida, renascidos uma vez mais, até que, depois do primeiro nascimento, também alcancemos o segundo, até que o alcancemos de forma pura.

Como experimentamos, como filhos, o segundo nascimento? Também somos purificamos?

Ou depois desse nascimento seguimos apegados ao peito materno com nossos sentimentos?

Talvez mais adiante, convertidas também em mães, tenhamos que experimentar de igual modo esse segundo nascimento, como antes o fez nossa mãe, até que tenhamos vivido o segundo nascimento, tanto pelo lado da criança como pelo lado da mãe, e o alcancemos em um sentido que abarque tudo.

Também nosso pai vive o segundo nascimento, ainda que de outro modo. Também ele é purificado por meio desse mesmo nascimento, sobretudo se o alcançar junto com a mãe.

Com o segundo nascimento inverte-se o movimento da vida.

Em vez de voltar-se para a vida que chega, gira para o final e para esse outro, que está oculto e chegará depois daquele que está nos aguardando.

Será que depois do segundo nascimento acaba a vinculação entre mãe e criança? Acaso ele será interrompido para sempre?

Mãe e criança voltarão a se encontrar novamente, sobretudo em momentos de emergência?

Esse segundo nascimento volta a reunir as duas de outra maneira, de forma transfigurada. Reúne-as modestamente, sem pretensões.

No entanto, permanecem presentes uma para a outra diante de tudo, diante da penúria da morte.

Ambas olham juntas mais além desta vida.

Ambas despedem-se uma da outra.

Em sua despedida, ambas são puras.

HISTÓRIA: A POUSADA

Conto agora uma história, mas sob a forma de meditação, a meditação de um amor que libera.

Alguém caminha pelas ruas de sua terra natal.

Ali tudo lhe parece familiar, e uma sensação de segurança o acompanha. Também há uma leve sensação de tristeza, pois muitas coisas também permaneceram ocultas para ele, que uma ou outra vez encontrou à sua frente portas fechadas.

Às vezes ele quis deixar tudo e marchar para longe. Porém algo o retinha, como se estivesse lutando contra um desconhecido e não pudesse separar-se dele sem antes conseguir sua benção. E assim sente-se dividido entre a vontade de ir adiante e a vontade de voltar, entre caminhar ou permanecer.

Esse homem chega a um parque, senta-se em um banco, reclina-se, respira profundamente e fecha os olhos.

Deixa de resistir ao longo conflito e confia em sua força interior. Sente-se então tranquilo e como que se verga, qual um junco no vento, em sintonia com a diversidade, com o amplo espaço e com o tempo estendido.

Enxerga a si mesmo como uma casa aberta.

Quem quiser entrar pode chegar; e quem que chega traz algo, permanece ali um tempo e finalmente se vai.

Assim, nessa casa há um contínuo movimento de ir e vir, de trazer e levar, de ficar e de partir.

Quem chega pela primeira vez e traz algo novo, por permanecer se faz velho e finalmente chegará o tempo da sua partida.

À casa aberta também chegam muitos desconhecidos que durante bom tempo foram esquecidos ou excluídos.

Também eles trazem algo, permanecem um tempo e, finalmente, se vão.

Também chegam os malvados, aos quais preferiríamos proibir-lhes a entrada; eles igualmente acrescentam algo, se incluem, permanecem um tempo e, finalmente, se vão.

Quem quer que venha sempre encontra outros, aqueles que chegaram antes ou os que virão depois.

E como são muitos, cada qual tem que compartilhar.

O que tem seu lugar, também tem seu limite.

O que quer algo tem que se adaptar.

O que tenha vindo pode desenvolver-se enquanto fica.

Ele chegou porque outros se foram e irá embora quando outros vierem. Assim, nessa casa há tempo e espaço suficientes para todos. Estando assim sentado, o homem encontra-se à vontade em sua casa, sente-se familiarizado com todos os que vieram e com os que virão, com os que trouxeram algo e como os que trarão, com os que ficaram e com os que estão agora, com os que partiram com os que partirão.

Para ele, aquilo que antes estava inacabado agora está completo. Sente como se uma luta tivesse chegado ao seu final e aí se toma possível a despedida.

Ele espera ainda um pouco a chegada do momento propício.

Então finalmente abre os olhos, lança um último olhar ao seu redor, levanta e se vai.

COMEMORAÇÃO DE MORTOS

OS MORTOS

Digo algo com relação aos mortos de tal maneira que possam acompanhar-me interiormente e para que, em seu profundo interior encontrem um vínculo amoroso com seus mortos.

Onde se encontram os mortos?

Desapareceram?

Com a morte tudo terminou?

Quando plantas ou animais morrem, não nos preocupamos com isso. Eles seguem presentes para nós, em suas sementes ou nos seus descendentes ou mesmo nos seres vivos para os quais serviram de alimento.

Contudo, como é que a morte ocorre conosco, seres humanos?

Nossa parte espiritual e nossa alma estão sujeitas ao desaparecimento da mesma maneira?

Por acaso estão vinculados, como a parte material, ao ciclo da morte e, por esta razão, são alimento e adubo a serviço de outros?

Será que seguem talvez subsistindo de outra maneira no plano material?

Nossas experiências com mortos apontam nessa direção.

Às vezes se nos apresentam tão vividamente nos sonhos como se ainda estivessem presentes, como se quisessem algo de nós, como, por exemplo, se necessitassem de um reconhecimento ou despedida com amor, para que finalmente possam alcançar a separação deste plano.

Às vezes temos que arrumar algo para eles, algo que lhes tira a paz e que os mantém enganchados a essa vida. Se fizermos por eles isso de que ainda necessitam, depois de algum tempo ele vão se manter à

distância, como se pudessem permanecer para sempre com os mortos e com eles encontrar a paz.

Por outro lado, os vivos também se sentem atraídos pelos mortos.

Os vivos também anseiam pelos mortos, querem unir-se a eles.

Por exemplo, às vezes uma mãe se sente atraída por sua criança morta, ou uma criança sente-se atraída por sua mãe morta.

Anseiam a morte porque querem voltar a reunir-se com a pessoa amada, que lhes faz tanta falta.

Para elas, esses mortos ainda estão presentes e sua própria morte é como se fosse a continuação de sua vida aqui.

Outros experimentam uma irresistível atração pela morte, como se um morto ou uma morta os estivesse arrastando poderosamente para lá. Parece que esses mortos somente alcançarão a paz quando tenham consigo e junto a si alguém que ainda está vivo.

Mas talvez não seja propriamente o vivo, como pessoa, que querem ter junto a si, mas apenas sua lembrança amorosa, seu apreço e seu agradecimento.

Quando, por exemplo, uma criança que perdeu prematuramente sua mãe - talvez até mesmo no parto - olha com amor a mãe morta e de coração lhe diz “obrigado”. Assim fazendo, tem fim anseio da mãe de querer estar unida à criança na morte.

Então, de imediato essa criança já não sente essa atração que a arrastava para essa mãe morta.

De modo similar, isso vale para os assassinos e suas vítimas. Porque também os assassinos são atraídos por suas vítimas, e algumas dessas vítimas não encontram a paz até que seus assassinos estejam mortos junto com eles.

No entanto, também aqui, às vezes a vítima encontra sua paz quando seu assassino reconhece com amor e sem medo sua própria morte, pois, para ele, o passo real para a reconciliação com sua vítima seria a própria morte, que o faria semelhante e unido a essa vítima.

Terei eu falado aqui realmente apenas dos mortos ou terei falado talvez somente dos vivos?

Não o sei. Às vezes não posso distinguir uns dos outros.

Não se acham presentes os dois, apenas de maneira diferente, uns , visíveis e outros ocultos aos nossos olhos?

Os mortos seguem sendo enigmáticos para nós.

Encontram-se simultaneamente afastados e próximos.

Talvez sejamos nós que estamos perambulando entre eles sem saber. Às vezes, no entanto, revelam sua presença de uma maneira poderosa, que inspira temor, ajudando ou aniquilando. Vemos que de vez em

quando os mortos tomam posse dos vivos, por exemplo, por meio de curandeiros, pelos quais alcançam coisas invisíveis para os outros.

Esse curandeiro não se lembra em detalhes do que fez ou falou. Lembra-se somente de que outro, que é um morto cujo nome quase sempre conhece, que falou e atuou através dele.

Talvez alguns personagens da história que tenham trazido desgraça para muitos seres humanos também achavam-se sob o domínio de mortos assim, que por um lado lhes proporcionavam poder e ao mesmo tempo os protegiam de maneira misteriosa. No entanto, também não sabemos disso neste plano. Talvez isso simplesmente nos tome mais cautelosos em nossos julgamentos.

Ao mesmo tempo, isso talvez venha a aguçar nosso medo, porque nos damos conta de nossa impotência.

Muitas vezes, na vida cotidiana, experimentamos o contato com os mortos, como se eles estivessem se entregando amavelmente a nós principalmente os mortos de nossa família. Acompanham-nos por um tempo, como se ainda estivessem entre nós, até que depois de um tempo se desligam de nós e nós nos desligamos deles.

A pergunta é: Para onde vão os mortos? Será que eles se vão para sempre para longe de nós? Haverá para eles um reino próprio? Ou será que depois de um tempo irão submergir no nada, no esquecimento eterno? Ninguém o sabe.

A outra pergunta é: O que resta para nós, que ainda vivemos e temos a morte continuamente diante de nossos olhos e podemos até mesmo sentir sua presença?

Quase sempre, justamente quando tememos a morte e queremos deslocar ou calar seu chamado, resta-nos aceitar e formular a seguinte pergunta: o que será e como será? Então somos consolados desde já, aqui e agora.

NO TRANSCURSO DA VIDA

“No transcurso da vida somos abraçados pela morte”.

Como um dançarino que nos enlaça com sua mão nos faz dançar.

Mas o que faz é dançar a dança da vida.

É fria sua mão?

Ou talvez cálida?

Somente com ela, se ela determina o compasso e sua melodia, converte-se em uma dança ardente.

Quando nos esgotamos e queremos terminar, ela nos leva para outro espaço onde muitos supõem que encontrarão a paz?

Ou continua ali a dança, mas com outra melodia?

Por acaso também ali estaremos em movimento?

Será que a paz com que alguns sonham depois da dança da vida é enganosa?

De onde vem essa ideia?

É melhor dizer: “Levanta, continua dançando”!

O FUTURO

EXERCÍCIO: PARA NOVAS MARGENS

Vou fazer um exercício com vocês.

Fechem os olhos.

Imagine que, um dia, você pensa: - Trabalhei o suficiente e também alcancei algo. Agora vou percorrer o mundo.

Você volta por um tempo ao seu lugar de origem, sai ao ar livre, cruza uma ponte e chega a uma paisagem

aberta e ali respira profundamente.

Por fim tudo é amplo.

Você segue seu caminho.

Depois de um tempo, a rua acaba em um rio.

- O que faço agora? Regresso?, você se pergunta.

Você reflete.

Porém, primeiro olha além do rio, para a outra margem, e vê tudo que há ali, que era até agora inalcançável para você, e pensa:

- Jogo o tudo pelo todo.

Tira a roupa, faz com ela um embrulho, coloca-o sobre a cabeça e atravessa o rio a vau até a outra margem.

Quando chega do outro lado, você se deita ao sol e deixa que ele te seque. Em seguida volta a vestir a roupa e continua o caminho.

De imediato, vê algo que jamais havia visto.

E então diz: “Esse é meu lugar”.

HISTÓRIA: O HÓSPEDE

Nessa história conduzo vocês e os levo através de um rodeio aparentemente longo ao ponto que importa.

Surpreendentemente, algo se resplandece e se interna em nossa alma. Em algum lugar, muito longe daqui, ali onde há algum tempo se encontrava o longínquo Oeste, um homem peregrina com uma mochila nas costas, atravessando uma terra vasta e deserta.

Depois de horas de caminhada, com o sol já no auge, o caminhante, com uma sede imperiosa, vê no horizonte a casa de uns camponeses. Pensa “Graças a Deus! Por fim novamente um ser humano nessa solidão.

Aí vou parar, pedirei algo para beber e, talvez, até nos sentemos no terraço e conversemos, antes de seguir meu caminho”. E imagina o lindo que será.

Ao aproximar-se, no entanto, se dá conta de que o sitiante está ocupado arrumando o jardim em frente à casa e então o invadem as primeiras dúvidas.

Provavelmente ele tem muito que fazer e se lhe digo o que quero parecerei aborrecido e ele até poderia pensar que sou um cara de pau.

Assim, ao passar pela porta do jardim, somente saúda o sitiante com um aceno de mão e segue seu caminho.

O sitiante, por sua parte, já o havia visto de longe e se alegrou: “Graças a Deus! Por fim novamente um ser humano nessa solidão. Talvez até ele venha até aqui. Então tomaremos algo e talvez até nos sentemos no terraço e conversemos, até que ele siga seu caminho”. Assim, entrou em casa para gelar as bebidas. Porém, ao ver que se aproximava o forasteiro, também começou a duvidar.

- Ele deve estar com pressa e se lhe digo o que quero, parecerei inconveniente e ele poderia pensar que vou importuna-lo.

Se tiver sede, ele mesmo vai entrar. Melhor será que eu vá ao jardim para mostrar naturalidade e não constrangê-lo. Assim, vendo que estou trabalhando, ficará à vontade para se ele a ele e faça-o ver que tenho o que fazer. Aí ele me verá e se quiser virá a ter comigo. Quando finalmente o outro somente lhe fez sinais para saudá-lo e continuou seu caminho, disse a si mesmo: -Que pena!

E o forasteiro continuou caminhando. O sol foi ficando mais alto, sua sede aumentava e passaram-se horas até que divisou outra granja no horizonte.

Disse a si mesmo: - Dessa vez entrarei na casa do sitiante de qualquer maneira. Estou com muita sede, preciso beber alguma coisa. O sitiante o viu de longe e pensou:

- Espero que esse homem não venha comigo. Era só o que me faltava! Tenho tanto que fazer que não estou

para ninguém.

E seguiu com seu trabalho sem levantar os olhos. O forasteiro o viu no campo, foi ao seu encontro e lhe disse:

- Tenho muita sede. Dê-me alguma coisa para beber, por favor.

O sitiante pensou: - Não posso dispensar o homem agora, afinal também sou um ser humano. Levou-o para dentro de casa e lhe serviu uma bebida.

O forasteiro exclamou: - Estive olhando seu jardim. Nota-se que é obra de alguém que entende, que ama as plantas e que sabe do que necessitam. O sitiante alegrou-se com essas palavras e respondeu:

- Vejo que tu também entendes dessas coisas.

Sentaram-se e conversaram por um bom tempo. Em seguida, o forasteiro colocou-se de pé e disse: - Já é hora de ir embora.

Porém o sitiante resistiu e exclamou: - Olha, o sol já está baixo. Fica essa noite comigo, assim poderemos sentar-nos no terraço e conversar, antes de que amanhã continues teu caminho.

O forasteiro aceitou. Ao cair da tarde, sentaram-se no terraço enquanto a ampla terra ficava transfigurada pela luz do crepúsculo. Quando a escuridão começou a invadir tudo, o forasteiro começou a contar como havia se transformado o mundo para ele desde que tomara consciência de que havia outro que o acompanhava a cada passo. A princípio ele não queria acreditar que houvesse alguém que andasse sempre ao seu lado, que quando se detinha, também se detivesse, que quando voltava a empreender seu caminho, também o fizesse.

Ele levou um tempo para entender quem era esse seu companheiro. Minha fiel companhia, disse, é a minha morte.

Estou tão acostumado que já não posso prescindir dela.

É minha mais leal e melhor amiga.

Quando não sei o que é correto e nem como devo agir, faço uma parada no caminho para pedir-lhe uma resposta.

Exponho-me a ela por completo, em corpo e alma, sabendo que ela está aí e eu aqui. E sem aferrar-me a nenhum anseio, espero que dela me chegue um sinal. Quando estou centrado e a encaro com coragem, depois de um tempo ela me faz chegar uma palavra, como um relâmpago que ilumina o que estava escuro.

Então, estou claro.

Ao sitiante pareciam estranhas essas palavras.

Por um longo tempo permaneceu olhando a noite em silêncio. Depois, também ele viu quem lhe acompanhava: sua própria morte. Inclinou-se frente a ela. Pareceu-lhe que o que ainda restava de sua vida havia se transformado; preciosa como o amor, que conhece o adeus e, como o amor, preenche até quase transbordar.

Na manhã seguinte comeram juntos e o sitiante disse:

“Ainda que te vás, me fica uma amiga”.

Depois saíram da casa e se despediram.

O forasteiro continuou seu caminho e o sitiante voltou a seu campo.

MEDITAÇÃO : AJUDAR GUARDANDO DISTÂNCIA

Vou fazer um exercício.

Fechem os olhos.

Imaginamos a alguém, sentimos que queremos fazer algo por ele ou ela.

Por exemplo, um cliente, porém que seja um de nossa família, alguém, a quem queremos ajudar, alguém pelo qual nos preocupamos, por exemplo, uma criança.

Nos expomos a essa pessoa guardando uma distância.

Uma ampla distância.

Assim permanecemos e nos mantemos sem intenção, sem preocupação, sem pena, sem medo, sem temor ao que poderia chegar a suceder.

De imediato vemos que algo se transforma na pessoa e em nós.

Como é que conseguimos entrar em sintonia, tanto a pessoa como nós, com algo maior e mais além de nossa preocupação?

Então olhamos mais além dessa pessoa.

Para seu destino e mais além desse destino para o longínquo. Simplesmente estamos aí, presentes e centrados.

Então com o olhar focado nesse maior, dizemos, antes de tudo:

- Sim! Talvez ainda uma segunda palavra:

- Por favor! Acompanhamos esses movimentos e nos exercitamos cada vez mais para compreender o que uma ajuda espiritual finalmente significa.

Sentimos a diferença em nosso corpo, em nossa alma e em nosso amor.

A PERFEIÇÃO

Nesse contexto posso comunicar algo totalmente revolucionário. Nas religiões existe a exigência da perfeição.

Assim, no catolicismo há grupos focados completamente na perfeição. Por exemplo, as ordens. Pessoas integram uma ordem porque reclamam perfeição. Em uma ordem semelhante, os exercícios, as meditações e a oração, porém também o que fazem, tudo isso aponta na direção do perfeccionismo pessoal, como se dá no caso das enfermeiras.

O mesmo vale também para o budismo.

As meditações estão a serviço do perfeccionismo pessoal.

E estas pessoas jamais chegam a um final.

É admirável a quantidade de energia que flui para essa atitude.

Os que têm chegado muito longe são declarados santos.

É claro que isso é estupendo.

Sim.

E que descobri agora?

Aquele que aspira a perfeição sente que algo lhe falta.

Porém o que é o que lhe falta?

São as pessoas que em sua família são excluídas.

Por isso é imperfeito.

Está incompleto.

Essas foram minhas observações.

Por conseguinte, quando conseguimos levar ao nosso coração a todas as pessoas que pertencem a nossa família, de imediato sentimos-nos completos. Então já não necessitamos buscar.

Esta é a verdadeira perfeição.

Estas compreensões são de longo alcance.

Isso se dá em seguida no nível do espírito, de modo que nos entreguemos a tudo, tal como é, para que

possamos aceitá-lo, tal como é.

Com ele nos integramos à totalidade. Nessa aspiração de perfeição, como o vemos nas ordens e também no budismo, é inevitável que aqueles que vão progredindo nesse caminho se sintam melhores, mais desenvolvidos e que então sirvam de exemplo para outros, para que transitem esse mesmo caminho.

No nível do espírito, assim aceitamos a tudo, tal como é, então em nada nos diferenciamos daquilo que é.

Estamos em sintonia com tudo, tal como é, somos iguais a tudo diante de algo maior. Ninguém é melhor e ninguém é pior.

Todos são movidos por algo comum.

Aqui, neste nível, se encontra a felicidade, a verdadeira felicidade, a felicidade que permanece.

Fazendo-nos iguais a todos, entregues a todos da mesma maneira, também estamos completos.

MEDITAÇÃO: NOSSA FRASE

Farei uma meditação com vocês.

Fechem os olhos.

Vamos para a nossa família, para todos os que pertencem a ela.

Nos integramo-nos a ela e nos colocamos no lugar que nos corresponde.

Exatamente em nosso lugar.

Aí ficamos.

Sentimos a conexão com todos e percebemos como os destinos dessa família também estão aguardando por nós.

Como estão esperando algo de nós.

Algo que finalmente traga a calma.

À medida que nos expomos a tudo isso e também ao destino que isso contém, porém sempre mantendo-nos em nosso lugar, esperamos, até que depois de um tempo todos os que formam nossa família, lhes dizemos algo.

Uma frase...

Nossa frase.

Não somente comunicamos a eles a frase, senão que a mesma também nos abarca.

A frase que nos é apresentada, também nos alcança.

Como nos diz respeito e podemos consentir com ela, todos se sentem aliviados. Essa frase nos une a todos da maneira mais profunda. Talvez tenham encontrado uma frase semelhante.

Dou-lhes um exemplo de uma frase assim.

Alguém, olhando a todos, pronuncia:

“Eu permaneço”.

OS CAMPOS DO ESPIRITO

Cada um de nós se move em um campo do espírito.

Nesse campo tudo o que em uma família alguma vez foi está presente. Todas as pessoas que alguma vez tenham pertencido a essa família encontram-se presentes nesse campo; também todos os mortos e também todos os fatos ocorridos.

Essa compreensão tem consequências de amplo alcance.

Nenhum de nós pode desfazer-se de algo que lhe pertence.

Em nossa família não podemos desfazer-nos de nenhuma pessoa.

Por exemplo, não podemos desfazer-nos de uma criança abortada. Tampouco podemos desfazer-nos de uma criança que se perdeu. Nem podemos desfazer-nos de uma doença.

Nem podemos desfazer-nos de um parceiro anterior.

Todos estão presentes nesse campo.

Todos os integrantes desse campo têm o mesmo direito de pertencer. Todos os que foram excluídos seguem tendo um efeito nesse campo. Até que cada um dos excluídos consiga recuperar novamente seu lugar. Somente assim chegará a calma a esse campo.

MEDITAÇÃO: O REGRESSO

Fechamos os olhos e vamos para nossa família, que colocamos diante de nosso olho espiritual.

Colocamos todos. Também aqueles que não conhecemos pessoalmente. Sentimos em nosso corpo se alguém que também pertence ainda leva uma vida na sombra. Esperamos até que também ele se mostre. Como vai?

Teve que fechar seu coração?

Agora permitimos que se aproxime e lhe olhamos nos olhos. Dizemos a ele: - Se ninguém te olha, eu te vejo. Em meu corpo e em minha alma te dou o lugar devido.

Percebemos, então, o que muda em nós. Como nos fazemos mais amplos. Como respiramos mais profundamente.

Como conquistamos uma confiança distinta e um amor distinto. Talvez sejam muitos os que estão aguardando para ter a permissão de regressar ao seu lugar na família. Também de gerações passadas. Tomamos o tempo completo de que tanto nós como eles necessitamos para poder nos abraçar íntima e afetuosamente.

Todos felizes e completos.

NOSSAS DOENÇAS

Comentarei algo que é importante para nossa saúde.

Ainda que muitas enfermidades se encontrem em dissonância conosco, encontram-se em ressonância com pessoas excluídas ou esquecidas.

Frequentemente uma doença olha para uma pessoa excluída.

Quando junto com essa doença contemplamos o membro excluído do sistema e lhe damos um lugar em nossa alma e em nosso coração, a doença cumpriu com seu serviço e talvez possa retirar-se.

CRIANÇAS DIFÍCEIS

Algo similar vale para as chamadas crianças difíceis.

Há crianças com as quais os pais se preocupam muito.

Por exemplo, os filhos com alguma adição, filhos agressivos ou filhos que já não querem estudar ou que são hiperativos.

No entanto, somente são crianças boas que, com sua conduta, estão obrigando os pais e a família inteira a olhar para onde eles estão dirigindo seu olhar: para uma pessoa excluída. Se também os demais membros da família olham para aí, as crianças podem respirar aliviados e de imediato voltam a normalidade.

Tenho visto, por exemplo, que em geral as crianças hiperativas olham para um morto. É alguém que a família não vê. Se a família então o contempla com amor, as crianças se tranquilizam.

Os que padecem de uma adição sempre olham para uma pessoa excluída.

A quem olham, sobretudo?

Ao pai depreciado, assim se dá no campo do espírito.

Tudo isso é de grande importância para a relação de casal.

MEDITAÇÃO: COMPLETAR-SE

Agora quero fazer um exercício, uma meditação, para poder ensaiar essa ressonância.

Fechem os olhos e sintam por dentro seu corpo.

Onde dói algo?

Onde talvez não funcione um órgão e adoeceu?

Dirigimo-nos com amora essa doença e a essa dor.

Dizemos-lhes:

- Levo-te à minha alma, tal como és.

Deitamo-nos junto a essa doença e a esse órgão e esperamos até encontrar a sintonia com a doença, órgão ou dor.

Então percebemos para quem essa doença está olhando, para qual membro de nosso campo foi esquecido ou excluído. Talvez essa pessoa somente surja como uma sombra.

Olhamos para aí e aguardamos.

Deixamo-nos levar pela doença e por essa dor.

Dizemos a essa pessoa:

- Sim, te vejo, te amo, te levo na minha alma.

Percebem o que muda?

AJUDAR EM SINTONIA COM UMA FORÇA MAIOR

Quando quero ajudar alguém, tenho a permissão para fazê-lo?

Está permitido ter o propósito de fazer algo de melhor maneira? Está permitido tentar mudar o destino de um ser humano?

Está permitido tentar salvá-lo?

Para onde o salvo, então? ,

Posso salvá-lo da força criadora da qual provém, em todo instante, toda a vida?

Se compreendemos isso, vemos que nossa atitude fundamental com respeito a ajudar muda completamente.

Quando quero ajudar alguém porque tenho pena dessa pessoa, lástima humana, através da minha pena acuso essa força.

De outro modo, se me encontro e mantenho-me em sintonia com essa força, tenho que reconhecer que essa pessoa acha-se em boas mãos.

Essas são reflexões filosóficas e notamos quão diferente se faz nossa atitude fundamental diante do que significa ajudar.

Pois bem, se agora comparamos isso com a formação que recebem muitos ajudadores ou psicoterapeutas, notaremos que frequentemente se lhes pré-determina o que é bom para um ser humano e como se tem que tratá-lo de maneira correta.

O perigo reside em que esse tipo de ajuda aparta o indivíduo de seu caminho interior e de seu destino e muitas vezes termina fracassando.

Considerando essas reflexões, podemos compreender melhor o que significa ajudar em sintonia com essa força criadora pela qual se entende que aqui ninguém é melhor e ninguém é pior.

De imediato podemos ajudar-nos mutuamente em sintonia com essa força.

Isso, diante de tudo, está a serviço da felicidade humana.

MEDITAÇÃO: TU E EU, NÓS DOIS

Fechem os olhos.

Olhamos com amor alguém que queira nossa ajuda.

Com que tipo de amor olharemos?

Honramos através dele o outro e seu destino?

Temos pena dele como se fosse menos amado por esta força criadora, que foi, e segue sendo em cada instante, nossa origem comum?

Estamos em sintonia com esta força e entregues a ela em todos os sentidos?

Talvez secretamente lhe estejamos dirigindo uma reclamação, como se tivesse que guiar e amar o outro de modo diferente?

Agora nos colocamos ao lado desse outro. Em vez de olhá-lo como se estivesse frente a nós, o vemos ao nosso lado e juntos contemplamos outra luz, uma luz criadora, e esperamos até que diga:

- Que se faça!

Iluminados por ela, ambos, iluminados, nos inclinamos profundamente. De imediato, ambos sabemos o que é adequado para nós nesse instante e nos unimos a isso, seja o que for que nos pede e o que nos dá.

AJUDAR COM DIGNIDADE

Quero acrescentar algo mais sobre o ajudar.

Muitas vezes os ajudadores têm a ideia de que ao oferecer sua ajuda poderiam proteger alguém das consequências de seu comportamento.

No entanto, alguém somente conserva sua dignidade e sua força se concorda com as consequências de sua conduta.

Ajudo alguém de boa maneira quando mantenho sob meu enfoque as consequências de seu comportamento. E se ele não o faz, olho em seu lugar para elas. Quando quero desculpar a conduta de alguém, possivelmente quero protegê-lo das consequências de sua conduta.

O que sucede então com esse ser humano?

Ele ainda pode crescer?

Ou ele se detém e deixa de aproveitar seu futuro?

Para ele, só existe futuro se puder enfrentar as consequências de sua conduta, consentir e carregar com elas.

Desse modo, converte-se em outra pessoa.

Diante de tudo, converte-se em uma pessoa que tem força.

Seja qual tenha sido seu comportamento, se consente com as consequências do mesmo, consegue futuro e pode crescer.

EXEMPLO

Ao serviço social para a juventude chega uma mulher muito jovem de dezesseis anos com uma criança e manifesta que não pode criar ao menino e que quer dá-lo em adoção. Se o serviço social dá espaço a esta solicitação, ajuda a mulher a não olhar e não assumir as consequências de sua conduta.

Eles talvez o façam por compaixão por essa pobre mulher.

E o que sucede com a criança?

Também se compadecem dela?

Essa maneira de compaixão é barata, pois não exige da mulher assuma as consequências de seus atos. Se, em troca, ajudam-na a assumi-las, ainda que custe algo, a todos vai bem. Faz bem à mulher e à criança também.

Além disso, faz bem ao ajudador. Porém necessita-se de força para exigir a alguém que assuma as consequências de sua conduta. Podemos alcançar isso se nos mantemos focados na totalidade do sucesso;

nesse caso, por exemplo, na mãe e na criança na mesma medida.

MEDITAÇÃO: O RECOLHIMENTO

Voltem a fechar os olhos. Recolhemo-nos em nosso centro.

Aí tudo conflui e obtém sua plenitude. Aí tudo está em seu devido lugar. Tão então experimentemos em nós essa plenitude, olhamos alguém que está aguardando nossa ajuda. Assim, centrados, olhamos tanto para ele como aqueles dos quais essa ajuda, que ele está esperando, lhe exija algo, que ele terá que assumir em sua totalidade. Especialmente a esses outros lhes damos nossa atenção e amor. Assim, centrados, vivenciamos o amor total, e aquele que está esperando nossa ajuda a experimenta através de nós de uma maneira que o faz estar pronto e disponível para o inevitável.

Ao mesmo tempo, vivenciamos outro amor e outra força, capaz e livre para a ajuda determinante.

O INSTANTE

Toda vida vive no instante. Somente no instante conseguimos viver realmente.

Quando penso no futuro, desperdiço o instante. Quando penso no passado, deixo escapar o instante. Por tanto, vivemos de instante em instante.

No instante temos o todo. Quando penso em algo que poderia ter no futuro, não o tenho, porque não o tenho no instante.

Por conseguinte, a felicidade sempre é momentânea.

Não há felicidade no futuro, tampouco no passado.

Felicidade é agora. Oh, como poderiam ser felizes se os casais vivessem no instante presente.

MEDITAÇÃO: NOSSA FELICIDADE NO INSTANTE

Recolhemo-nos em nosso centro, de instante em instante, sem deixar-nos distrair por aquilo que foi, nem por aquilo que virá. Permanecemos totalmente no aqui e no agora, sejam quais forem as imagens internas que surgirem diante de nós.

Todas são imagens do passado ou imagens que vão mais além do presente.

Por exemplo, todas as preocupações.

Permanecer no instante sem olhar para trás ou para adiante exige de nós o último.

No entanto, no instante tudo se toma totalmente simples e fácil.

Nele, tudo se faz amplo e aberto.

Permitimo-nos desfrutar todo instante. Agora, um por um, livre de toda preocupação e de todo temor.

De instante em instante, experimentamos tudo em sintonia com tudo e com todos na felicidade completa.

Capítulo II

HOMEM E MULHER

O AMOR ENTRE HOMEM E MULHER

Meu tema aqui consiste em refletir a respeito de: como se alcança o amor? Onde se encontra o início desse amor? Como se alcança esse início? Ele é alcançado através do tomar e do reconhecer, daquilo que nossos pais nos deram em amor, em segurança e em pertencimento. Então chega o momento quando, como filhos, temos que sair de casa. Nem sempre podemos permanecer como filhos. Quando tomamos muito, chega a hora em que também nós queremos e podemos fazer algo. O que queremos fazer? O que podemos fazer? Seguimos transmitindo esse amor. Como?

O homem encontra uma mulher e a mulher encontra um homem. Mutuamente se atraem e se vinculam com amor. Se ambos tomaram dos seus pais o que eles lhes ofereceram e lhes presentearam, transbordam-se de amor. Não, porém, em um enamoramento encantado. Transborda de amor alguém que está enamorado?

Para quem olha o que está enamorado? Olha para o parceiro ou parceira? Ou olha para si mesmo? O enamoramento é a expectativa de receber algo. O que é que, acima de qualquer coisa, queremos receber através do enamoramento? Aquilo que temos sonhado tomar de nossos pais e não obtivemos. Agora o parceiro ou a parceira tem que completar a entrega. Isso significa o enamoramento. Porém, justamente por estar enamorado, depois de um tempo, resulta que também tenho que dar algo. E assim que chega o desencanto.

De imediato vemos quão diferente é o parceiro ou parceira e quão particular se nos aparece. Nesse caso, tomamos o que nos pode dar como parceiro ou parceira, não como pai ou mãe, e ao mesmo tempo lhe damos o que nós podemos obsequiar como parceiro ou parceira, como adultos. Então, assim o amor mútuo tem força.

A SEGURANÇA DE PERTENCER

Qual é a necessidade mais profunda em uma relação de casal?

De que se trata em última instância? Trata-se da segurança de pertencer, que me,saiba seguro ou segura de que o outro permanece comigo. Quer dizer, de que permaneceremos juntos e que poderemos nos confiar mutuamente uma vida inteira. Ele e ela estão aí presentes, um para o outro. Nesse caso, como se demonstra que o casal está disposto a dar-se essa segurança? Nota-se quando formalizam a relação e se casam. Esse é o compromisso público. Pertencemos um ao outro, visível e manifestamente para todos e com todas as suas consequências. Comparem isso com, por exemplo, o enunciado: “vamos permanecer juntos, porém não queremos nos casar, apenas somos um casal.” Podemos sentir a diferença, quando se apresenta uma situação em que nosso consentimento ao outro ou nossa disposição de estar aí para o parceiro ou parceira está em perigo. E, por sua vez, quando nos damos conta de que tampouco o outro está disposto a presentear-nos com essa segurança.

MEDITAÇÃO:

A CONCORDÂNCIA COM O OUTRO TAL COMO É

Fechem os olhos. Olhamos para nosso parceiro ou nossa parceira, tal como é, tão diferente de como, talvez, nós o havíamos imaginado e concordamos com ele ou ela, assim como é. Dizemos-lhe:

- Sim, tal como és. Exatamente como és, sem o desejo de que de alguma maneira seja diferente de como é. Como se sente então o parceiro ou parceira? Sente-se seguro. O que comove sua alma?

O amor: um amor agradecido de que concordamos com ele ou ela tal como é, exatamente como é. Quando a outra parte do casal faz o mesmo, ambos estamos seguros, seja o que for que chegue depois. Assim podemos confiar mutuamente e contar com o outro.

Nem sequer temos que dizê-lo porque o parceiro ou parceira o sente por si mesmo. Em seguida, atrevemo-nos a dar o passo seguinte em comum.

CRESCER NO AMOR

O que significa então amor entre homem e mulher?

Significa concordar mutuamente com o modo como somos, um e outro. Ambos sabemos que somos diferentes entre nós.

Homem e mulher somos na verdade totalmente diferentes. Concordando com o outro tal como ele é e sintonizando-me em amor com ele, se o assentimento da cabeça chega ao movimento da alma, o outro sente esse movimento de assentimento e responde a ele com sua sintonia. Entrando ambos na mesma sintonia, em mim se interioriza tal como é, como é, diferente de mim, e por esse assentimento, através de meu parceiro ou parceira, me enriqueço. Aqui podemos sentir o que significa o crescimento.

Crescimento significa que recebo algo novo e o interiorizo.

O outro começa a ser parte de mim. Assim cresço.

Assim também cresço em uma relação, vendo o outro tal qual é. Quando o vejo dessa maneira, ele converte-se em uma parte minha e eu em uma parte sua.

IMAGENS DO AMOR

Os casais manejam o amor de diferentes maneiras. Alguns escolhem o amor cômodo. Portanto, se encontram, com seu ponto de vista, junto à margem de um rio e o rio de amor e sua forte corrente corre mais além deles. Outros não têm princípios a respeito do amor. Lançam-se na torrente e aprendem a nadar. De imediato são sustentados pelo fluxo da água. Esse amor chega suavemente a sua meta. Alguns casais encontram-se em margens opostas. Contemplam-se com seus distintos pontos de vista a respeito do amor. Somente podem encontrar-se se ambos atravessam o rio.

Então podem sustentar-se mutuamente e a correnteza os leva consigo muito mais seguros. Estas são somente imagens. O verdadeiro amor vai mais além das palavras.

SEXUALIDADE E MORTE - INTRODUÇÃO

A sexualidade é uma manifestação contra a morte. O que enfoca a sexualidade, diante de tudo? A morte. O que quer superar a sexualidade? A morte. Por isso, a sexualidade está estreitamente ligada à morte e nos custa a maior quantidade de vidas.

Viver significa sobreviver a muitos mortos. Existe outra imagem peculiar. Diante de tudo, quem olha para a vida?

Quem se dirige mais para a vida? O homem ou a mulher? Claramente, o homem. O homem é o que, diante de tudo, representa a vida. Quem salva uma criança da morte? Primeiramente o homem. Outra observação estranha. As mulheres encontram-se mais próximas da morte. Não sei se tenho a permissão de dizer tudo isso. São tão somente imagens. Vocês podem revisar qual é a imagem interna. Vou dizê-lo da forma mais extrema. A mulher olha mais para a morte da criança do que para a vida dela. Por isso, os filhos estão mais seguros de sua vida junto ao pai que junto à mãe. Essa é uma contemplação superficial. A vida da mulher corre mais perigo do que a vida do homem em muitos sentidos. Através da sexualidade também se perde vida; por exemplo, por um aborto espontâneo ou por um aborto provocado, ou de outra maneira. Com o que assim perde, a mulher está completamente conectada, de uma maneira distinta à do homem. Portanto, com perdas que custam a vida, a mulher está mais vinculada com a morte que com viver. Podem sentir isso? Esse é o movimento que se dá nela. Este é o ponto de partida.

VIVER À CUSTA DA MORTE

Quero acrescentar algo mais sobre a sexualidade. Essa tem uma função frente à morte. É uma manifestação contra a morte de fato. Porque alguém quer ter filhos? Porque tem que ter filhos? Porque vai morrer. Mais adiante os filhos lhe possibilitam seguir na vida. Antes, se alguém não tinha filhos, estava perdido. De um lado, os filhos lhe asseguravam a sobrevivência; de outro lado, continuavam vivendo neles. Porém, a vida das crianças e a sobrevivência dos pais muitas vezes se alcançam à custa da morte de outros membros da família. Primeiramente, à custa da mulher. A transmissão da vida está estreitamente ligada ao perigo de morte pessoal. Também está vinculada com a morte pelo fato de que, às vezes, a vida que leva dentro de si

morre. Por exemplo, quando uma criança morre prematuramente no ventre materno ou se a mãe quer que morra, frequentemente com a ideia de então poder viver melhor.

Sacrifica uma criança para conseguir sua própria sobrevivência.

Vida e morte encontram-se aqui intimamente unidas, especialmente para a mulher.

MOVIMENTOS INTERNOS QUE SEPARAM DA VIDA E SE DIRIGEM A MORTE

Em nós há uma instância que também leva à morte. Essa instância é a consciência. Quando a mulher perde uma criança, ou quando a aborta, ou a mata, dirão alguns, é arrastada para essa morte.

Sente nela o anseio de seguir a criança morta. Aqui mais outra ideia tem um papel importante. Como homem, não posso me permitir saber e dizer muito a respeito. Não posso sentir e interiorizar-me da mesma maneira que uma mulher. Estou me referindo principalmente ao que vejo em Constelações Familiares, porém também ao que minha esposa, Sophie Hellinger, tem tomado compreensível em muitos aspectos. Há um conceito que evidentemente tem importância. No aborto, a mulher perde uma parte de seu corpo. Assim o creem algumas mulheres. Na sequência buscam recuperar o que foi perdido de diversas maneiras. Por exemplo, assim é a imagem que tenho disso, através de certos incômodos no baixo ventre. Parece que os miomas também representam algo que se foi. Portanto, a mulher é arrastada para os movimentos que levam à morte de múltiplas formas. Ou onde pelo menos existe a ideia:

- Me sinto atraída pela morte. Porém não têm que se desesperar.

Esse é o ponto de partida. A pergunta é: Há outro caminho? Primeiramente regressemos à consciência. Essa joga um papel importante em muitas das coisas que sucedem a uma mulher.

Por exemplo, está presente em múltiplas formas quando se põe a culpa em algo. Dessa culpa, portanto, por assim dizer, quer se desfazer. Por conseguinte, quando uma criança morreu ou se perdeu prematuramente, há movimentos interiores com a intenção de se igualar a ela. Então, há um alívio no sentimento de culpa, porém ao preço da vida. Portanto, todos esses movimentos gerados pela culpa e como expiação de uma culpa dirigem-se à morte. Podem me seguir nisso? Por conseguinte, tudo isso se opõe à vida e, assim, também se opõe ao objetivo da sexualidade, que cria e engendra vida, e que, assim, está a serviço da mesma, que inverte aqui seu movimento. Como resultado, muitas vezes a sexualidade acaba e é rechaçada.

Já não é integrada aos movimentos da vida. Ainda há outros motivos e situações. Por exemplo, quando a mulher se retira e se esquiva do homem, porque de uma ou outra maneira o faz responsável por aquilo que a aproxima a morte.

OS MOVIMENTOS DE VIDA

Todos ficamos presos à consciência e, assim, nos encontramos sob sua influência. Em muitas configurações podemos ver isso.

Agora se trata de encontrar a força. Me refiro à força de vida que supere a morte. Quer dizer, que de múltiplas maneiras ela afaste os movimentos que levam à morte, de modo que possamos liberar-nos deles. O decisivo é que possamos deixar ficar em paz os mortos, a todos os mortos, cuja morte associamos com a sexualidade.

Portanto, com eles estão as crianças que não nasceram, sejam quais forem os motivos, inclusive se a mulher - e aqui também o homem - se sinta culpado pela morte da criança.

Uma coisa tem que ficar completamente clara. A vida pode prosseguir, porque outra vida morre. Nós comemos aquilo que morreu. Vivemos da morte de outra vida. Essa é uma lei da existência. Muitas coisas têm que falecer para que alguns possam viver. O que digo agora, jamais antes o havia dito desse modo.

Me deixo guiar internamente e sei que me movo dentro de determinados limites. Os problemas com os quais nos encontramos aqui, neste trabalho, têm todos que ver com que alguém quer ir para os mortos. Vou dizê-lo de forma bem extrema: não reconhecemos que esses mortos que tenham sido sacrificados para a vida de outros, para que a vida pudesse continuar, querem, por sua vez, a vida de outros. Sua morte está a serviço da vida. Então, em concordância com os mortos, o movimento que está em sintonia com eles seria um movimento que lhes permita estar mortos e em paz. Por regra geral, não podemos fazê-lo devido aos sentimentos de culpa. Talvez sem culpa pessoal, simplesmente devido ao fato de perceber algo: que graças a

sua morte nós obtivemos um benefício. Por esse benefício queremos pagar um preço.

Com que? Com a morte.

Aqui cobra importância a lei da compensação. Como podemos superar essa atração à morte? As Constelações Familiares, em sua modalidade de ir com o movimento do espírito, nos assinalam um caminho. Vou percorrê-lo com vocês em uma meditação, a qual lhes permitirá compreendê-lo interiormente. Ao fechar os olhos poderemos fazê-lo internamente.

MEDITAÇÃO: O PASSO DECISIVO

Em nosso corpo e em nossos sentimentos percebemos como nos sentimos atraídos pelos mortos. Como muitos deles tomam posse de nossos pensamentos e de nossos sentimentos. Percebemos o impulso com o qual nos atraem para si, para seu reino. Ao mesmo tempo, outro movimento pode ser percebido. Estes mortos querem viver em nós em lugar de estar mortos. Eles não conseguiram o movimento para sua morte. Nós não podemos liberar-nos deles pela própria força. Agora vem o passo decisivo. Somente olhamos para diante. Somente pensamos para diante, vivemos somente para diante. Nos desprendemos, por assim dizê-lo, de nossa pele velha, de nossa velha pele de mortos e nos dirigimos para diante. Para diante e para o amplo. Nos dirigimos para outra profundidade, sempre mais longe, levados por um movimento criador de vida, focado para mais vida, para mais saúde, mais prazer, mais amor satisfeito, a dois. O que fazem os mortos que deixamos atrás de nós? Finalmente, todos fecham os olhos. Todos.

O QUE FAZ CRESCER OS CASAIS

Quando e onde nos experimentamos como mais vivos? No casal, quando juntos, homem e mulher, se fazem um em cada nível. Esse também é o caso quando transmitem a vida. O fato fundamental no qual a vida se completa e, ao mesmo tempo, inicia desde o princípio, é a consumação sexual. Essa é a realização da vida e a realização do amor. Por onde, tudo o que antecede e o que continua a uma relação de casal gira ao redor deste centro. Evidentemente, sei que essa referência às vezes desaparece do enfoque; a consumação sexual é excluída e abortada, porque outras coisas se encontram em primeiro plano. Por exemplo, a profissão, ou porque as circunstâncias assim o sugerem e o solicitam. No entanto, a vida somente continua nessa consumação. Não há outra coisa que se iguale em seu efeito. Pelo mesmo motivo, tampouco há alternativas que possam acercar-se ou inclusive substituí-la. Inclusive ali onde, nesse sentido pleno, se lhe negara ao indivíduo, a consumação sexual segue sendo a metade da vida e a metade do amor. Como crescer juntos como casal? Crescendo juntos a serviço da vida.

MEDITAÇÃO: A FELICIDADE DO INÍCIO

Agora olhamos nosso parceiro ou parceira e para esse amor do começo, com todo seu desejo e com toda sua realização. Trazemos esse parceiro ou parceira ao presente, com amor. O ocorreu, talvez desilusão, deixamos para trás, e focamos no brilho dessa evocação. Olhamos nosso parceiro nos olhos e, mais além deles, para seu coração. Ali encontramos a calma, a calma do amor satisfeito.

E nos alegamos de ver o parceiro com olhos brilhantes, e permitimos que o sol de então volte a iluminar nosso amor.

O OLHAR PARA UM TERCEIRO

Quando a relação de casal começa, homem e mulher se olham. Estão relacionados entre si. Porém, com o tempo, esse mero olhar mutuo não dura. Na sequência, temos que olhar para outra coisa, para algo que vai mais além de nossa relação de casal, para que juntos possamos empreender algo. O que um casal mais pode realizar é, desde sempre, a concepção e chegada dos filhos.

Eles completam e preenchem nossa relação de casal. Quando não é possível alcançá-lo, o que se tem em comum dirige-se para algo diferente, para algo criador e produtivo. No olhar conjunto para diante, a relação cresce. Nossa relação de casal está integrada ao cumprimento da vida, à continuação da vida, e encontra-se a seu serviço. Então podemos tomar tudo imperturbavelmente, o que, como casal, nos toca como exigência.

MEDITAÇÃO: A VIDA

Agora, junto com nosso parceiro ou parceira olhamos para tudo que conseguimos conjuntamente, sobretudo para nossos filhos.

Então nos olhamos nos olhos e nos alegramos. Juntos temos conseguido tanto e tanto temos nos enriquecido graças ao serviço à vida. Juntos o tomamos com amor e gratidão e nos sabemos felizes.

A FELICIDADE

O que comumente denominamos felicidade é frequentemente algo conhecido que se repete. Rege-se de acordo com um conceito.

A outra felicidade provém da concordância e pode estar ligada a uma grande dor, ao esforço, a crises e à desilusão. No entanto, no profundo tem algo tranquilo, algo imperturbável e grande. O que começa com a felicidade superficial é levado, passo a passo, e através das circunstâncias, para essa outra felicidade.

Em nossa sociedade, muitas vezes há comentários depreciativos que levam o parceiro ou parceira, depois de um tempo, a perder a vitalidade inicial. O que na realidade sucede é que se aproximam mais da realidade, deixam de fora os sonhos, que crescem graças à realidade, crescem interiormente. Isso tem outra força, diferentemente da ideia que tinha o casal quando iniciou sua relação.

A MULHER, CONSIDERAÇÕES PRELIMINARES

As mulheres são diferentes. Como homem, tenho a permissão de dizê-lo. Digo isso com um profundo consentimento. O que seria minha vida sem as mulheres? Sem elas, o que poderia conseguir para minha vida e para a vida de muitos outros? Estariam as mulheres conscientes de sua importância? Ou acaso às vezes se deixam envolver em algo que as faz parecer homens e isso as distrai de sua dignidade essencial? A que está alinhada a mulher? À maternidade. Uma mãe, comparada com outras mulheres que desvalorizam as mães, lhes é em muito superior. Somente como mãe a mulher se converte em mulher completa. Para a vida, nenhuma outra mulher cumpre mais seu papel e arrisca-se mais. Junto a ela, que papel toca ao homem? Ele a ajuda a conseguir a maternidade, e com ela compartilha a preocupação e a entrega aos filhos. Ainda que no fundo, esteja a serviço dela e dos filhos. Somente quando sente a ameaça de algum perigo e cuida então de assegurar a vida e a sobrevivência da família para fora, ele se coloca adiante ela, também em risco de vida, como a mulher no parto. Aqui, a serviço da vida, fazem-se iguais. A mulher pensa diferente do modo de pensar do homem. Diferente dele, ela está em ressonância com o suporte profundidade nela manifestado. Ela percebe o próximo com mais atenção e se entrega, cuida dele e o nutre. Ela o protege, deixa-o florescer e alegra-se de modo diferente. Ela percebe quando falta algo e o coloca em ordem. No entanto, mantém-se em segundo plano. Alguns irão objetar que isso contradiz a extensa opinião com respeito às mulheres que querem chamar a atenção, por exemplo, com a forma de vestir, de modo que às vezes parece que o mais importante para uma mulher é ser bonita. De alguma maneira, isso é certo. No entanto, ao homem lhe cede o passo, sobretudo, quando tem filhos com ele. Os filhos são seu orgulho e sua verdadeira beleza. Com eles reluz de outra forma. Quando vemos a mulher junto a seu marido, quem dos dois mantém ao outro na vida?

E o homem ou a mulher? Quem consegue fazer frente à vida, mesmo sem o outro, especialmente com a idade? Quem é e permanece para o outro como a fonte da juventude? Pelo geral, para o homem é uma mulher. Ainda assim mantém-se ao fundo e lhe cede o passo.

As mulheres são devotas. Enquanto nas religiões os homens frequentemente encontram-se no primeiro plano, as religiões contam com as mulheres e confiam nelas. São quem as mantem com vida.

As mulheres estão em uma sintonia mais profunda com o fundamento original da vida, independentemente da forma externa em que se mostre sua piedade. Diante de tudo, são elas que cuidam da religião e a transmitem. A mulher está ligada à morte de outra maneira. Está mais familiarizada com ela porque experimenta a ambas conjunta e profundamente: a vida e a morte. Talvez pela mesma razão seja piedosa de uma forma particular. Ela cuida da vida e a protege. Se um homem reconhece tudo isso, como isso chega a ele e como chega à mulher? Ambos sintonizam-se com a profundidade da vida de uma maneira particular. Chegam com humildade à sintonia. Juntos, de uma forma que sobrevive à vida aqui, um com outro em unidade, consumadamente um.

MEDITAÇÃO: HOMEM E MULHER SEGUNDO A IMAGEM DE DEUS

Fechamos os olhos e imaginamos nosso parceiro. O homem imagina sua mulher e a mulher imagina seu

homem. Colocamo-nos um ao lado do outro e juntos contemplamos nossa origem comum, essa força criadora que nos criou a ambos segundo sua imagem. Percebemos como, segundo a imagem de Deus, estamos inseparavelmente relacionados entre nós e buscamos no outro a metade que nos falta para ser uma totalidade. Tanto no corpo como na alma e no espírito. Tomamos e integramos essa outra metade com amor ao nosso corpo. Sentimos como nos transformamos com a metade que nos falta. Sentimos como percebemos, de maneira diferente, o que forma parte de nossa vida completa. Olhamos diferente. Sentimos diferente. Vivemos diferentes. Respeitamos nossa vida e a vida em sua totalidade de maneira distinta. Dirigimo-nos ao nosso parceiro. Olhamo-nos bem nos olhos.

Nele ou nela também nos reconhecemos a nós mesmos e, tanto a ele como a nós, tal como somos, e lhe dizemos: - Sim.

A SINTONIA

Fechem os olhos. Direi algo sobre o amor entre homem e mulher. Cada um deles vibra em um tom próprio. A mulher tem o seu e o homem também. A mulher pode escutar seu tom e o homem o seu. Frequentemente a mulher também escuta o tom do homem e vibra com ele. Porém não é o mesmo tom que o seu. Ele tem outro.

O homem também vibra com o tom da mulher. Porém não é o mesmo tom que o seu. São dois tons diferentes. Agora ambos os tons vibram juntos até que se dá uma linda harmonia. Agora imaginamos nosso parceiro ou parceira. Ouvimos um longo tempo, até que seu tom ressoe em nosso coração. Ouvimos juntos, com nosso coração. Ouvimos junto com nosso tom, até que ambos vibrem em uníssono, distinto e, no entanto, um.

A FORÇA DOS ANCESTRAIS

Há um exercício útil para os casais. Colocamos frente a frente o homem e a mulher. Por exemplo, um casal jovem que recém começa com o amor, e olhamos quanta energia têm. Então colocamos atrás do homem seu pai e atrás da mulher a sua mãe e sentimos a diferença na energia. Depois, colocamos atrás do pai seus avós e atrás da mãe suas avós e, novamente atrás, os bisavós e as bisavós, e percebemos qual é agora a energia. A relação de casal é a continuação de um grande movimento. O homem encontra-se em um grande movimento e a mulher por sua vez, também. O homem é sustentado por seus ancestrais e a mulher é sustentada pelos seus

seus. Ambos percebem a força da vida que, através dos ancestrais, flui para eles. Na continuação olham para os próprios filhos que vêm. Agora têm força. Então tudo toma seu curso normal.

VINCULAÇÃO DE DESTINOS

Quero dizer algo sobre a vinculação de destinos. Por regra geral, um casal se junta porque os dois se amam. Porém isso não se dá somente por esse motivo. É claro que também se amam. No entanto, ao mesmo tempo estão enlaçados aos destinos de suas famílias.

A família atrás deles busca uma solução a um problema com ajuda da família do parceiro ou parceira. No fundo, a união não é somente a do homem e mulher, senão a do sistema do homem com o sistema da mulher. Frequentemente, o homem busca uma mulher que ajude a ele e a sua família a solucionar algo da família. Isso as vezes toma formas estranhas.

Havia um homem na Suíça cujo irmão pequeno havia morrido de inanição pois durante a guerra não havia suficiente alimento.

Este homem acreditava que também ele tinha que morrer de fome, que a inanição era seu destino. O que fez então? Casou-se com uma mulher que era anoréxica. Ela devia morrer de fome por ele.

Ou alguém que supõe que tem que morrer se casa com um parceiro que é suicida. Então espera que, em seu lugar, o parceiro tire sua própria vida. Há casos muito particulares de vinculação de destinos. Na Alemanha, o pai de uma mulher foi chefe de distrito, quer dizer, um funcionário nazista de alto escalão. O que fez ela?

Casou com um judeu. Com isso compensou algo. Buscou que em sua família se volte a reencontrar com o que antes havia estado separado. De algo similar me intei há pouco. A filha de um comandante de um campo de concentração se converteu ao judaísmo e deu a seu filho um nome judio. Quer dizer, muitos

eventos da família de origem têm seu efeito em uma relação de casal.

Nem sempre se desenvolve de forma tão dramática como nestes exemplos. No entanto, os casais crescem com seus destinos e com os destinos de suas famílias. O homem cresce com o destino da mulher. A mulher cresce com o destino do homem. Formam uma comunidade de destinos e crescem juntos com seus destinos.

MEDITAÇÃO: NOSSOS ANCESTRAIS E NÓS

Fechamos os olhos e primeiro somente olhamos a nós mesmos.

Que tanto peso temos assim, sozinhos? Quanto futuro? Quanto amor que sustenta? Agora começamos a crescer com nossos ancestrais.

Os tomamos com amor, um atrás do outro, e os levamos ao nosso coração e a nosso corpo.

Iniciamos com nossa mãe, a tomamos assim como é, junto com a mãe e a avó dela e ainda muitas mais gerações. Contemplamos as muitas mães atrás das nossas e aos respectivos pais. Todos deram o último à serviço da vida. Em nós seu serviço continua chegando ao último escalão de uma longa cadeia. Esperamos até que possamos perceber a todos como presentes e eficazmente vigentes.

Na continuação, tomamos com amor nosso pai e o levamos ao nosso coração e a nosso corpo junto com seu pai e sua mãe e seus pais e mães, remontando-nos para trás, numa cadeia interminável, todos a serviço da vida, até chegar agora em nós. Esperamos até que todos possamos perceber-los como presentes e eficazmente vigentes.

Que peso! Que força! Que amor!

Seguidamente, contemplamos nosso parceiro ou parceira e à sua mãe e às muitas mães e pais atrás dela. Junto com nosso parceiro ou parceira os tomamos a todos e os levamos ao nosso coração e ao nosso amor. Se os percebemos presentes em nosso parceiro ou parceira, olhamos para seu pai e para os muitos pais e mães atrás dele. Junto com nosso parceiro, os tomamos e os levamos ao nosso coração. Experimentamos a grandeza que tem nosso parceiro junto com eles, e sua força e sua amplitude. Por último, olhamos para nossos filhos. São somente nossos filhos? Quantos de nossos ancestrais, de ambos os lados, ressuscitaram novamente neles? Ressuscitaram de maneira exigente? Ressuscitaram serviçalmente? Ressuscitaram poderosamente? Ressuscitaram amorosamente neles e nós como país, ao seu lado?

O QUE SE NECESSITA PARA O SUCESSO DE UMA RELAÇÃO DE CASAL

Necessitam-se três coisas para o sucesso de uma relação de casal, cada uma das quais tem um significado próprio.

PRIMEIRO: A RELAÇÃO SEXUAL

O primeiro que é significativo para alcançar uma feliz relação de casal é a relação sexual. E o decisivo. Se a relação sexual resulta bem, é um sucesso especial e próprio. Na relação sexual todo casal é profundamente vulnerável. Somente tem êxito se essa relação está integrada e sustentada por um mútuo respeito. Uma disfunção frequente da relação sexual é que um deseja e o outro, em vez de desejar, concede. Então o que deseja sente-se pequeno. O outro, o que concede, sente-se grande. Por causa disso a relação de casal é coloca em perigo. Que ambos cônjuges desejem da mesma maneira e da mesma maneira concedam tem que formar parte da relação de casal. Em seu desejo mostram-se necessitados. Se ambos mostram-se necessitados da mesma maneira, mutuamente também podem presentear-se o cobiçado de forma total. Isso é um mérito. Principalmente é um grande mérito se, através dos anos, a relação sexual tem a permissão de perdurar completamente, com tudo o que lhe pertence. Isso é o primeiro.

SEGUNDO: O AMOR DE CORAÇÃO

O segundo, igualmente importante, é o amor de coração. Pode haver uma relação sexual sem o amor de coração. E pode haver um amor de coração sem relação sexual. Para que a relação de casal tenha êxito são necessárias ambas as partes: a sintonia sexual e o amor de coração. O que significa aqui o amor de coração? Querer o bem do outro em todos os aspectos. Simplesmente querer seu bem estar.

O casal desperta de manhã. O homem olha para a mulher e quer seu bem. Exatamente como é. Assim quer

seu bem-estar. E a mulher olha o homem e quer seu bem. Isso é um lindo início de dia.

Essa boa vontade prossegue o dia inteiro. Querer o bem do outro significa: digo-lhe “Sim” ao outro tal como é. Alegro-me e me dá prazer vê-lo ou vê-la assim como é.

Esse é o segundo aspecto para que uma relação de casal possa ter êxito.

TERCEIRO: A VIDA EM COMUM

O terceiro é a vida em comum, que consiste nesse estar juntos, o cuidar um do outro e o desenhar a vida em comum. Há casais que se amam à distância. Talvez se encontrem no fim de semana e juntos compartilhem um lindo tempo. Porém não podem viver juntos. Por exemplo, Tristão e Isolda, na maravilhosa ópera de Wagner. Se amam tão poderosamente que somente podem morrer.

Difícilmente posso imaginar que Isolda pudesse cozinhar para Tristão. Quer dizer, para conseguir uma relação de casal também tem que dar-se a vida em comum, a vida comum e corrente, juntos. Um casal assim então é feliz.

MEDITAÇÃO: TOMAR E DAR

Olhamos para nosso parceiro ou parceira e olhamos a nós mesmos. Que tanto damos e que tanto tomamos em nossa relação sexual, em nosso amor de coração, em nossa vida em comum? Onde damos mais do que tomamos? Onde tomamos mais do que damos? Buscamos a compensação em cada uma dessas dimensões.

Nos imaginamos como conseguimos a compensação e também os passos que nos levam para ali. Para isso, tomamos Todo o tempo necessário e olhamos profundamente nos olhos de nosso parceiro ou parceira. Lhe dizemos: “Agora estou presente para ti, totalmente aqui presente, como teu homem, como tua mulher. Agora te recebo completamente e me dou completamente - com amor”.

TOMAR E COMPENSAR

O amor - o que então necessitamos para o amor entre homem e mulher - começa na infância. Inicia com o tomar. Tomamos tudo o que nos foi presenteado por nossos pais. Tomamos, tomamos e tomamos, e através disso nos enriquecemos.

Porém o tomar é muito difícil. Porque temos uma profunda necessidade de compensar. Quando recebemos algo também queremos dar algo. As crianças por sua vez querem dar algo.

Às vezes se desesperam, porque não podem compensar. Se dizem: - Recebo tanto. E se perguntam: - Como o posso regressar?

Inclusive sofrem, porque não podem devolver aos pais o que estes lhes presenteiam. Depois, de vez em quando, se dá uma reação estranha nas crianças. Dizem: “Melhor eu receber menos de meus pais, para não ter que regressar tanto”. Ou, o que realmente é grave, lhe fazem críticas aos pais. Supõem que se criticam suas faltas, já não têm tanto que devolver-lhes. Esses filhos não sabem nada sobre o adequado devolver. Querem que diga algo sobre a forma apropriada de devolver? Em vez de regressar algo, o passamos.

Em vez de devolver algo aos pais, o transmitimos, primeiramente aos próprios filhos, assim como nossos pais passaram a nós o que haviam recebido de seus pais.

O TRANSMITIR

Quando sabemos isso, dizemos: - Que venha tudo, o recebo tudo e o transmito. Assim nos enriquecemos. De imediato nos preenchemos de tal maneira que já não podemos contê-lo. Necessariamente temos que transmitir algo disso. O que sucede então?

O homem encontra uma mulher e a mulher encontra um homem. Agora se transborda aquilo que tomaram de seus pais. Percebem onde é que o amor entre homem e mulher inicia e onde tem que iniciar? Claro, é com nossos pais.

MEDITAÇÃO: TOMAR COM AMOR

O tomar começa com nossa mãe e nosso pai. Imaginamos quanto é que nos deram quando éramos crianças. Sempre estiveram aí presentes para nós. Agora recuperamos aquilo que talvez ainda não o valorizamos. Regressamos no tempo até muito atrás e agora tomamos, parte por parte, o que ainda podemos e temos que tomar, até que nos sintamos completos e em todo sentido enriquecidos. Percebemos o importante que é começar com o amor desde nossos pais. Iniciamos com o tomar, tomar e tomar.

Mais adiante também poderemos tomar, tomar e tomar de nosso parceiro ou parceira e então dar-lhe, dar-lhe e dar-lhe. O amor começa com o tomar. Agora olhamos para nosso parceiro ou parceira e também com ele ou ela começamos com o tomar com amor, até que nosso amor transborde para ele ou ela e para nossos filhos.

MEDITAÇÃO: O ABRAÇO

Farei com vocês um exercício. Fechem os olhos. Dou-lhes uma imagem. Um homem está aí e frente a ele, a certa distância, se encontra uma mulher. O homem estende seus braços acolhedoramente. Também a mulher estende assim seus braços. Olham-se nos olhos e lentamente se aproximam mutuamente.

Então se abraçam afetuosamente. Quanto tempo aguentam esse abraço? Somente um tempo. Então se soltam. Esse abraço afetivo de dois seres não pode ser sustentado por nenhum dos dois por muito tempo. Voltam a afastar-se uns passos para trás. Então o homem olha mais além da mulher e volta a estender seus braços.

Atrás da mulher vê seus pais, seus ancestrais, seu povo, sua língua, sua cultura e os destinos de sua família. E atrás dela vê a humanidade inteira. Em seus braços estendidos inclui a todos, junto com a mulher, também a seus pais, seus ancestrais, tudo o que pertence a ela e também à humanidade completa. A mulher faz o *mesmo*. Também ela estende os braços e atrás do homem vê seus pais, seus ancestrais, sua cultura, tudo aquilo que pertence a sua família e atrás dele, à humanidade inteira. Seus braços estendidos englobam tudo isso, junto com o homem. Continuando, voltam a aproximar-se com os braços estendidos. O que sucede agora?

O que mudou?

Quanto maior e mais amplo se pode ver em que se converteu tudo?

E quanto mais modesto e, no entanto, com muito mais força e abundância?

AS PALAVRAS MÁGICAS

Tenho estudado e observado muito para averiguar o que é importante para uma vida feliz. Ao final descobri que somente se necessitam três palavras. Três palavras mágicas. Três palavras que se aplicam também para a relação de casal.

MEDITAÇÃO: SIM, POR FAVOR, OBRIGADO

Fechem os olhos. Olhamos para nossos pais ou olhamos para nosso parceiro ou parceira ou para outra pessoa com a qual nos encontramos em uma relação. Olhamos nos seus olhos.

Com os pais, a ordem das palavras é diferente do que se dá em uma relação de casal. Com os pais é justamente ao contrário.

Porém começarei com a relação de casal. O homem e a mulher olham-se nos olhos e cada um diz ao outro: - Sim, concordo contigo, tal como és. Para mim estás bem tal como és. Amo-te exatamente como és. Sim. - Sim, é a primeira palavra mágica. Continuando vem a segunda palavra mágica. Ambos se olham e o homem diz à mulher e a mulher ao homem: Por favor, por favor, por favor, por favor. O que muda na alma, tão somente por essa frase: - Por favor? Como abre o coração e o amor? Por favor. Então vem a terceira palavra mágica. Ambos se olham e cada um diz ao outro: - Obrigado, obrigado, obrigado. Agora dirigimo-nos a nossos pais e os olhamos nos olhos. A eles primeiro lhes dizemos: - Obrigado. Depois:

- Por favor. Finalmente: “Sim”. “Concordo com vocês, tal como são. Sim. Sim. Assim, vocês são os melhores para mim”.

OS CINCO CÍRCULOS DO AMOR

Quando cortamos uma árvore, podemos ver e contar seu crescimento em círculos: para cada ano, um novo

círculo. Rilke escreveu em um poema: - Eu vivo minha vida em círculos de crescimento. Sempre um novo círculo: um círculo crescente. Eu mudei um pouco essa declaração. - Eu vivo o amor em círculos de crescimento. Há um primeiro círculo de amor, e um segundo, e um terceiro, e um quarto e um quinto. Cinco círculos de amor.

PRIMEIRO CÍRCULO: OS PAIS

O primeiro círculo de amor começa com o amor de nossos pais, de um para o outro como casal. Desse amor surgimos. Nos engendraram como sua criança e nos tomaram. Eles nos nutriram, cuidaram de nós, nos protegeram ao longo de muitos anos.

Tomar com amor esse amor deles: Esse é o primeiro círculo de amor. E a condição prévia para todo outro amor. Como poderia alguém amar a outros posteriormente, se não viveu esse amor?

Parte desse amor é que também amemos aos antepassados de nossos pais, pois nossos pais também foram uma vez crianças e tomaram de seus pais e de seus avós o que depois passaram a nós.

Também eles estiveram ligados, por pais e avós, a um destino particular, assim como nós ao deles. Concordamos também com esse destino com amor. Agora contemplamos para nossos pais e para nossos antepassados e dizemos-lhes com amor:

- Obrigado. Esse é o primeiro círculo de amor.

MEDITAÇÃO

Fecho os olhos e regresso à minha infância. Contemplo o início de minha vida. O início foi o amor de meus pais como homem e mulher. Foram atraídos mutuamente por um forte impulso, por algo grande que trabalhava atrás deles. Eu contemplo e me inclino diante desse grande amor que fez coincidir meus pais. Então, com gratidão e amor, contemplo meus pais, como se fizeram um e como dessa unidade surgiu eu. Depois disso, meus pais me esperaram com expectativa e também com temor, de que tudo resultaria bem.

Minha mãe me deu à luz com dores. Então meus pais olharam-se e se surpreenderam: - Essa é a nossa criança? E disseram: - Sim, tu és nossa criança e nós somos teus pais. Deram-me um nome, deram-me seu nome, e em todos os lugares declararam: - Essa é a nossa criança. A partir de então pertenci a essa família. Aceitei minha vida como membro dessa família. O que depois aconteceu, a vida mesma, não foi influenciada por isso. Esse peso pode exigir muito de mim. Porém, se olho para aí, por exemplo, para o fato de haver sido dado em adoção ou de desconhecer meu pai, e vejo meus pais, digo:

- O essencial o tenho de vocês, seja o que for que tenham feito. Então, seja como for, me encontro em minha plenitude. Sinto em meu interior que eu sou meus pais, que os conheço por dentro. Por exemplo, posso imaginar:

Onde dentro de mim sinto a minha mãe? Onde sinto a meu pai?

Qual dos dois se encontra no primeiro plano? Quem está por trás?

A ambos lhes permito colocar-se em primeiro plano, encontrar-se em mim como meu pai e minha mãe, e permanecer ali juntos.

Em mim sempre continuam unidos. Disso posso me alegrar. Realmente os tenho em mim. O que além disso tenha sucedido em minha infância, lhe digo: - Sim. Ao final, tudo obedeceu a algo bom e pode crescer com ele. Além de meus pais, muitos outros me ajudaram. Por exemplo, se meus pais não estavam disponíveis, de imediato um professor ou uma tia ocupavam seu lugar.

Ou alguém na rua me perguntou:

- O que é que tens, criança?

Ocupou-se de mim, por exemplo, me levou para casa.

A todos eles os levo à minha alma e ao meu coração junto com meus pais. De imediato experimento em mim uma grande amplitude. Quando o recebo com amor, me sinto completo e em sintonia.

Este amor está e se expande em mim.

SEGUNDO CÍRCULO: INFÂNCIA E ADOLESCÊNCIA

O segundo círculo de amor é a infância. Tudo que me deram meus pais, como dia e noite pensaram em mim e se perguntaram:

- De que necessita a criança? - Tudo isso recebo deles com amor.

E incrível quanto é o que os pais dão a seus filhos. Os pais sabem o que lhes custou e o que significa para eles. Eu reconheço isso. Concordo agora com tudo que sucedeu na infância.

Também com aquilo que meus pais não viram, com aquilo que tenham feito mal e algo que, talvez, inclusive tenha sido uma loucura. Tudo forma parte da minha infância. Cresço enfrentando essa diversidade de desafios, também ao sofrimento e à dor e ao ter que demonstrar meu valor, concordando e tomando-o. A criança, às vezes, quer evitar o tomar e o agradecer doando de sua parte.

Porém, com frequência, não dá o adequado ou dá demasiado; por exemplo, quando quer assumir algo pelos pais, o que como criança não lhe corresponde.

A uma criança se lhe dificulta às vezes o tomar porque o que provém dos pais é tão grande que não pode devolvê-lo em forma equivalente. Então prefere receber menos, para não ter que compensar tanto. Esse desequilíbrio frente aos pais muitas vezes não é o suportado, especialmente quando não se sabe que com os pais a verdadeira compensação se dá ao passar a outros o recebido, sobretudo, mais adiante aos próprios filhos. A sensação de não poder compensar é um dos impulsos que possibilita aos filhos deixar o lar familiar. Os adolescentes com frequência ganham o direito a separar-se através das reclamações. Essa é uma forma barata de evitar a compensação. No entanto, lhes facilita o separar-se dos pais. Quando se sabe que a compensação é possível através do transmitir e que para os filhos, depois de um tempo, esse passar o que receberam é irresistível, também podem separar-se sem ter que fazer acusações aos pais. Então conhecem o caminho, sabem como manejar aquilo que receberam e o que fazer com ele.

Aqui o benefício é que não necessitam rechaçar nada do que recebem dos pais. Podem tomá-lo completamente, porque sabem que, por sua vez o vão transmitir. Muitos não sabem que há uma forma de compensação transgeracional. Quando alguém sabe que não necessita regressar tanto, senão que o pode dar mais adiante, a alma se sente aliviada. Então os filhos podem dizer aos pais:

- Que venha tudo, recebo tudo. Somente quando também transitei inteiramente esse segundo círculo de amor, sou capaz de uma relação de casal viável. A maioria das dificuldades e os problemas em relações posteriores se originam devido a que não foram completados o primeiro e o segundo círculos de amor. Então temos que regressar uma vez mais aí e completar o que falta.

MEDITAÇÃO

Fecho os olhos e me centro. Na continuação, regresso passo a passo a minha infância, como se descesse uma escada. Passo a passo. Talvez me depare com situações nas quais sintam dor ou surja uma intranquilidade. Nesse ponto me detenho, até que se apresente uma imagem do que sucedeu naquela época. Muitos dos traumas infantis estão relacionados com situações nas quais fomos deixados sós ou nas quais não conseguimos chegar aonde queríamos ou necessitávamos ir. Agora imagino essa criança, quer dizer, a mim mesmo, diante de mamãe, contemplando-a. Percebo meu amor e como quero ir para ela. Olho bem em seus olhos e simplesmente lhe digo:- Por favor. Nesse momento muda algo na visão interna tanto de mamãe como da minha. Talvez agora ela se aproxime um passo para mim e eu, de minha parte, atrevo-me a dar um passo na direção dela. Exponho-me a essa situação até que internamente chegue ao objetivo, até que me relaxe nos braços de minha mãe. Então olho para ela e digo:-Obrigado. Esse é um processo interior. Porém, não devemos fazer demasiado ao mesmo tempo. Já na primeira vez algo se resolve na alma. Posso voltar a fazer o mesmo outro dia. Novamente desço a escada, de regresso à infância e talvez chegue inclusive a uma situação mais inicial. Talvez de novo se trate do movimento para a mamãe. Depois disso, volto a esperar uns dias e faço novamente até que, por assim dizer, tenha feito tudo e tenha chegado completamente com mamãe.

LAMENTAR

Muitas vezes lamentamos o que na infância não aproveitamos e o que não recebemos e por isso estamos amargurados.

Que consequências tem isso? Tudo que lamento, tudo isso, o excluo. Tudo o que reclamo, tudo isso o excluo. Toda pessoa com a qual estou aborrecido, a excluo. Toda situação com respeito à qual me sinto culpado, a excluo. E faço-me mais pobre, mais pobre e mais pobre. O caminho contrário seria: Tudo o que lamento, contemplo e lhe digo: “Sim, assim foi” e o recebo e integro com todo o desafio que representa para mim. Manifesto: “Faço algo com isso.

Agora te recebo como meu amigo, ou minha amiga, seja como for". Tudo aquilo de que acusei alguém, olho para esse alguém e lhe digo: “Sim”. Averiguo como conseguir de outra maneira o que perdi. E busco comprovar qual é a força que tenho para fazê-lo por mim mesmo, sem pedir ajuda ao outro. Então acolho essa situação e ela em mim se converte em uma força. O mesmo vale para a culpa pessoal, que é a que, sobretudo, queremos deixar de lado e dela nos desfazer. Contemplo-a e digo: - Sim. A culpa tem consequências, consinto com essas consequências e faço algo de bom com elas.

A culpa converte-se então em força. Dessa forma também cresço. Aqui se dá uma observação singular. Quando incluo aquilo que anteriormente excluí, o que foi doloroso, aquela situação em que me senti culpado ou tratado injustamente, seja o que for, nem tudo entra em mim. Algo fica de fora. Consinto completamente, porém o que chega a mim é só a força. O outro fica fora. Não me contagia.

Ao contrário: me limpa, me purifica. Os resíduos ficam fora, o fervor chega ao coração.

O QUE SE OPÕE AO TOMAR DOS PAIS

Não suporto o peso e a gravidade de meus pais e, como criança, quero ajuda-los, interfiro e me elevo por cima deles. Aqui seria recomendável o mesmo exercício: olhar meus pais com o peso que carregam, com sua implicação, com sua carência, com seus vícios e

com sua doença. Vejo o que custa a meus pais em força e concordo com isso. Assim como o fiz antes comigo, ter acolhido tudo, vejo o que sucederia se meus pais acolhessem o pesado que lhes toca.

E o que sucederia se eu o faço em seu lugar! Posso imaginar que meus pais concordem com o pesado, lhes pertence, igual que suas implicações. Olho suas implicações desde certa distância, desde baixo, por certo - como criança. Então meus pais podem seguir sendo inteiramente meus pais. Eu não necessito assumir nada do que corresponde a eles. Está fora de mim pois pode ficar com eles.

TERCEIRO CÍRCULO: TOMAR E DAR

Agora chegamos ao terceiro círculo. Ele exige ambas as coisas: o tomar e o dar. É mais fácil dar do que tomar, porque ao dar sinto-me superior. Em troca, se recebo, me incluo como um entre muitos. Isso é ser humilde.

Na Bíblia há um dito: “É mais bem aventurado dar do que receber”, e assim o é, porque então me sinto superior e grande. Se exijo, isso não é receber. Quando recebo o que o outro me dá, mostro-me necessitado. Receber com amor, como um entre muitos, isso demonstra grandeza. Quando posso receber deste modo, também posso dar. O dar começa com o adequado receber. Nas relações adultas trata-se de que ambos tomem igualmente um do outro. Essa é a compensação mais importante. Não que deem, senão que tomem da mesma maneira. O mútuo receber é o mais pesado e é o que conecta mais profundamente, porque então, ambos encontram-se em uma posição necessitada. Isso vincula. Esse tomar é uma arte suprema. É um receber com estima. A estima dá seu valor a tudo que recebo de outros, por pequeno que seja. Quando alguém me presenteia algo e o recebo como um presente, reconheço que quer me fazer um bem. Nesse instante tudo o que me é dado torna-se valioso. Transforma-se, tomando-o desse modo. Como adultos, damos sem a expectativa de que o outro tenha que dar algo, algo que talvez nem sequer pode dar. Com essa atitude conseguimos a força para a própria paternidade. Ali se completa o receber. Em seguida começa o transmitir, o intercâmbio através das gerações. Esse é o terceiro círculo. Quando ambos, o homem e a mulher receberam completamente seus pais e converteram-se em casal, transbordam daquilo que provém de seus pais. Então dão reciprocamente essa abundância. No entanto, a experiência mostra que isso nem sempre se alcança.

PRIMEIRA MEDITAÇÃO

Estou de frente para meu parceiro ou parceira e primeiro olho para a direita, para meus pais. Volto a transitar pelo processo de tomar deles com amor. Meu parceiro ou parceira está de frente para mim e, por sua vez, olha primeiro para a direita, para seus pais, e transita o mesmo processo de tomar deles com amor. Depois de

haver contemplado meus pais e também meus antepassados, contemplo seus pais e seus antepassados. Vejo tudo o que lhe deram e como se enriqueceram graças a isso. De imediato muda algo em nossa relação, porque me parece diferente, pois nela também se mostra o amor de seus pais. Ao mesmo tempo, vejo todo o pesado que sucedeu, o que entorpeceu meu parceiro ou parceira. Vejo agora como algo que ele ou ela acolhe como força e o que parecia ser tão pesado, fica fora. Faço o mesmo com o pesado que eu carrego.

Então, voltamos a olhar-nos nos olhos. Digo: “Sim” a ele ou a ela e ele ou ela me diz: “Sim”. Ambos nos dizemos: “Agora estamos prontos um para o outro”. Mais adiante o casal recebe um filho. A mulher toma a criança do homem e o homem toma a criança da mulher e os dois dizem: “Nossa criança”. Na criança se veem como parte de uma totalidade maior.

SEGUNDA MEDITAÇÃO

Olho nossa criança e atrás dela vejo meu parceiro ou parceira, e atrás dela vejo todo o especial dessa família. Vejo tudo aquilo que é diferente da minha família. Levo-o ao meu coração como de igual valor para mim. Nesse momento a criança é de igual valor para ambos. Pode se conectar com ambos os pais da mesma maneira. Dizemos ao companheiro ou à companheira: “É nossa criança, com tua parte como pai e a minha como mãe ou tua parte como mãe e a minha como pai”. Enriquecem a criança e a relação.

QUARTO E QUINTO CÍRCULO DE AMOR

CONCORDAR COM TODOS OS SERES HUMANOS E COM O MUNDO

Os três primeiros círculos tinham a ver com a consciência e com a necessidade de compensação. O quarto círculo vai mais além da consciência. Nesse círculo concordo com todos os membros da minha família, tal como são; também com os excluídos e os desterrados. No quinto círculo trata-se de grupos maiores, de outras culturas, tanto de pessoas morais como de pessoas imorais. Aqui se trata de dirigir-se a todos da mesma maneira. Aqui vou mais além da estreiteza das relações familiares, dando lugar a todos por igual, admitindo o diferente como de igual valor; desse modo cresço muito além dos limites de minha consciência. O quinto círculo de amor dirige-se à humanidade, ao mundo como tal. Aqui se trata do consentimento ao mundo, tal como é. Isso nos capacita para a reconciliação, por exemplo, para a reconciliação entre os povos. Isso é o TUDO-AMOR, que sabe que somos conduzidos por poderes maiores. Essa atitude e modo de proceder é um mérito da própria alma. Ninguém pode eximir o outro desse mérito. Muitos dos que buscam ajuda, querem essa ajuda sem esforço próprio. Porém, quando experimentam em si mesmos quanto prazer presentia esse esforço, através dessa nova compreensão, descobrem outra possibilidade de manejar-se na vida. Isso se consegue sempre graças a uma compreensão. A emoção do amor tem escassa compreensão. Enquanto me mantenha na emoção do amor, sucede pouco, permaneço preso. No quarto e quinto círculo de amor vou mais além dessa estreiteza. Vou a um nível do espírito. Nesse nível todas as pessoas são boas para mim. Cada um é somente como pode ser. Ninguém pode ser diferente de como é em sua situação. E assim me dirijo a todos com o mesmo respeito.

MEDITAÇÃO

Olho mais além dos limites de mim mesmo e de minha família, para aquelas pessoas que são diferentes. Provêm de outra família, talvez de outro povo, de outra cultura; falam outro idioma e rezam a outro Deus. No entanto, todos têm um pai e uma mãe; todos uma vez foram crianças. Todos têm as mesmas necessidades fundamentais. Todos anseiam a mesma felicidade. Em seu ser humano são iguais a mim em tudo. Interiormente, agora me aproximo deles - como um deles -, com o mesmo respeito para com eles como para comigo, mesmo que também nos diferenciemos em muitas coisas* ainda que essas sejam trivialidades. Em essência somos parecidos e inclusive idênticos. Como conseguimos no fundo ser um com eles? Quando junto com eles contemplamos nossa origem comum, nos inclinamos profundamente, nos olhamos nos olhos e nos dizemos: -Tu também.

O PRÓPRIO DESTINO

Existem situações nas quais um casal carrega conjuntamente um destino. Por exemplo, se um cônjuge adocece, o outro compartilha essa carga até um determinado grau. Somente até um determinado grau. Em um destino autoinfligido, talvez o carregue sozinho o que o causou. Nesse caso, recobra sua dignidade e sua

força e o outro pode respeitá-lo. Há destinos nos quais o cônjuge não deve esperar que o outro o carregue junto com ele. Por exemplo, se no começo de um matrimônio sucede que o outro não pode engendrar filhos. Nesse caso, o cônjuge que quer filhos não necessita carregar o destino do outro. Quer dizer, o cônjuge que não pode ter filhos não pode pedir ao outro que permaneça com ele. Libera-o. Separam-se então com dignidade. Isso é o apropriado. Também há doenças com respeito às quais não se deve esperar do outro que compartilhe as consequências. A AIDS seria um exemplo. Contarei um exemplo mais. O marido de uma mulher teve um acidente com um cavalo. Sofreu uma forte lesão cerebral e desde então perdeu a capacidade de reagir. O casal tinha 3 filhos. Disse à mulher que se dirigisse ao marido e lhe dissesse: “Deixo-te com teu destino e busco outro homem. No entanto, permaneço unida a ti com amor”. O marido que apenas era capaz de reagir, o entendeu e mostrou-se aliviado. Portanto, há situações onde uma separação é razoável.

MEDITAÇÃO: O OUTRO AMOR

Contemplamos a nós mesmos junto com nosso destino. E contemplamos o destino de nosso parceiro ou parceira. Percebemos que parte de nosso destino tem que permanecer conosco; por exemplo, uma culpa grave e suas consequências. Percebemos também que destino, com suas consequências, tem que permanecer com nosso cônjuge. Concordamos com essas consequências, inclusive se elas conduzem a uma separação. Dizemos-lhes:

- Amo a mim e amo a ti, e amo e respeito para onde nos levam teu destino e o meu.

HISTÓRIA: A FESTA

Há histórias que levam a um caminho e se durante um trecho seguimos sua direção, cumprem com o que contam enquanto ainda as estamos escutando. Alguém se coloca a caminho e enquanto olha para diante; ao longe distingue a casa que lhe pertence. Segue caminhando para ela. Ao chegar abre a porta e entra em uma habitação arrumada para uma festa. A essa festa chegam todos os que foram importantes em sua vida. E todos os que vem trazem algo, ficam um tempo e então se vão. Assim como chegam pensamentos que trazem algo, permanecem um tempo e se vão. Assim como chegam desejos ou sofrimentos, trazem algo, permanecem um tempo e se vão. E também desse modo chega a vida, nos traz algo, permanece um pouco e se vai. Assim pois, cada um vem à festa com um presente especial pelo qual já pagou o preço completo, seja qual for: a mãe, o pai, os irmãos, um avô, uma avó, o outro avô, a outra avó, os tios e as tias. Todos os que deram lugar para ele, os que o cuidaram, inclusive vizinhos, amigos, professores, parceiros, filhos, todos os que foram importantes em sua vida e os que ainda a têm. Depois da festa, a pessoa encontra-se repleta de presentes e somente permanecem a seu lado aqueles que ainda lhes corresponde permanecer um tempo. Então a pessoa se aproxima da janela, vê outras casas, sabe que um dia também aí haverá uma festa e ela irá, levará algo, ficará um pouco e se irá. Também nós estivemos em uma festa, levamos e tomamos algo. Permanecemos um tempo e então nos fomos. Como? Realizados e enriquecidos.

Capítulo III

OS SEGREDOS DO AMOR

PRIMEIRA JORNADA - NOSSA MÃE

O tema de hoje se chama “Os segredos do amor”.

Sempre ansiamos o amor, porém, conhecemos os segredos do amor, que nos ajudam a experimentar o amor amplamente e em sua profundidade?

O AMOR COMEÇA COM O TOMAR

Os segredos são muito simples; não é nada complicado porque pertencem a vida plena. Aí há um segredo que frequentemente esquecemos: Onde e como inicia o amor? O amor começa com o tomar. Na Bíblia se diz que dar seria mais bem aventurado que tomar. Isso não é certo. O que dá, se sente grande. O que toma, fica no chão. Toda a vida é tomar, tomar, tomar, tomar, tomar.

O que se interpõe no caminho do amor? Que nos neguemos a tomar. Isso é estranho. Onde começa nossa negação a tomar? Com a pessoa mais importante de nossa vida, da qual recebemos a vida.

A negação a tomar começa com a mãe. Esse é o início da desgraça.

AS IMAGENS INTERNAS DE NOSSA MÃE

Vou fazer uma comprovação com vocês. Comprovem em sua alma quantas são as imagens que têm de sua mãe. Quantas imagens internas? E a que sentimentos estão unidas estas imagens?

São imagens bonitas? São imagens dolorosas? São, talvez, imagens de aborrecimento? Talvez inclusive imagens onde desde o sentimento desejamos a morte da mãe. Algumas, certamente, não todas. Sem dúvida, se houve acontecimentos traumáticos na infância, surge esta imagem: “Quero que morras”.

EXEMPLO

Fiz um curso no Japão. Ali se encontrava uma mulher que dizia que tinha medo de ir a casa. Eu quis averiguar porque tinha esse medo e o configurei. Coloquei um representante para sua mãe e em frente uma representante para ela. Sua representante apertou os punhos frente à mãe; percebi que tinha uma raiva assassina contra ela.

Então, a esta representante deixei dizer à sua mãe - pois não tenho pudores que me impeçam - “Vou te matar”. Isso era certo. Então coloquei ali mesmo a mulher e lhe indiquei que o dissera: “Diz-lhe também isso”. Ela replicou: “Não isso não é certo. Não quero isso. Porém gostaria que morresse”. Não havia uma grande diferença entre ambas frases. Assim, pois, não tomou nada de nada de sua mãe. Então tampouco me é permitido fazer algo. Tenho que deixar que o destino siga seu curso. Interrompi a constelação e, como costumo fazer quando quero liberar-me de uma situação semelhante, a esqueci. A esqueci completamente. No final do último dia do curso ela se aproximou e me disse que, depois de tudo, ainda queria resolver algo. Fiz uma tentativa de constelação normal, porém não funcionou. Então um amigo que se encontrava detrás da câmara me disse: “Faz uma linha de antepassados”. Isso significa: Coloca detrás da pessoa a sua mãe, então a mãe dela, depois a sua mãe e assim sucessivamente. Assim coloquei a treze, uma detrás da outra.

Pode-se ver que a mãe da mulher não podia se dirigir a sua filha. Então a girei para sua mãe. Essa mãe tampouco podia dirigir-se a sua filha. Assim continuou com a seguinte e a seguinte, e a seguinte, até a oitava mãe. A oitava mãe olhava para o chão e apertava os punhos. Em Constelações Familiares sabemos o que isso significa, que contempla a um morto. Porém não a qualquer morto, senão a alguém a quem assassinaram. Podem dar-se conta de que em um caso assim uma Constelação Familiar com tu e eu simplesmente já não é suficiente. Estamos ligados a muitas gerações anteriores a nossa. Então coloquei a um homem estendido frente a ela, quer dizer, a vítima dessa mãe. Na continuação a cliente se ajoelhou e, assim, se arrastou junto a todas as mães até chegar ao morto, a quem abraçou com amor. A mãe desse morto o alcançou e o tomou em seus braços. Agora o excluído de tantas gerações anteriores voltou a ser integrado a grande família. Então essa mãe se dirigiu com amor a sua filha. Essa se girou e, por sua vez, se dirigiu com amor a sua filha; a

seguinte fez o mesmo e assim sucessivamente até chegar a mulher que constelava. Ela se arrastou de novo de joelhos para sua mãe. Abraçou seus joelhos e desde essa posição olhou para cima e disse: “Mamãe”. Onde se encontra a solução? Com a mãe. Porém nem toda mãe pode consegui-lo, porque por sua vez foi uma criança e, nesse sentido, está ligada a outra dinâmica. Quando se consegue o tomar da mãe, ao final tudo encontra sua ordem. Agora farei uma meditação com vocês.

MEDITAÇÃO

Fechem os olhos. Olhemos a nossa mãe, assim como é e como foi, se já faleceu. Olhemos mais além dela para longe, para a força criadora da qual provém toda vida tal como é. Essa força determinou para nós a essa mãe. Não porque fosse boa, senão, porque, segundo a imagem de Deus, era uma mulher. Todo ser humano criado segundo a imagem de Deus, não é homem nem mulher. E ambas coisas ao mesmo tempo. E é incompleto. Tudo criado por Deus é incompleto. Porque a criação não acabou com nossa origem. Continua de instante em instante, em cada instante e agora certamente, tal como essa força criadora o dispõe criadoramente agora. Não há imagem nossa que tenha o direito de colocar em dúvida, de modo algum, a essa obra da Criação. Como se, por exemplo, disséssemos: - Essa mãe não está bem, não é perfeita. Se equivoca em muitas coisas. Teria que ter sido diferente. O que sucede então nesse instante?

Nos colocamos no lugar de Deus e em nossa mente queremos voltar a criar a nossa mãe segundo nossa imagem, totalmente oposta a imagem de Deus. O que sucede então conosco? Somos desvinculados em todo sentido dessa força criadora. No fundo perdemos tanto a nossa mãe como em grande parte também a nossa própria vida. Depois de um tempo, começamos com o tomar, com o tomar de nossa mãe. Olhamos-lhe nos olhos como criança, assim como lhe olhamos nos olhos quando ela nos levava a seu peito. Sugávamos o nutriente de origem que a vida dá, seu leite, de seu corpo; e a olhávamos nos olhos. Assim como então simplesmente tomávamos, tomávamos, tomávamos, sem saber sequer o que estava passando, assim agora tomamos esse alimento e com ele a nossa mãe - completamente, assim como é. Simplesmente tomar, tomar com amor, assim como ela nos deu com amor o leite de seu peito. - Obrigado, querida mamãe. É tanto o que graças a ti, fluiu para mim dessa força eterna, para que eu pudesse estar aí presente, assim como sou, como tua criança. Oh, que pena que tenha te reconhecido tão tarde!

O SENTIMENTO BÁSICO

O tema é *Os segredos do amor*. Originalmente, havia assinalado como tema *Os segredos da felicidade*. Porém é o mesmo, não há grande diferença. Eu mesmo tardei muito para reencontrar o caminho para minha mãe. Muito. Uma vez estive em Chicago como terapeuta convidado. Conheci um casal chamado Haimowitz; eles faziam análise transacional. O homem disse que havia descoberto que cada um tem um sentimento de base e a ele regressa uma e outra vez. Todo desvio desse sentimento é experimentado como stress. Cada um pode comprovar em si mesmo onde radica seu sentimento básico. Começa-se em zero e vai subindo mais até chegar a 100. Então se regressa ao zero e vai baixando até menos 100. Podemos então identificar onde nos encontramos. Haimowitz se dirigiu a uma mulher e lhe disse:

Haimowitz - Tu te encontras do lado positivo. Isso o posso ver de imediato. Tu tens uma boa relação com tua mamãe. O vejo em seguida. Isso se pode ver no rosto. Outros o têm mais difícil. E depois falando a outra mulher - Para ti é mais difícil. Isso não importa. Para mim também foi difícil. Eu também me encontrava do lado negativo em meu sentimento básico.

O senhor Kaimowitz disse que jamais se podia mudar o sentimento básico. No entanto, eu averigui como se pode mudar. Eu participei em um curso de terapia familiar, assim se chamava então. Aí alguém chamado Les Kadis, de quem tenho uma emotiva lembrança, trabalhou comigo. Fez uma sessão de Gestalt. E então, durante um exercício, registrei de imediato que minha mamãe sempre esteve aí presente. Sempre. Não houve momento em que não estivesse estado aí. Me emocionou muito o significado de que sempre estivesse aí presente. Então também pude ver o valente que foi. Naquela época me queria negar o certificado de bacharelato. Já antes de terminar de cursá-lo, fui recrutado pelo exército, porque era um potencial perigo para o povo. Sim, me havia afastado um pouco desse movimento, porque pude estar em outro campo. Isso não foi meu mérito. Eu o devo a outros. Então minha mãe foi a esse colégio e lutou como uma leoa, muito valente, e eu recebi meu certificado de bacharelato. Quando captei isso, tomei a minha mãe em minha alma, totalmente, tal como é. O curioso nessa experiência foi que tudo o que havia de reclamações contra ela ficou fora. Isso não podia entrar na minha alma. Somente a grandeza dela. Então fiz uma observação a respeito do meu sentimento básico. Em mim subiu 75 pontos. E assim permaneceu desde então. Isso é felicidade. De

onde provém essa felicidade? De nossa mãe.

DEMONSTRAÇÃO: A VERDADE

Hellinger: Alguém que tenha problema com a mãe?

Querem que lhes mostre como vai isso?

Uma mulher levanta a mão. Hellinger lhe pede que se aproxime e escolhe uma representante para sua mãe e a coloca a certa distância em frente a ela.

Hellinger dirigindo-se ao grupo: Ao mesmo tempo lhes mostro a nova forma de Constelações Familiares. É totalmente diferente ao usual. Não se diz nada, não há requisitos prévios. Hellinger se dirige à mulher e à representante de sua mãe:

Hellinger: Vocês se centram. Então se deixam mover, tal e como são movidas desde o interior. A mulher dá uns passos para trás. Hellinger: Viram esse movimento? Ela se afasta da mãe e, desde então, se afasta da vida. A mulher gira e lhe dá as costas à mãe. Hellinger: Podemos salvá-la? Quando alguns participantes concordam, ele responde: Não. Não lhe podemos salvar. A representante da mãe olha para o céu e estende os braços com as palmas para cima.

Hellinger: Vocês veem como vai à mãe. Ela não pode fazer nada.

A mãe se agarra ao pescoço e deixa cair um braço.

Hellinger se aproxima da mulher e lhe pede para voltar a girar para a mãe e pede: Abre levemente tua boca. Olha apenas para tua mãe, afasta-te das imagens internas. A mãe suspira. Olha para o céu e volta a estender os braços, as palmas para cima. Volta a agarrar-se ao pescoço e olha para o solo. *Hellinger*: Preciso de uma mulher que esteja familiarizada com este trabalho. Uma mulher levanta a mão. Ele contorna a mãe, separando-a da filha e a coloca frente a frente com ambas imóveis. Então a mãe da mãe, convidando-a, estende seus braços. A mãe vacila muito. Então sua mãe a toma das mãos e lhe acaricia o rosto. A abraça e, depois de um tempo, a mãe por sua vez abraça a sua própria mãe. A mulher permanece imóvel.

Depois de um tempo a mãe da mãe gira a mãe para sua filha.

A mãe estende sua mão para a filha. Então a mulher se aproxima de sua mãe com passos decididos.

Hellinger sinaliza para que aja lentamente. A mulher segue aproximando-se. Ele lhe diz: Lentamente. Voltando-se ao grupo diz: - Os movimentos de solução são lentos e centrados. Aqui não podemos forçar nada. Volta-se para a mulher e diz: - Tens que olhar. A mãe da mãe se coloca atrás de sua filha e a rodeia com ambos os braços, e essa por sua vez, volta a estender os braços para sua filha. Hellinger escolhe uma outra mulher mais e pede-lhe para colocar-se estendida no chão, barriga para cima, frente à filha, representando uma morta.

Agora a mãe se separa de sua mãe, lentamente e com as mãos juntas se dirige para a morta. Por cima da morta, ela estende a mão direita à sua filha. Porém essa nega com a cabeça.

A mãe segue contemplando a morta e se agacha para ela.

A morta se volta e gira para a filha. A mãe se endireita, porém segue olhando a morta.

Hellinger fala ao grupo: - Para aqueles que não o podem ver, a morta no solo se afastou da mãe. A mãe quis dar a mão à filha por cima da morta. A filha se negou a isso. Isso mostra que há algo não resolvido na família. Minha imagem é uma criança abortada.

A mãe coloca ambas as mãos sobre seu coração. Regressa e se inclina profundamente frente à morta. Agora a mãe da mãe se aproxima com passos lentos a esta morta. Ela nega com a cabeça, enquanto se ajoelha junto a ela. A morta e a mulher se dão as mãos. A mulher a toma consigo. A morta aproxima-se e abraça os joelhos da mulher.

A mãe vai se retirando completamente.

A mãe da mãe continua negando com a cabeça. Quer arrastar a morta para ela.

Hellinger dia ao grupo: Não há reconciliação sem verdade. Então diz à mãe da mãe: - Diga a ela: “Eu te assassinei”.

A mãe da mãe: - Eu te assassinei.

A mulher soluça.

A morta aconchega-se junto a ela e olha para a mãe da mãe.

Hellinger diz ao grupo: - Agora as duas podem se olhar.

A assassinada pode olhá-la. A morta se aconchega à mulher.

Ele lhe diz: - Essa não é a correta.

A mãe da mãe se aproxima da morta que segue apoiando-se na mulher. Essa enxuga as lágrimas dos olhos.

Hellinger diz à mulher: - Diga lentamente à morta: - Aqui eu sou a pequena.

Mulher soluçando diz: - Aqui eu sou a pequena.

Hellinger: - Pequena como tu.

Mulher: - Pequena como tu.

Depois de um tempo, a morta se desprende dela e se dirige à mãe da mãe.

Hellinger dirigindo-se à mulher: Como está para você agora? Mulher: - Mais liberada.

Hellinger dá um passo adiante.

Mulher dá dois passos para diante.

Hellinger pergunta à mulher: - Como vai tudo?

Mulher responde: - Está bem.

Hellinger diz ao grupo: - Essa é a solução para uma implicação.

A mãe da mulher se aproxima uns passos à morta.

Hellinger diz à mãe da mulher: - Também você diga a ela - Aqui sou a pequena.

A mãe da mulher diz: - Aqui sou a pequena.

A mãe da mãe contempla a sua filha e aprova com a cabeça. Hellinger diz ao grupo: A mãe da mãe concorda. Agora também para a mãe da mulher se resolve a implicação.

A mãe da mulher se endireita e respira profundamente. Então dá um passo para diante.

A mãe da mãe coloca um braço ao redor da morta.

Hellinger dirigindo-se à morta: - Tens que olhá-la nos olhos. Diga à ela: - Mamãe.

A morta a olha por longo tempo e lhe sorri. Depois lhe diz:

- Mamãe. Ambas se abraçam estreitamente.

Hellinger diz à mulher: - Agora podes voltar a girar. Diga à sua mãe: - Mamãe, agora estou aqui. E continuou: - Espera até que você tenha mais força, olhe-a em seus olhos.

Mulher tomando um tempo, olha-a nos olhos e lhe diz: - Aqui sou a pequena.

Hellinger: - Pequena como tu.

Mulher: Pequena como tu.

A mãe lhe estende ambas as mãos.

Hellinger: - Contigo tenho tudo.

Mulher: - Contigo tenho tudo.

Hellinger: - Tudo.

Mulher: - Tudo.

Hellinger: - A vida completa.

Mulher: - A vida completa.

Hellinger diz à mãe quando essa quer aproximar-se da filha: Assume sua grandeza e diz: - É certo.

A mãe aprova com a cabeça e assim diz à filha.

Hellinger diz ao grupo: - A morta agora se deitou e fechou os olhos. Isso significa que agora está em paz.

Hellinger diz à mãe: Agora você se colocas aí, do outro lado, longe de tua mãe e da morta, em frente a tua filha.

Ambas se olham por longo tempo.

A mãe estende as mãos para sua filha. De tanto em tanto, ambas olham a morta.

Hellinger diz ao grupo: - Agora a mãe da mãe e a morta se abraçaram. Ambas estão em paz. Volta-se para a mulher e sua mãe e diz: - Agora o passado, passou.

Mulher e mãe aprovam com a cabeça.

Hellinger diz à mulher: - Agora dá um pequeno passo para sua mãe. Somente um pequeno passo.

Mulher dá um pequeno passo. De imediato sorri à mãe e ambas se abraçam afetuosamente.

Hellinger diz ao grupo: - O que fiz agora com a mulher e sua mãe? Lhes salvei a vida.

Mulher e a mãe se olham, rindo.

Hellinger diz aos representantes: Está bem. Agradeço a todos.

ACLARAÇÕES

As Constelações Familiares não são tão simples como parecem.

O que mostrei são Constelações Familiares do Espírito, onde toda informação provém diretamente dos movimentos dos representantes. Houve um movimento na mulher: olhar ao solo. Isso sempre significa que está olhando a um morto. Quando coloquei a morta, a mãe a olhou, porém a morta se afastou dela. Isso mostra que a mãe não era a indicada. Então se aproximou da avó. Aí residia o trauma de origem. Ela havia assassinado a alguém. Habitualmente é uma criança abortada. Evidenciou-se que a mulher esteve envolvida neste trauma sem que o soubesse, e foi indispensável que se desligasse dele. Não necessito explicar isso agora em detalhes.

HISTÓRIA: AS CARAS DA FELICIDADE

Agora, para a recreação de vocês, farei algo mais simples. Contarei a vocês uma história. A história se chama: “As duas caras da felicidade”. Essa foi a primeira história que escrevi. Ainda a tenho em minha cabeça.

Em tempos remotos, quando os deuses ainda pareciam muito próximos aos homens, em uma pequena cidade viviam dois cantores com o nome de Orfeu. Um dos dois era o grande. Ele havia inventado a citara, uma forma primitiva de guitarra, e quando tocava suas cordas para cantar, a natureza a seu redor ficava encantada. Os animais selvagens deitavam-se docilmente a seus pés, as árvores altas se inclinavam para ele; nada podia resistir seu canto. Como era tão grande, cortejou a mulher mais bela. Depois começou a decadência. Enquanto estava celebrando o casamento, a bela Eurídice morreu, e a taça cheia se rompeu, antes de chegar a seus lábios. No entanto, para o grande Orfeu a morte não foi o final. Mediante sua arte sublime conseguiu entrar ao inframundo, descendo ao reino das sombras, atravessou o Rio do Esquecimento, passou diante do carcereiro, chegou com vida ao trono do deus dos mortos e o comoveu com sua melodia.

A morte liberou Eurídice, ainda que com uma condição, e Orfeu estava tão feliz que nem percebeu a malícia do que se passara. Empreendeu o caminho de regresso ouvindo atrás de si os passos da mulher amada. Passaram ilesos diante do carcereiro, atravessando o Rio do Esquecimento, iniciaram a subida para a Luz, que já viam ao longe. Então Orfeu escutou um grito, Eurídice havia tropeçado, sobressaltado, girou para ela e ainda pode ver como as sombras se desvaneciam na noite. E estava só. Consternado de dor, entoou a canção de despedida: - Ai, a perdi, agora toda a minha felicidade se foi com ela. Ele mesmo reencontrou o caminho para a Luz, porém a vida se havia lhe feito estranha, desde que havia estado entre os mortos. Quando mulheres embriagadas quiseram levá-lo a festa do vinho novo, ele se negou e elas o destroçaram. Tão grande foi sua desgraça, tão vã foi sua arte. No entanto, todo o mundo o conhece!

O outro Orfeu era pequeno. Somente era um cantor de rua, atuava em festas simples, tocava para a gente comum e corrente, proporcionava simples alegrias e ele mesmo passava bem. Como não podia viver de sua arte, aprendeu outra profissão, uma profissão comum, se casou com uma mulher comum, teve filhos comuns, pecava ocasionalmente; era total e simplesmente feliz e morreu de velho e repleto de vida. No entanto, ninguém o conhece, menos eu!

O ABORTO E SUAS CONSEQUÊNCIAS

Há uns instantes surgiu um tema que em muitas famílias tem um papel importante, com efeitos de grande alcance. É o tema do aborto. Estive na conferência de Colin Tipping sobre o perdão. Uma linda conferência. Comoveu-me muito. Deu-me uma chave muito bonita para o tema do aborto e sua solução. Falarei disso em detalhe, porque é importante e porque tem um efeito transcendental através das gerações.

A CONSCIÊNCIA

Tratando-se de uma culpa semelhante, nossa consciência tem um papel chave. A consciência é a chave para a morte. Minhas compreensões a respeito da consciência são fundamentais para a superação dos limites. A consciência se desenvolve em distintos níveis. Uma observação: Quando alguém segue a sua consciência, em seu coração assassina a outro. Nem o Papa é exceção. Todo aquele que se sente melhor rechaça o outro. Todas as grandes guerras ocorrem devido à boa consciência. Ambas partes têm uma “boa consciência” porém diferentes. A boa consciência é somente minha. O outro tem outra totalmente diferente. Minha consciência jamais pode ser uma medição para o que é justo. Eu tive uma experiência profunda no Canadá ao encontrar-me com um ancião cacique dos habitantes originários que intercedia pela paz. Ele me disse que em sua língua não havia palavra para justiça. Podem imaginar o que significa excluir a palavra justiça do vocabulário?

Ou a frase ter razão, ou a palavra bom e também a palavra santo? Todo santo rechaça, sobretudo, a seu próprio corpo. Aqui, no entanto, esse povo não tem palavra para justiça. Perguntei ao cacique: “O que ocorre se alguém assassina a outro? Ele respondeu:

- Então, é adotado pela família da vítima. Esse povo vive em uma dimensão de amor totalmente diferente, uma dimensão totalmente distinta. Agora regresso ao de Colin Tipping. Ele disse para que nós perdoemos aí onde nós nos sentimos culpados. Não a partir de nosso eu. Isso seria ridículo. Perdoamos desde nosso ser superior, que está em sintonia com um movimento criador, que tem seu efeito atrás de tudo, também atrás de uma criança abortada. Para esse movimento nenhuma criança se encontra perdida. Segue estando aí. Ninguém está fora. Temos visto que não está fora. Ainda está aí presente, e lhe cabe bem.

OS OUTROS MOVIMENTOS DA CONSCIÊNCIA

O movimento de consciência tem seu efeito no culpado.

É um movimento que se dirige na direção da compensação.

O que se fez culpado, quer sofrer o mesmo tanto daquele que foi prejudicado. No aborto podemos ver que a mãe é arrastada para a morte; se encontra igualmente morta como a criança.

Essa consciência é um movimento para a morte. A morte.

Uma morte atrás da outra. Através de muitas gerações, uma morte atrás da outra. Quando os filhos veem que a mãe é arrastada para a morte, dizem a si mesmos interiormente: - Eu vou em seu lugar.

No entanto, somente um é preciso morrer, para expiar, ou a mãe ou uma criança. E tem mais. Quando em uma família uma criança interiormente experimenta que uma ou mais crianças foram abortadas, diz: - Eu vou em seu lugar. Com isso, ao mesmo tempo se eleva por cima da mãe e, com frequência, aborta ela mesma.

Deste modo se faz igual a mãe. Assim se dá de geração em geração.

A chave é crescer mais além dos limites dessa consciência para um nível superior. Ali tudo está bem.

Ali não há pecado.

Ali não há culpa nem há expiação.

A EXPIAÇÃO

A expiação sempre significa que eu faço algo a alguém, a mim mesmo e a aos outros. Quando fazemos uma expiação, o que é o que na realidade queremos? Que alguém morra. O clamor por justiça é o clamor pela morte de um culpado. Que tipo de seres humanos somos então? Seguimos sendo filhos de Deus? Ou nos convertemos em demônios?

MEDITAÇÃO: AMAR MAIS ALÉM DE NOSSA CULPA

Fechem os olhos. Agora nos internamos a nossa vida e podemos contemplar a nossa culpa. O que fizemos a alguém? Que dano lhe causamos, o que fizemos de modo a ter como consequência que alguém tenha perdido a vida?

Como nos sentimos? Qual é agora o movimento interior?

Por exemplo, temos limitado nossa vida? Ou talvez, adoecemos? Possivelmente neste órgão no qual foi vinculado a culpa?

A quem olhamos? Olhamos para aquele que foi prejudicado?

Ou olhamos a nós e queremos causar-nos um dano para desligar-nos e salvar-nos do sentimento de culpa?

Onde fica então Deus, o criador, diante do qual ninguém pode cair em desgraça, porque a todos toma por igual a seu serviço, também àqueles que morrem cedo? Também eles repousam completamente íntegros, em igual condição, sem julgamento, junto a seu coração. Ali nós os desejamos. Ali eles encontram seu lugar desde o principio, onde eles são iguais a nós e nós a eles, sem diferenças. Como se sentem com isso? Mais indulgentes conosco mesmos e com os demais? Tranquilizaram-se?

OS CÍRCULOS DA VIDA

Então acabará este ano. Então se fecha o círculo de um ano. Depois inicia um novo círculo. Então outro mais e outro mais e outro mais.

Muitos círculos de anos juntos, às vezes muitos, às vezes poucos, se fecham e formam nosso círculo de vida. Isso é compreensível.

A pergunta é: Existe somente esse único círculo de vida para nós?

Já houve outros antes? Haverá outros depois deste? Se agora olhamos para uma criança abortada: talvez seja um círculo de vida entre muitos. Aí tem seu lugar esse círculo de vida. Quer dizer, temos que ver tudo isso em um contexto muito maior.

E então, também se fecham e chegam a um final esses muitos círculos de vida? Como chegam a um final? O que é criado pode nunca deixar de transcender? Existe um final para o que é criado?

O que se sucede depois? Onde conclui nosso imenso círculo de vida? Em algo infinito que não existe?

Conclui no maior que realmente existe, quer dizer, no nada.

Existem tantas faltas de lógica porque sempre partimos de nossa existência. Tudo isso, eu não tenho permissão de dizer.

Querem que comente mais a respeito?

O NADA

Tudo o que existe está limitado. Encontra-se rodeado por um nada, um não existir. Pode Deus estar aí? Sim, está aí, e também se encontra limitado. Então está aí segundo nossa imagem. Se pertence ao âmbito do nada, o nada infinito, temos permissão de pensá-lo? Temos permissão de dizer algo a respeito disso? Que distorcido resultaria tudo isso? Uma vez escrevi um poema a respeito. E um poema difícil. Não sei se consegui levá-lo a cabo. Compartilho com vocês.

SER E NÃO SER

Um monge que estava à busca de algo, pediu algo para seu sustento a um comerciante do mercado.

O comerciante vacilou um momento, e ao dar-lhe o que pedia perguntou:

- Como pode ser que tu tenhas que pedir-me aquilo que te falta para poder viver, mas ao mesmo tempo, me menosprezas, a mim e a meu estilo de vida, se é graças a esse estilo de vida que posso te conceder o que me pedes?

O monge respondeu:

- Comparado com o *Mais Elevado* que busco, tudo mais me parece insignificante.

O comerciante, no entanto, seguiu perguntando:

- Se há esse algo *Mais Elevado*, como pode ser que seja algo que alguém possa buscar ou encontrar, como se estivesse no final do caminho e poderia ser encontrado? E continuou. - Como poderia alguém sair ao encontro desse algo, como se fosse uma coisa destacada dentre as muitas e distintas coisas, e apoderar-se dessa mais que das outras? E concluiu: - De outro modo, poderia alguém dando as costas a algo, e, por conseguinte, sendo menos do que os outros, ser levado para esse algo *Mais Elevado*, ou mesmo se dispor a estar a seu serviço?

O monge replicou: - Só encontra esse *Mais Elevado* aquele que renuncia ao próximo e ao presente.

O comerciante, no entanto seguiu considerando: - Se o *Mais Elevado* existe, este *Mais Elevado* está próximo igualmente de *Todo Ser* e de *Todo Não Ser* e de tudo que há entre eles, tanto o que aparece como o que permanece oculto.

Do ponto de vista do *Ser*, o que experimentamos, o vemos como passageiro e limitado. Já o *Não-Ser*, nos parece infinito. Vistos na dimensão do agora, no entanto, o *Não-Ser* se revela através do *Ser*, nele aponta para a origem e o destino. O *Não-Ser* é como a noite, é como a morte. Inicia sem conhecimento, como um relâmpago, forte e breve. Assim ilumina o olhar no *Ser*.

Ora, é dessa mesma forma que opera o *Mais Elevado* em relação a nós mesmos. Somente o que se aproxima, o que está por vir é que faz brilhar o agora.

O monge então perguntou. - Se o que dizes é verdade, o que restaria ainda para mim e para ti?

O comerciante respondeu: - Ainda nos restaria, por algum tempo, a Terra.

Como vocês podem ver, alcançamos uma dimensão bem ampla, para que assim vocês possam colocar tudo que gera preocupação e remorsos em vocês em outro patamar, num contexto muitíssimo mais amplo.

MEDITAÇÃO: HOMEM E MULHER UM EM NÓS

Hellinger: Há alguém que ainda queira trabalhar comigo?

Um homem levanta a mão e se senta junto a Hellinger.

Hellinger diz a esse homem: - De que assunto se trata?

Homem: Na realidade trata-se do conceito de amor.

Hellinger: O amor não é nenhum conceito. De que se trata concretamente?

Homem: Amo uma mulher. Essa mulher, por dizer assim, chegou como um relâmpago à minha vida. Era a certeza. Essa é a mulher da minha vida, depois de haver passado já por duas experiências.

Esse é meu terceiro casamento. Ficou claro, nesse sentido que, como até então, dedico-me há trinta anos a planos de vida e que, nessa relação, tratava-se de trazer o céu para a terra, assim eu o entendi. Portanto...

Hellinger: Está bem. Estou informado. Ficou claro. Não é nada fora do comum o que ele conta.

Hellinger diz ao homem: - Feche os olhos.

Hellinger dirigindo-se ao grupo: - Vocês podem participar se quiserem. Vou fazer com ele um exercício interno e uma meditação. O homem fecha os olhos.

Hellinger: - Agora separe as mãos. Uma mão é você, a outra é essa mulher. Qual é a mão que domina? Que mão é mais fraca ?

Agora imagine que essas duas mãos assim como os hemisférios cerebrais se fundem numa unidade. De imediato você se converte nessa mulher e ela se toma você, indissolivelmente, como homem e mulher segundo a imagem de Deus. Ao mesmo tempo as outras mulheres se fazem uma com você e você com elas. São uma só carne. Hellinger: Agora observe as mudanças em teu corpo. Por exemplo, entre a parte de cima e a parte de baixo. O que converge para você? E que diferença há entre o antes e o depois. O que regressa?

E o que resta da diferenciação entre a vida e a morte?

Hellinger, depois de um tempo: - Está bem.

Hellinger dirigindo-se ao homem: - Posso deixá-lo aqui?

Hellinger: - Sim, obrigado, está bem.

SEGUNDA JORNADA

HOMEM E MULHER

Nós dizemos: As coisas finalmente chegam àqueles que esperam. Também àqueles, aos que ontem não lhes tocou, são aqui cordialmente bem vindos. Vou continuar com o tema que nos ocupa: “Os segredos do amor”.

Prosseguirei com outro aspecto dos segredos do amor. Agora quero dizer algo sobre os segredos do amor entre homem e mulher.

A REVELAÇÃO DE DEUS

No mundo cristão o segredo de homem e mulher muitas vezes foi desaprovado. É estranho que no Cristianismo a maior revelação de Deus que na realidade existe e, que possamos experimentar, quase foi deslocada para o âmbito do mal. Se bem que o Criador, de onde provém toda a vida e de onde se transmite essa vida, se revela do modo mais impressionante no amor entre homem e mulher.

É mais surpreendente porque a Bíblia diz: “Deus criou o homem à sua imagem”. Na frase seguinte se lê: Ele os criou homem e mulher. É uma imagem em duas versões, idêntica à grande imagem que Deus tem do homem. Aí, naturalmente, sucedeu algo grave com o homem. Querem que lhes conte algo mais sobre isso?

O CONHECIMENTO DO BEM E DO MAL

Possivelmente todos conhecem a história do paraíso. No paraíso, Deus passeava entre os homens. Ele disse a Adão e a Eva: “Podem comer de todos os frutos desse lindo jardim. Porém de duas árvores não deverão comer”. Uma das árvores era a árvore do conhecimento. No paraíso havia uma serpente que disse a Adão e a Eva: “Deus tem medo de você, porque tão então comam dessa do fruto dessa árvore, serão como ele. Então vocês reconhecerão o que é bom e o que é mau”. Conhecem essa história?

A serpente os seduziu para que comessem dessa árvore. Eva, já então as mulheres tomavam a iniciativa, pegou uma maçã e a deu a Adão para que comesse. Com isso adquiriram o conhecimento.

Curiosamente, qual foi o primeiro conhecimento? Deram-se conta de que estavam nus. Antes, para eles, homem e mulher formavam uma unidade.

Por causa do conhecimento do bem e do mal, houve a cisão entre o bem e o mal e, nesse sentido, também houve a cisão entre o homem e a mulher. Qual foi o resultado? Adão e Eva foram desterrados do paraíso em cujo portal um anjo com uma espada flamejante vigiava a entrada ao Éden. Essa é a história. Porém qual é o fundo?

A ARROGÂNCIA

Quando diferenciamos entre o bem e o mal, colocamo-nos no lugar de Deus. Sempre, quando alguém diz: “Isso está bem e isso está mal”, então diz: “Eu sou como Deus. Eu o faço melhor”.

Recordo uma frase, uma frase estranha. Querem que lhes diga?

Não sei se podem suportar essa frase: “Aquele que critica alguém subtrai a Deus seu ser humano”. Tira de Deus sua humanidade. Se Deus a todos criou, tais como são, pode existir algo melhor e algo pior? Quando critico alguém, coloco-me no lugar de Deus e digo:

- Eu sou como Deus.

A MORTE

Comer da árvore do conhecimento do paraíso, depois de conseguir esse assim chamado conhecimento, teve ainda outro efeito.

Levou à morte. Todo assassino se coloca no lugar de Deus e diz ao outro: “Tu mereceste a morte”. Pode haver uma arrogância maior?

A consequência foi que Caim matasse seu irmão Abel. Por que? Porque pensou que Deus amava a Abel mais do que a ele.

A CONSCIÊNCIA

Esse conhecimento é também o começo da consciência.

Nós diferenciamos entre o bem e o mal devido à consciência.

A consciência é o pior que existe. A boa consciência é a origem de toda guerra, porque aquele que tem boa consciência se sente superior e devido a sua boa consciência se coloca no lugar de Deus e nega a vida a outros.

Minhas compreensões a respeito da consciência são, na realidade, minhas compreensões mais importantes. Como consegui adquirir essas compreensões? Apliquei um método filosófico, o método fenomenológico. Isso significa que, sem nenhum requisito prévio, sem julgamento algum, expondo-se à situação tal qual é, exatamente como é.

Fiz isso com a consciência. Sem restrição, passei a olhar como se comportam as pessoas que se recolhem à sua consciência. E a tudo que se diz com respeito à mesma. Expus-me a isso sem julgamento, simplesmente assim. Se fazemos isso, da diversidade e da quantidade dos fenômenos surge a compreensão decisiva. Isso o fiz ao longo de seis anos. Ao final dos mesmos, de imediato me chegou a compreensão do que significa a consciência.

A BOA E A MÁ CONSCIÊNCIA

Na consciência tal e como a experimentamos distinguimos entre a boa e a má consciência. A boa significa: Faço tudo para poder pertencer a minha família. Por conseguinte a consciência tem que ver com o pertencimento. Se tenho uma boa consciência, significa: Estou seguro, posso pertencer. Se tenho uma má consciência, então previamente atentei contra as regras e as disposições de meu grupo. Então obtenho uma má consciência. Má consciência significa:

Tenho medo, já não posso pertencer. Essa é a consequência por comer da árvore do conhecimento, a distinção entre o bem e o mal. Sempre está relacionado com o pertencimento. No cristianismo, em geral em todo o Ocidente, existia um mandato: Cada qual tem que obedecer a sua consciência. Cada qual a sua, porque a consciência, assim nos disseram, é a voz de Deus em nossa alma. Em relação a isso fiz uma observação muito simples: cada ser humano tem outra consciência.

Um exemplo simples. Se se aproximam a seu pai, comportam-se de diferente maneira a quando o fazem com a mãe. Toda família tem uma consciência própria, uma consciência totalmente diferente.

Toda religião tem uma consciência diferente. Quais são as consequências? A consciência nos liga a um estreito grupo.

Ao mesmo tempo exige que rechacemos a outros, aos que tem uma consciência diferente.

Com nossa consciência nos comportamos como Deus.

Distinguimos entre o que pode pertencer e o que não tem o direito de fazê-lo, 6 entre o que tem permissão de viver e o que tem que morrer.

Todas essas são as consequências por comer da árvore do conhecimento.

O SERVIÇO

Agora, aparentemente, me dirijo a outro tema totalmente distinto.

Aí pois, há um homem e uma mulher. Se amam. São atraídos mútua e irresistivelmente. Alguns dizem que o instinto os junta.

Eles estão fora de si e se tomam um casal.

Esse instinto é um movimento divino, por certo, o maior que existe.

É um movimento criador do qual ninguém pode nem deve subtrair-se. Esse movimento traz vida. Portanto, isso é o primeiro que temos que reconhecer: que homem e mulher são reunidos graças a um movimento divino. Isso é, o movimento mais espiritual.

Isso é a espiritualidade, seguir a esse movimento. Com certeza que com todas as consequências. Nos toma a serviço da vida.

AS DIFERENTES CONSCIÊNCIAS

Aqui, com certeza, há uma dificuldade entre homens e mulheres.

O homem e a mulher provêm de duas famílias distintas.

Isso significa que ambos têm diferentes consciências.

Agora, quando o enamoramento vai acabando, começa a luta entre uma consciência e a outra: que consciência tem a prioridade na relação de casal? Todas as disputas matrimoniais são disputas entre as diferentes consciências.

O OUTRO NÍVEL

Qual seria aqui a solução? Ambos, homem e mulher, têm que crescer mais além de suas consciências. Por conseguinte, ambos têm que deixar atrás a consciência, porque o grande amor carece de consciência.

Ambos crescem mais além do conhecimento do bem e do mal.

Ambos crescem mais além da diferenciação do bom e do mal.

Assim, não somente se convertem em uma só carne. Tornam-se um espírito e um amor.

Esse é o movimento com o qual nos sintonizamos em concordância com um movimento maior.

Esse é o amor divino que se dirige e entrega a tudo o que existe na mesma medida, com o mesmo amor.

Esse é o outro nível.

MEDITAÇÃO: MEU PARCEIRO OU PARCEIRA

Essa foi uma longa introdução. Ainda podem seguir me acompanhando? Agora vou dedicar-me à prática. Fechem os olhos. Imaginem seu par, o atual ou um anterior. Ou se não têm parceiro ou parceira, mas têm um profundo anseio de tê-lo ou de tê-la.

Olhem para este parceiro ou parceira nos olhos. Esqueçam todos os discernimentos que até agora têm feito a respeito do bem e do mal, do correto e do equivocado. Digam ao seu par olhando-o nos olhos: “Sim. Concordo contigo, tal como és, exatamente como és, com amor”. Imaginem o que muda em seu par. Como ele ou ela podem liberar-se. Finalmente podem ser como são, exatamente como são. Agora imaginem que seu parceiro ou parceira diga o mesmo a vocês: “Sim, concordo contigo, tal como és, exatamente como és, com amor”.

O que ocorre na raiz deste total consentimento? Nesse consentimento, o homem se faz mulher. E a mulher se faz homem. Nesse movimento, ambos correspondem à imagem que Deus tinha do homem quando, segundo sua imagem, ao mesmo tempo os criou homem e mulher. Então já não há eu. Eu basicamente significa: eu como homem ou eu como mulher. Depois desse Sim e desse consentimento, somente há um Nós. Quer dizer,

Nós como homem e Nós como mulher. Esse Nós toma-se visível no filho. Mesmo que a criança seja menino ou menina. Seja a criança um menino ou uma menina, nela ambos os pais são um Nós manifestado. Como se sentem com isso? O que mudará quando voltarem a encontrar-se ,com seu par, mais além do conhecimento do bem e do mal? Vocês regressarão ao Paraíso.

MEDITAÇÃO: NOSSA CRIANÇA

Agora vou fazer um pouquinho mais de prática. A criança não sai nem como a mãe, nem como o pai, porque é um Nós feito de pai e mãe simultaneamente. O que sucede se a mãe quer que a criança saia como ela, como se diz, e que, portanto, se pareça mais com ela do que com o pai? E vice versa com o pai. A criança, por ser como um Nós feita de pai e mãe, somente pode prosperar como um Nós, por conseguinte, se com igualdade pode chegar à mãe e ao pai.

Imaginem o que acontece se a mãe diz a criança: “Não vais fazer como teu pai”. Como se sente a criança? Ela se divide interiormente. A criança perde o Nós. Se a mãe deseja que a criança seja diferente de seu pai, qual é o efeito? O separado quer voltar a unir-se. Justamente por isso a criança é obrigada a fazer-se como seu pai. Isso, portanto, tem o efeito contrário.

Voltem a fechar os olhos. Imaginem seus filhos, quer dizer, aqueles que têm filhos. A mãe diz a criança: “Quando te vejo, vejo em ti teu pai. Em ti amo a teu pai, tal como ele é. se te tomas como teu pai.”. Este é o Sim completo à criança. Ao contrário, o pai diz à criança: “Quando te vejo, vejo em ti tua mãe. Em ti amo a tua mãe, tal como é. Alegro-me se ficares como tua mãe”.

O que acontece então com a criança? Ela pode desenvolver-se como um Nós, como um Nós feita de pai e mãe; e pode encontrar seu caminho e por ele transitar.

MEDITAÇÃO: A UNIDADE

Essa integração de pai e mãe também a podemos levar a cabo em nós mesmos. Contemplamos nossa mãe e lhe dizemos: - Querida mamãe, espero de ti poder amar a meu papai como a ti, igual que a ti. E dizemos ao papai: - Querido papai, espero de ti poder amar a minha mamãe, igual que a ti.

Deixamos confluir em nós nosso pai e nossa mãe, convertidos em uma unidade sem diferenças. Sentimos o efeito em nosso corpo.

Por exemplo: como direita e esquerda convergem em uma unidade; como acima e abaixo convergem em uma unidade e, como corpo e espírito convergem para uma unidade. E, ao mesmo tempo, para a vida e a morte. A morte acaba. E o resultado da separação, o resultado do conhecimento do bem e do mal. Aí onde conseguem encontrar-se, a morte é a transição para um novo círculo de vida.

MEDITAÇÃO: NOSSA SAÚDE

Agora sintam em vocês que efeito tem para sua saúde o movimento de encontro entre o homem e a mulher. Reúnem-se na saúde aquilo que foi separado. É o resultado de um amor por igual, em todos os sentidos, tal como é.

CONCLUSÃO

Para onde os levei? Com certeza de volta ao Paraíso. Aí também os deixo. Desejo-lhes um bom final e que continuem naquele movimento, que vai em direção à Paz: em nós, em nossas relações, no mundo. O melhor para vocês.

TERCEIRA JORNADA

RAIOS DE LUZ

OS JOGADORES

Começo com uma história.

A história se chama: Os jogadores

Apresentam-se como inimigos.
 Em seguida, sentam-se frente a frente
 E jogam no mesmo tabuleiro
 Com múltiplas fichas
 Segundo regras complicadas
 Jogada a jogada,
 O mesmo jogo real.
 Ambos sacrificam em seu jogo
 Diferentes fichas
 E se mantêm em xeque em expectativa,
 Até que o movimento termina.
 Quando já nada mais anda,
 A partida termina.
 Então mudam de lado
 E de cor,
 E começa novamente outra partida
 Do mesmo jogo.
 Contudo, quem por muito tempo joga,
 E muitas vezes ganha,
 E muitas vezes perde,
 Em ambos os lados chega a ser
 Mestre.

Esse eterno jogo de ganhar e perder, sempre de acordo com as mesmas regras, caracteriza nossa cultura. Por exemplo, na política e de em outras formas também. Porém se ambos se fizeram mestres e não veem mais a diferença entre o ganhar e o perder, o que acontece então? Em vez de jogar um contra o outro, jogam um junto ao outro e olham para a mesma direção.

MEDITAÇÃO: GANHANDO JUNTOS

Fechem os olhos. Imaginem-se como estão jogando o jogo de ganhar e perder. Contra quem jogam? E quem joga contra vocês?

Como acaba esse eterno jogo? Por exemplo, entre homem e mulher? Entre os assim chamados perdedores e ganhadores? Por exemplo, nos conflitos trabalhistas? O que ocorre se, em vez de estar sentados um frente ao outro, sentam-se um ao lado do outro olhando para a mesma direção? Por exemplo, os pais olham juntos com criança, adotam seu ponto de vista. Em vez de enfrentar-se e deliberar quem dos dois é o ganhador, colocam-se um junto ao outro. Em vez de um Eu ou um Tu, convertem-se em um Nós. Retiraram-se do jogo? Como se sente isso? Por exemplo, no corpo e no coração?

A LUZ

Raios de esperança. Que significa isso? Acende-se em nós uma luz. Com este raio de luz se faz claro. Vemos algo de um modo totalmente novo. Esse raio de esperança não provém de nossa cabeça. Provém da profundidade. De imediato está aí e sabemos exatamente qual tem que ser o passo seguinte para nós. A respeito disso vou contar-lhes uma história. ' ■ ':-

HISTÓRIA: O CENTRO

Um homem finalmente quer sabe-lo. Monta em sua bicicleta, e se dirige ao campo aberto, onde divisa, longe do que é conhecido, outro caminho. Aí não há sinais e, assim, confia no que seus olhos veem diante de si e no que seu passo pode percorrer. Impulsiona-o certa alegria de descobrir algo e, o que até então havia sido apenas um pressentimento, agora toma-se certeza.

No entanto, este caminho termina junto a um largo rio e o homem desce de sua bicicleta. Ele sabe que, se ainda quer continuar, tem que deixar na margem tudo o que leva consigo. Então perderá sua terra firme e será levado e conduzido por uma força que pode mais do que ele, de modo que terá que entregar-se a ela. Por isso, vacila e retrocede. Ao regressar de novo a sua casa se dá conta de quão pouco que sabe a respeito das coisas que ajudam e que dificilmente se pode transmiti-las a outros. Já demasiadas vezes ocorreu-lhe algo

como àquele homem que segue outra bicicleta, porque nela há um para-lama que bate. Ele grita ao homem: “Ei tu, teu para-lama está batendo! - O que? Teu para-lama está batendo! - Não posso entender!

- responde o outro - meu para-lama está batendo! Então pensa:

Aqui algo não andou bem”. Então pisa no freio e regressa. Pouco depois encontra um mestre ancião e pergunta-lhe: - Como fazes tu quando ajudas aos outros? Muitas vezes pessoas vêm ver-te, pedindo-te conselhos em assuntos dos quais sabes pouco.

No entanto, depois lhes vai melhor. O mestre responde:

- Não depende do saber, se alguém se detém no caminho e não quer seguir adiante. Porque busca segurança onde se pede coragem.

E busca liberdade onde a verdade já não lhe deixa escolha.

E assim se move em um círculo”. O mestre, no entanto, resiste ao pretexto e à aparência. Ele busca o centro e ali recolhido espera, como alguém que estende as velas diante do vento, que talvez lhe chegue uma palavra que transcenda. Se então o outro se aproxima, encontra-o ali onde ele mesmo tem que chegar e a resposta é para ambos. Ambos são ouvintes. E ainda acrescenta: - O centro se distingue por sua leveza. Este é o caminho para alcançar um raio de luz, uma nova compreensão: esperar até que nos é presenteada.

O que hoje é importante para mim é integrá-los e acompanhá-los no caminho que presenteia tais olhares e compreensões. E como as presenteia.

A MORTE COMO AMIGO

Existe um método e eu às vezes o aplico. Peço minha morte um sinal do que para mim é o indicado. Sempre está junto a mim como um amigo. Se lhe pergunto e me exponho a ela com todo meu ser, por assim dizê-lo, depois de um tempo me chega uma palavra.

Então sei qual é meu passo seguinte, já que a morte está a serviço da vida. Se me afastar desse caminho de serviço à vida, a morte me castiga. Deixa-me calar e me conduz à reflexão. Vou dar-lhes um exemplo.

EXEMPLO

Um homem que havia alcançado muitas coisas importantes me telefonou perguntando se poderia ver-me, porque precisava de ajuda. Eu não sabia o que fazer. Portanto, imaginei sua morte junto a mim, à esquerda, e lhe pedi uma indicação.

Depois de um tempo me chegou uma palavra de sua parte.

A palavra era: jogo. Então pensei, pois o tomarei de modo leve, como a um jogo. Quando chegou, o homem me contou o que lhe havia ocorrido quando jovem. Seu pai foi pastor protestante e durante o Terceiro Reich predicou contra o regime. Por isso foi para o cárcere. Depois de um tempo foi liberado. No primeiro domingo depois de sua libertação foi ao seu escritório para preparar o sermão. Como esse homem não chegava para o café da manhã, seu filho foi buscá-lo. Encontrou-o estendido inconsciente no chão do escritório. Isso ocorreu em novembro. Entretanto, ocorreu-lhe uma imagem: Morrerá na sexta-feira santa na nona hora. E assim foi como ocorreu. Seu pai faleceu na nona hora da sexta-feira da paixão. Nesse instante ficou claro para mim: ele era arrastado em direção ao seu pai morto. Em vista disso, deixei que se colocasse com as costas na parede e pedi que imaginasse seu pai de frente para ele contra a outra parede. Ele aproximou-se lentamente dele, muito lentamente.

Quando chegou aí, disse-lhe que imaginasse por cima dele uma corda com um laço de força, que colocasse sua cabeça no laço e que esperasse um tempo. Então, lhe pedi que na continuação fosse tirando pouco a pouco sua cabeça desse laço e que voltasse.

Assim ele o fez. Retirou-se lentamente. Ao colocar-se novamente junto à parede, suspirou profundamente. Olhou-me e disse:

Isso é como um jogo. A esse respeito, veio à minha mente uma frase da Bíblia: A sabedoria joga frente a Deus. Isso foi, portanto, um raio de luz que tive e essa é uma maneira como podemos receber um raio semelhante.

MEDITAÇÃO: O SINAL

Voltem a fechar os olhos. Imaginem que a sua esquerda se encontra sua morte, um mensageiro divino a serviço da vida. Vocês se expõem a ela em toda a amplitude possível e esperam, até que dela lhes chegue um sinal para o seguinte passo decisivo.

Depois de um tempo: O seguinte passo decisivo sempre é um que exige coragem. Não há alternativa com respeito a ele.

Aqui acaba nossa liberdade de escolha. Como se sentem com isso?

A LUZ

O tema é: Raios de Luz. Já se deram alguns raios? Brilhou ao longe uma luz mais clara? Por certo escutei em um programa de televisão, que uma comissária de policia ficou encerrada em um necrotério. Teve que suportá-lo uma noite inteira. Pela manhã um comissário foi buscá-la e lhe abriu a porta. Lhe perguntou: “O que fizeste ali?” Ela respondeu: “Uma constelação familiar”. Porém não foi uma que viesse de minha parte. Muitos de nós permanecemos mais bem com os mortos do que com os vivos. Não com a morte, porém sim com os mortos. Junto a morte ninguém pode deter-se porque nos impulsiona • para diante, para a vida. Agora passarei a outro nível, também em referência aos raios de luz.

MEDITAÇÃO: A FELICIDADE

Voltem a fechar os olhos. Agora imaginamos nosso parceiro ou parceira. Encontra-se a certa distância de frente para nós. Expondo a ele ou a ela, tal como é, exatamente como é. Esquecemos as imagens internas que fizemos dele ou dela. Somente estamos aí presentes e nos expomos frente ao par. Enquanto estamos esperando desse modo, aguardamos que chegue uma palavra ou uma breve frase interna que, quando a dissermos ao outro, ilumine-se sua face com alegria. Um exemplo para uma frase assim, seria: “Somente tu”.

Ou a palavra: “Agora”. Agora digam a vocês mesmos uma palavra ou frase semelhante que de repente os ilumine e os faça amplos. Novamente, depois de um tempo: Encontraram tais palavras? Palavras felizes? Raios de luz para vossa vida?

O HUMANAMENTE DIVINO

Palavras semelhantes dão bom resultado para nós se, interiormente nos despedimos do conceito de bem e mal, do correto e errado.

Frente a Deus, seja o que for que relacionemos com essa palavra, não há julgamentos de correto e errado. Porque Ele, essa força, fez tudo bem, tudo corretamente, também a cada ser humano.

Se julgamos um ser humano no sentido de bem e mal ou de melhor ou de pior, que fazemos então? Retiramos do divino algo de seu ser humano. Podem compreender isso? Seria um raio de luz captar e compreender isso. Seria o portal para a paz e o amor.

A isso se opõe nossa consciência. Revisem com vocês.

Se pensamos, como pensamos? Sempre pensamos em julgamentos. Sem julgamentos não podemos pensar. Se permanecemos no nível do pensar, somos sempre levados para uma separação.

Há outra instância em nós, muito profunda, totalmente profunda, onde tudo converge para uma unidade. Se nos centramos nessa profundidade, tudo se reúne. Entramos em sintonia com outro movimento. É o movimento de entrega para tudo como é.

Primeiro é um movimento de entrega para nós mesmos, tal como somos, sem julgamentos de melhor ou pior. Se chegamos a esse nível, vemos tudo devida e corretamente. Essa é minha conclusão.

EPÍLOGO

Ainda que conclua este livro dizendo isso, as meditações continuam na alma. Conduzem para uma ampla consumação de vida. Para uma vida rica e plena, que brinda à felicidade, a nós e aos outros. Também a mim me faz feliz poder levá-los a essas meditações. Também em mim continuam.

Sempre seu,



PÁGINAS NA WEB:

www.hellinger.com

www.hellingersciencia.com.mx

Aprender com Bert e Sophie Hellinger com os seminários e treinamentos internacionais que se oferecem em diferentes países. Conheça a agenda ou entre em contato com eles:

Tel: [+49-10\) 86 52 / 65 64 65](tel:+49-10-8652656465) Fax: [+49-\(0\) 86 52/65 64 00](tel:+49-0-8652656400) Email: info@hellingerschule.com

MEDITAÇÕES de BERT HELLINGER.

Nos abre caminhos internos que nos levam a uma profundidade mais além das distinções simples da vida. Entre o bem e o mal, o correto e o errôneo, o divino e o humano. Este novo livro de Bert Hellinger emana da alma e seu propósito não poderia ser outro mais que dialogar com a alma do leitor. Com esta maestria, Hellinger escreve este texto em muitas e maravilhosas instâncias, onde se alojam luz e energia, e de aí nos impulsionam para um novo movimento em nossos destinos.

Em cada um dos seminários e treinamentos internacionais, Bert e Sophie Hellinger alternam o trabalho que realizam aplicando o Método das Constelações Familiares com exercícios de reflexão que chamam: Meditações. Estes momentos nos oferecem a oportunidade de fazer um percurso pelo interior de nossos corpos, mentes e corações até chegar ao lugar onde melhor podemos encontrar com a alma e o espírito que nos anima.

Este livro é resultado da ação de um grupo de amigos que sentiram a força e a beleza destas meditações. Da mesma forma, sentem-se gratos a Bert Hellinger e oferecem aos leitores brasileiros esta edição comemorativa, por ocasião de seu aniversário, celebrado no Brasil em dezembro de 2012.

BERT HELLINGER está entre os maiores pensadores filósofos e terapeutas influentes dos séculos XX e XXI. Nasceu na Alemanha em 1925 e viveu os embates da Segunda Guerra Mundial na Europa. Sua formação monástica o conduziu ao trabalho com as comunidades Zulu do Sul da África onde desenvolveu um olhar fenomenológico e profundo. Estudioso da Filosofia, da Pedagogia e da Teologia, Hellinger é docente, investigador e contribuiu fundamentalmente com a Psicologia nas décadas recentes. Hellinger introduziu e globalizou o conhecimento e a prática de um método de enorme valor no âmbito terapêutico: as **CONSTELAÇÕES FAMILIARES**. Suas inúmeras obras foram traduzidas em 27 idiomas. É um mestre incansável, cuja lucidez e capacidades investigativas e criativas transformam-se e evoluem junto com o movimento do espírito.