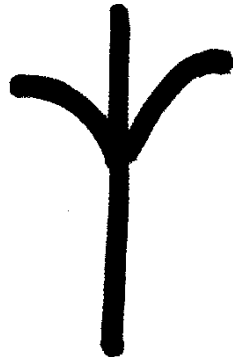




**BERT HELLINGER**  
o essencial é simples





Em seus cursos e seminários, Bert Hellinger trabalha com seus clientes através das constelações familiares de uma forma altamente concentrada. Este livro representa uma coletânea destas intervenções intensas e rápidas. Pode-se, então, perceber os laços do amor oculto por trás dos sintomas e dificuldades do cliente, e uma nova imagem emerge.

Cada sessão, oferecendo uma nova e profunda perspectiva...

Editora Atman



Bert Hellinger, nascido na Alemanha em 1925, formou-se em teologia e em pedagogia e trabalhou 16 anos como membro de uma ordem missionária católica entre os Zulus na África do Sul.

Através de uma formação e experiência em campos variados, como Psicanálise, Terapia Primária, Análise Transacional, Hipnoterapia e Terapia Familiar, desenvolveu um método original de constelações sistêmicas, largamente difundido em todos os continentes.

Seus livros, traduzidos em muitas línguas, incluem reprodução de workshops, ensaios teóricos, pensamentos, poemas e contos breves; em contextos de genuína e forte espiritualidade.

**BERT HELLINGER**

**o essencial é simples**  
**terapias breves**

**Tradução**

Tsuyuko Jinno Spelter

**Revisão**

Wilma Costa Gonçalves Oliveira

2ª edição

2006

**ATMAN**



Título original alemão:

**Mitte und Maß**

Kurztherapien

1ª edição, 1999

Carl-Auer-Systeme Verlag

Heidelberg - Deutschland

Copyright©1999 Bert Hellinger - todos os direitos reservados

Todos os direitos para a língua portuguesa reservados. Nenhuma parte deste livro pode ser reproduzida ou usada de qualquer forma ou por qualquer meio (eletrônico, mecânico, inclusive fotocópias, gravações ou sistema de armazenamento em banco de dados) sem permissão escrita do detentor do “Copyright”, exceto no caso de textos curtos para fins de citação ou crítica literária.

2ª Edição - junho 2006

**ISBN 85-98540-11-0**

Direitos de tradução para a língua portuguesa adquiridos com exclusividade pela:

EDITORA ATMAN Ltda.

Caixa Postal 2004 - 38700-973 - Patos de Minas - MG - Brasil Telefax: (34) 3821-9999 -

<http://www.atmaneditora.com.br> [editora@atmaneditora.com.br](mailto:editora@atmaneditora.com.br)

que se reserva a propriedade literária desta tradução.

**Designer de capa:** Alessandra Duarte **Diagramação:** Virtual Edit

**Revisão ortográfica:** Elvira Nícia Viveiros Montenegro **Coordenação editorial-** Wilma Costa  
Gonçalves Oliveira

Depósito legal na Biblioteca Nacional, conforme o decreto nº 10.994, de 14 de dezembro de 2004.

#### Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

H477e Hellinger, Bert.

O essencial é simples: terapias breves / Bert Hellinger; tradução de Tsuyuko Jinno-Spelter. - 2.ed. - Patos de Minas: Atman, 2006. 256 p.

ISBN: 85-98540-11-0

1. Psicoterapia. 2. Terapia de grupo. 3- Psicoterapia grupai e familiar. I. Título.

CDD: 616.891 5

**Pedidos:**

[www.atmaneditora.com.br](http://www.atmaneditora.com.br)

[comercial@atmaneditora.com.br](mailto:comercial@atmaneditora.com.br)

(34) 3821-9999

*Este livro foi impresso com:*

**Capa:** supremo LD 250 g/m<sup>2</sup>

**Miolo:** offset LD 75 g/m<sup>2</sup>

... O sábio respondeu:

O disperso se une em um todo  
quando encontra seu centro  
e atua concentrado.

Pois somente através de um centro,  
o muito torna-se essencial e efetivo,  
e sua plenitude se nos revela, então, como simples,  
quase como pouco,  
como força serena dirigida ao que se segue,  
que tem peso  
e está contígua ao que sustenta.

Assim, para conhecer  
ou transmitir a plenitude,  
não preciso, portanto,  
saber  
dizer  
ter,  
fazer  
tudo em detalhe.

Quem deseja entrar na cidade,  
passa por uma única porta.

Quem dá uma badalada em um sino,  
faz retinir, com esse único tom, muitos outros.

E quem colhe a maçã madura,  
não precisa averiguar a sua origem.

Ele a segura na mão  
e a come.

## SUMÁRIO

Prefácio à edição brasileira .....	15
Introdução .....	17
Agradecimento .....	19
DO CURSO EM WÄDENSWIL	
LEA: A mão quente da morte	
Esclerodermia sistêmica .....	21
DO CURSO EM GROSSHADERN	
EDITH: Olhar a morte nos olhos	
Esclerose amiotrófica lateral .....	23
A morte como amiga .....	27
Percepção e medo .....	28
DO CURSO EM SAARBRÜCKEN	
ANNA: “Não existe nada maior que a mãe”	
Dores do trigêmeo, enxaquecas, medos.....	31
DO CURSO EM KÖLN ILSE: “Compre um VW Polo!”	
Medo de acidente de automóvel .....	35
DO CURSO EM MAGDEBURG KATHARINA: “Sou a certa para você”	
Mãe de uma criança deficiente .....	37
* Os nomes de pessoas e cidades foram mantidos em alemão.	
DO CURSO EM ZÜRICH 1	
CAROLA: “Deixo você partir com amor”	
Medos e depressões .....	41
DORA: “Mamãe, eu seguro você firme”	
Diarréias.....	44
URSULA: “Mamãe, meu coração bate por você”	
Arritmia cardíaca.....	45
DO CURSO EM NÜRNBERG GABRIELE: “Vou esperar um pouco ainda”	
Dizendo adeus ao marido falecido .....	47
NATALIE: “Mamãe, você e eu”	
Deficiência após uma hemorragia cerebral .....	50
TRÊS IRMÃOS: “Nós tomamos você com tudo que lhe pertence”	
Doença genética incurável (Coréia de Huntington) .....	52
PAULA: A ressurreição	
Luto pelo pai .....	59
DO CURSO EM GRAZ	
DOROTHEA: A morte .....	61
<i>História: O círculo</i> .....	63
GRETE: “Eu tomo você em meu coração”	
Linfoma Não-Hodgkin .....	64
SONJA: A transferência	
Acidentes como expiação .....	68
MARION: “Com você, gosto de comer”	
Acessos para comer seguidos de vômitos .....	73
ERIKA: A imagem	
Acidente mortal do marido e filho.....	78
DO CURSO EM KASSEL	
MARTINA: O zelo .....	85

LUCIA: A substituição	
Ataques de medo e pânico, depressões e câncer	
Várias tentativas de suicídio da filha .....	86
O que leva uma família a doenças graves e suicídios .....	92
MARGRET: O não	
Câncer .....	93
O centro vazio.....	93
HELEN: A arrogância	
Diabetes, seu irmão se suicidou .....	94
Suicídio e tentativas de suicídio .....	97
ALBERT: Ataque de pânico .....	98
JUTTA: “Está esgotado”	
Esclerose múltipla .....	99
O caminho.....	100
GEORG: “Está bem”	
Câncer de intestino.....	100
DO CURSO EM DRESDEN BEATA: A confiança	
Esclerodermia .....	103
CLAIRE: A alma	
Doença celíaca.....	105
CONSTANZE: A insatisfação	
Câncer de pele, queimaduras graves .....	109
HEINRICH: O passo para os mortos	
Câncer de intestino grosso	
Uma criança foi abortada .....	112
ANGELIKA: “Nós três”	
Distrofia muscular.....	113
SUSANNE: “Querida criança”	
Inflamação uterina crônica .....	115
Os mortos.....	116
DO CURSO EM LEIPZIG	
HERMANN E ROSA: “Um pouco, mas não demais”	
Um casal que não consegue se decidir .....	117
RUDOLF E ULRIKE: Olhar nos olhos	
Um casal que sofre por ciúmes .....	118
MANUEL E FELIZITAS: “Sim, com prazer”	
Decidindo ficar juntos e ter um bebê.....	118
KONRAD E CECILIA: O bom pode se tomar melhor	
O casal se permite um novo começo.....	122
LEO E HELGA: “Deixo você partir com amor”	
Luto por duas mulheres falecidas .....	123
O luto.....	128
DO CURSO EM HAMBURG	
CORDULA: “Faça algo!”	
Cardiopatía que ameaça a vida	
Estenose de válvula aórtica .....	129
MATHILDE: “Vou logo”	
Concordando com a morte .....	132
HANS: O respeito	
Poliomielite .....	135
MELANIE: “Aqui é o meu lugar”	

Fratura vertebral e câncer .....	136
GERTRUD: A grandeza	
Mãe de uma criança com paralisia espástica.....	141
DO CURSO EM ZÜRICH 2	
“Estou bem”	
O marido morreu em acidente de automóvel que a mulher provocou	145
GOTTFRIED E ALMA: Os escombros	
Ordem através do soltar.....	148
DO CURSO EM GLARUS	
BABETTE: A seriedade Câncer de mama	
Síndrome de cansaço crônico	
Abortou uma criança.....	149
O anjo .....	151
STELLA: “Por favor, segure-me firme”	
Síndrome de Melkersson-Rosenthal .....	152
Amigo Hein.....	156
<i>História: O hóspede.....</i>	157
VERENA: O luto	
Diagnóstico: Psicose maniaco-depressiva.....	159
LUDWIG: “Eu me deito ao seu lado”	
Síndrome de dores crônicas .....	162
WALTRAUD: “Depois de um tempinho, vou também”	
Câncer de mama .....	169
MECHTHILD: “Querida irmã, eu deixo você com a mamãe”	
Arranhando, ininterruptamente, a pele.....	171
LOTHAR: O limite mais extremo	
Foi ferido gravemente por um paciente.....	174
FRITZ: “Mamãe fique, por favor”	
Ataques de medo .....	178
<i>História: O medo.....</i>	181
DO CURSO EM FRANKFURT	
ELEONORE: A volta	
Artrite reumatóide e perigo de suicídio.....	183
CHARLOTTE: Amor que cura	
Câncer de mama .....	187
DO CURSO EM LINZ	
HEDI: Os mortos precisam de libertação	
Duas crianças abortadas .....	191
<i>História: O amor.....</i>	194
DO CURSO EM FREIBURG	
MARIA: O lugar	
Câncer de mama .....	195
LUTZ: Pai e filho	
Vício .....	196
KATJA: “Está bem assim”	
Suicídios do marido e do filho.....	199
Soltar os mortos .....	203
O olhar.....	204
VERONIKA: “Uma tragédia basta”	
Psicose maniaco-depressiva.....	204
DO CURSO EM BERN	

FERDINAND E MONIKA: “Ela é nossa filha”	
Pais de uma criança com deficiência grave .....	207
Filhos deficientes.....	212
Abortos espontâneos .....	213
MONIKA: “Deixo você com seus pais”	
Abuso na família da mãe .....	213
Recordações que libertam.....	219
JÜRGEN E FRANZISKA: O respeito	
Casal com problemas de relacionamento .....	221
Despedida de reivindicações .....	224
ERNST E LIESELOTTE: A decisão	
O marido fala freqüentemente da morte .....	224
ANDREAS E CORN <u>RIJA</u> : A humildade	
O marido não consegue abraçar seus filhos .....	226
DO CURSO EM WIEN	
BARBARA: “Se você precisar estarei aí para você”	
Sua irmã é deficiente mental .....	231
A concordância.....	234
A COMPREENSÃO ATRAVÉS DA RENÚNCIA	
<i>História: O conhecimento</i> .....	237
O caminho científico e o caminho fenomenológico do conhecimento	238
O processo .....	238
A renúncia .....	239
A coragem .....	239
<i>História: A harmonia</i> .....	239
Fenomenologia filosófica .....	240
Fenomenologia psicoterapêutica .....	241
A alma .....	242
Fenomenologia religiosa .....	243
<i>História: O retorno</i> .....	243

## PREFÁCIO

### À EDIÇÃO BRASILEIRA

Diz-se: “O que ajuda imediatamente, ajuda melhor” e “Quem ajuda imediatamente, ajuda em dobro”. Mas o que é que ajuda imediatamente, quando alguém procura, numa situação afligente, uma saída? Quando ele percebe aquilo que é realmente importante. Algumas vezes é apenas uma única frase ou o olhar para uma outra direção ou uma indicação para o passo decisivo.

Este é um livro para aqueles que procuram o essencial, sem rodeios. Por isso, as soluções, aqui descritas, vão direto ao assunto e são breves. São como ajudar *en passant*. Depois disso, cada um pode seguir o seu próprio caminho em harmonia com a sua alma e com o seu destino.

Fico feliz que este livro agora esteja também à disposição em português e agradeço à Tsuyuko Jinno-Spelter que traduziu este livro com tanto esmero.

A vocês, queridos leitores, desejo que as curtas histórias, aqui coletadas, lhes toquem o amor em suas almas e que esse amor lhes proporcione nova força e novo impulso.



BERT HELLINGER

## INTRODUÇÃO

Terapias breves se destacam porque, partindo da multiplicidade do possível, direcionam-se ao essencial. Chegam direto ao assunto, ao centro, à raiz.

Com efeito, as constelações familiares também são terapias breves porque trazem à luz, em poucos passos, o que estava, até então, oculto e, assim, as soluções com frequência emergem, espontaneamente. Uma constelação familiar dura, via de regra, de 20 a 50 minutos. Isto é bem breve, quando se pensa o quanto vem à luz e quão amplos são os resultados. Entretanto, ela traz toda a família para seu campo de visão, incluindo muitas pessoas na solução.

As terapias breves documentadas neste livro concentram-se principalmente no indivíduo. Sem dúvida também veem o indivíduo nos seus relacionamentos e conexões, mas trata-se, na maioria das vezes, apenas de sua relação com uma pessoa, algumas vezes também com duas pessoas. Trata-se de soluções no sentido literal ou de um movimento interrompido em direção à mãe ou ao pai que estava impedido ou interrompido, até aquele momento; ou trata-se de olhar para uma realidade até então não percebida, porque se tinha medo dela. Aqui, o terapeuta deixa o cliente ver sem rodeios essa realidade e deixa que ela mostre a solução. Essas terapias breves não duram, via de regra, mais que 15 minutos.

Algumas vezes também fluem elementos das constelações familiares nessas terapias. Elas são constelações densas, direcionadas ao essencial. Contudo, raramente se colocam mais do que duas ou três pessoas. Algumas vezes, o processo de solução decorre sem a participação do terapeuta, porque o cliente e os representantes por ele escolhidos se movimentam num campo de força que lhes indica irresistivelmente a direção.

As 63 terapias breves, aqui documentadas, foram filmadas em vídeos durante meus cursos com doentes ou casais. Isso tomou possível reproduzir exatamente as frases e os movimentos.

No fundo, essas terapias breves são também contos, algumas vezes excitantes, algumas vezes divertidos, outras bem dramáticos e, novamente, profundos e calmos. O que tem em comum é que as soluções emergem diretamente do acontecimento e, por isso, toda vez diferente e única. Por isso, também, renunciei a colocá-las numa ordem diferente do que de uma ordem cronológica.

Algumas vezes, dou também, entre as histórias, indicações que levam adiante, por exemplo, nos capítulos *Percepção e medo*, *O caminho*, *Os mortos*, *O luto*. Além disso, descrevo no último capítulo, "A compreensão através da renúncia", o caminho do conhecimento que conduz à multiplicidade das soluções aqui documentadas.

Neste livro, resumo as experiências do encontro com muitos seres humanos, sem teoria, simplesmente contando aquilo que ocorreu entre nós. Nesses encontros fui tão desafiado quanto ricamente presenteado; penso neles com respeito e amor.



BERT HELLINGER

## AGRADECIMENTO

Meu agradecimento, devo principalmente àquelas pessoas que tive a oportunidade de encontrar nessas terapias.

Gostaria também de agradecer a muitos amigos que me ajudaram a organizar os cursos, filmar e transcrevê-los e possibilitaram esta documentação. Gostaria de mencionar especialmente dois deles: Johannes Neuhauser e Harald Hohnen.

Recebi preciosas sugestões de Sylvia Gómez Pedra, Norbert Linz e Gunthard Weber.

Sinto-me ligado a todos eles com profunda amizade.

A handwritten signature in blue ink that reads "Bert Hellinger". The signature is written in a cursive, flowing style.

*BERT HELLINGER*

# DO CURSO EM WÄDENSWIL

*LEA: A mão quente da morte*

## **Esclerodermia sistêmica**

HELLINGER *para Lea* O que você tem?

LEA Tenho, há cinco anos, uma esclerodermia sistêmica pulmonar e cardíaca.

HELLINGER Você poderia dizer em alemão o que isso significa?

LEA É uma doença dos tecidos conjuntivos do corpo e também das artérias.

HELLINGER Qual é o seu efeito?

LEA A doença em si tem como efeito um total endurecimento da pele, portanto, também do pulmão. É tratada com cortisona. Uso cortisona há cinco anos. Antes do surgimento da doença, tive muita depressão e enxaqueca.

HELLINGER Desapareceram agora?

LEA Sim, melhoraram com a doença.

HELLINGER Vou fazer com você uma constelação com apenas duas pessoas, isto é, você e a morte. Sim?

*Lea concorda com a cabeça.*

HELLINGER Quem poderia ser a morte? A morte é um homem ou uma mulher?

LEA Um homem.

HELLINGER Tem certeza? Sinta exatamente.

LEA Uma mulher.

HELLINGER Os vietnamitas me disseram que durante a longa guerra civil eram frequentemente muito destemidos. Eles diziam: *death is a lady*, portanto, *a morte é uma dama*. Nas imagens internas a morte é frequentemente feminina.

*para Lea* Escolha alguém para você e alguém para a morte e coloque-os um em relação ao outro.

*Lea posiciona a sua representante bem perto e diante da representante da morte, ambas se olham nos olhos, ininterruptamente.*

HELLINGER *depois de um tempo, para a representante de Lea* Como você está?

REPRESENTANTE Estou sentindo um calor agradável. Sinto o sopro da morte. Sim!

MORTE As minhas mãos estão quentes e formigando.

HELLINGER *para a morte* Pegue-a pela mão, com ambas as mãos.

*A morte e a representante de Lea pegam-se pelas mãos e continuam a se olharem, ininterruptamente, nos olhos.*

HELLINGER *depois de um tempo, para a representante de Lea* Agora curve levemente a cabeça, bem levemente. Um pouco mais profundamente. Assim.

*Ela curva a cabeça em reverência e permanece assim, longamente.*

HELLINGER *depois de um tempo, para Lea* Está bem assim para você?

*Lea está muito comovida e concorda com a cabeça.*

# DO CURSO EM GROSSHADERN

*EDITH: Olhar a morte nos olhos*

## **Esclerose amiotrófica lateral**

HELLINGER *para Edith, que está sentada numa cadeira de rodas e, evidentemente, muito doente* Vou trabalhar com você, devo?

EDITH Se resultar algo bom disso...

HELLINGER Se a sua alma atuar junto resultará algo bom. Minha alma também atua junto. De acordo? Qual é a sua doença?

EDITH Esclerose amiotrófica lateral, inclusive na língua. O que mais devo dizer?

HELLINGER É curável ou incurável?

EDITH Não sei. Preciso comer com canudinho.

HELLINGER O que dizem os médicos? Qual é o prognóstico?

MÉDICA DE EDITH Ela passou por uma operação de câncer na bexiga em agosto e agora será encaminhada a uma clínica. Não sei de prognósticos. Ela será encaminhada à clínica por uma outra médica.

HELLINGER Sinto que é medo de olhar a morte.

*para um outro médico* Você tem coragem de dizer qual é o prognóstico normal?

MÉDICO Acho que tenho coragem de dizer o que penso, mas quero dizer claramente que também não sei, apenas posso citar a estatística. Com relação a esta doença neurológica degenerativa, não estou muito bem informado, mas penso que é assim: o que já foi danificado não pode ser recuperado, porém as funções podem se recuperar.

HELLINGER *para Edith* Quanto tempo você ainda se dá?

EDITH Não sei se essa doença é mortal. Ela é mortal?

HELLINGER Segundo o seu sentimento: quanto tempo você ainda tem para viver?

EDITH Nunca pensei sobre isso.

HELLINGER Pergunte à profundidade de sua alma. O que ela lhe diz?

EDITH *Ela se cala e ri* Seria melhor para os outros.

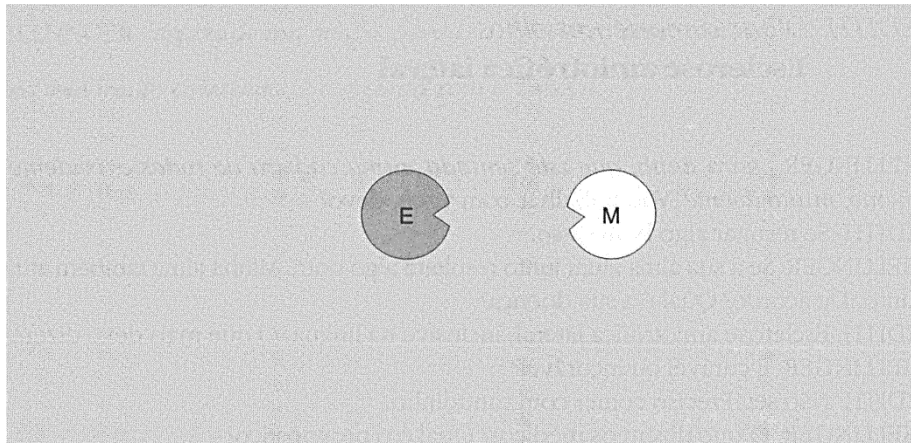
HELLINGER Seria melhor para os outros?

HELLINGER *para o grupo* Minha imagem é que ela não tem mais muito tempo para viver. Esta é a minha imagem e eu a levo a sério. Vou fazer uma constelação e ela só precisa olhar. *para Edith* Sim?

*Edith concorda com a cabeça.*

*Hellinger escolhe uma mulher para representar Edith e outra para a morte. As duas representantes se colocam espontaneamente, uma na frente da outra.*

*Figura 1*



**E Representante de Edith**

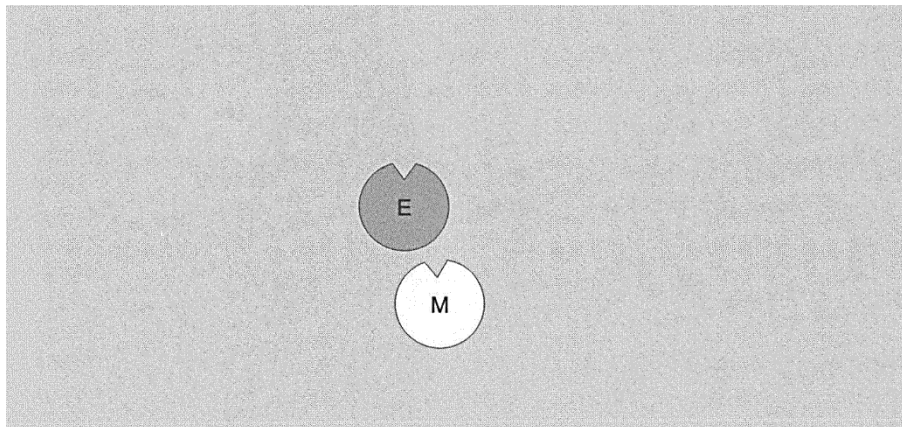
M Morte

*Depois de um tempo, a morte coloca o pé direito para frente e estende as mãos para a representante de Edith. Essa se inclina um pouco para trás e inclina a cabeça para a esquerda. Então, levanta a cabeça de novo.*

*A morte estende-lhe, cada vez mais, as mãos. Edith inclina a cabeça e o corpo um pouco para frente.*

*A representante da morte se aproxima mais dela. Enquanto Edith ainda continua olhando para o chão, a morte coloca a mão direita em seus ombros. Ela estende lentamente a mão esquerda em direção à morte. Essa pega então a mão de Edith em suas mãos. Ela fica olhando para o seu antebraço direito, vira-se de lado para a esquerda e dirige-se de costas em direção à morte. Esta coloca o braço esquerdo em torno dela e a cabeça atrás da cabeça dela. Então, a morte coloca a sua mão esquerda na nuca de Edith e olha com ela na mesma direção.*

Figura 2



HELLINGER *para a representante de Edith* Olhe a morte nos olhos e diga: “Eu vou.”

*Edith vira a cabeça, olha a morte nos olhos e dá um passo para trás. Ela e a morte seguram-se pelas mãos. Ela olha longamente para a morte.*

EDITH Eu vou.

*A representante da morte coloca novamente a mão esquerda sobre os seus ombros e a segura pela mão direita. Edith caminha em direção à morte, coloca a cabeça em seu ombro esquerdo, mas vira-se para a esquerda. Então dá um passo para trás, como se fosse se soltar. A morte a segura com a mão direita.*

HELLINGER *para a representante de Edith* Vá novamente para perto dela.

*Edith se aproxima novamente da morte, mas olha de novo para a esquerda.*

HELLINGER *para Edith* Existe alguém na frente da sua representante. Quem é

que está diante dela?

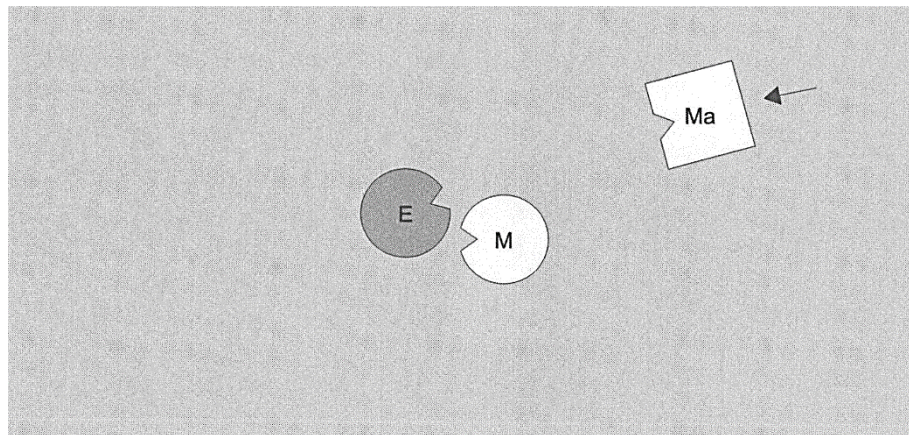
EDITH *soluça alto* Meu marido. Meu marido.

HELLINGER Seu marido? O que há com ele?

EDITH Ele está lá e não me deixa ir.

*Hellinger coloca um representante para o marido na direção do olhar da representante de Edith.*

Figura 3



Ma Marido

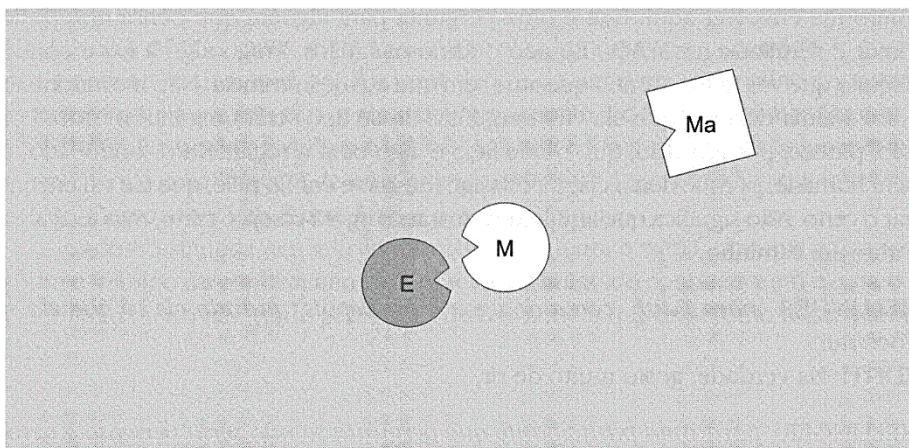
HELLINGER *para o representante do marido* Fique simplesmente aí, de pé.

*“Edith ” olha longamente para o representante de seu marido.*

HELLINGER *para a morte, quando esta também estava querendo olhar para o marido* Continue olhando para ela.

*Hellinger coloca o braço esquerdo de Edith em torno da morte. Então, ela coloca sua cabeça no ombro direito da morte.*

Figura 4



HELLINGER *depois de um certo tempo* Está bem, foi isso então.

## **A morte como amiga**

HELLINGER *para o grupo* O terapeuta que tem medo da morte não pode ajudar. Quem tem medo de olhar a morte nos olhos não pode ajudar.

Faço, algumas vezes, um exercício comigo quando há um cliente em caso de vida e morte e com o qual não sei como vai prosseguir. Imagino a morte desse cliente a uma certa distância e espero que ela me dê uma notícia. Ela faz isso algumas vezes e, então, posso ajudá-lo. Estou, portanto, em harmonia com a

morte.

*para uma participante que faz uma objeção* Olhe para a paciente, então você verá aquilo que está além dessa objeção e onde essa objeção não alcança. Isso é importante. Frequentemente nos vem uma objeção e ela parece justa. Se tenho tal objeção, então, olho para o cliente e testo se isso irá ajudá-lo, nutri-lo, fortalecê-lo ou enfraquecê-lo.

PARTICIPANTE Por que o senhor não pergunta agora à paciente?

HELLINGER Não. Não se pode fazer isso agora!

PARTICIPANTE Por que não?

HELLINGER Assim eu a usaria para o público. Isso não se pode fazer. Aqui se recomenda absoluto recolhimento.

*para uma participante, que queria fazer outras perguntas nesse sentido* Não quero me envolver aqui. Esta é uma pergunta para alguém que pensa que pode tomar o resultado nas mãos. Eu não o tomo nas mãos. Trago algo à luz e confio naquilo que veio à luz. Confio que atue sem que eu me intrometa. Não me intrometo entre a alma dela e o que ela viu. Perguntas desse tipo seria uma intromissão. Por isso, parece, por um lado, que o que faço é algo bem arrogante. Por outro lado, é bem humilde, porque deixo cliente consigo mesmo e confio nele, que ele vai encontrar o certo. Não significa que aquilo que acontece agora já seja o certo, mas toca algo e abre um caminho.

HELLINGER *para Edith, cerca de uma hora depois, quando ele vê que ela ri* Você riu!

EDITH Na verdade, gosto muito de rir.

HELLINGER *para uma participante que pergunta se não seria perigoso e arrogante falar assim com a morte, como antes tinha feito com Edith* Seria estranho se fosse pensar algo assim. Poderia também perguntar: o que os outros perceberam? Perceberam algo diferente de mim ou apenas não querem aceitar o que perceberam?

Vê-se isso diretamente na reação, se está ou não em sintonia com aquilo que acontece. Edith estava totalmente em sintonia, e ela acabou de me dizer que se sente melhor. É assim: o cliente mesmo não tem medo. Os outros têm medo. O próprio cliente sabe o que ele tem, e pode olhá-lo nos olhos.

## **Percepção e medo**

PARTICIPANTE Mas parece que é também perigoso o que o senhor faz aqui, esse tratamento da morte e a seriedade da vida.

HELLINGER É perigoso. Vai ao extremo limite e precisa da máxima coragem do terapeuta. É mais fácil relativizar e se esconder atrás de condições, então o cliente é enganado e não pode tomar nenhuma atitude. Mas, se falo claramente sobre isso, não existe nenhum espaço mais para brincadeiras e aparece, então, a total seriedade. Assim o cliente está totalmente centrado em si mesmo e pode me enfrentar no momento em que a coisa está séria. Mas antes, não. Se me escondo, ele não confia mais em mim...

Eu me exponho à minha percepção como se ela fosse absolutamente válida, no momento em que digo. Vejo, na verdade, no momento, nada além daquilo. Mas não estou sozinho. O cliente e o grupo também percebem. Se ele ou o grupo percebem outra coisa, então incluo essa percepção. Por isso não tenho nenhum medo de que algo não dê certo.

OUTRO PARTICIPANTE Eu me pergunto como o senhor pode ter tanta certeza disso.

HELLINGER Muitas vezes, quando esqueço algo importante ou quando não continua e preciso interromper, percebo que depois de um certo tempo algo importante emerge no cliente ou num conhecido dele, e então, pode-se continuar. Portanto, confio também nos outros. Eu me submeto à alma do outro e à minha e, ao mesmo tempo, tenho uma imagem de uma *grande alma* que abarca tudo e atua invisivelmente. Deixo atuar isso e para isso, é preciso coragem.

Carlos Castañeda, em seus livros sobre Don Juan, o xamã, cita uma passagem sobre o inimigo do conhecimento. O primeiro inimigo do conhecimento é o medo. Quem tem medo não pode perceber. Apenas aquele que superou o medo ganha clareza.

# DO CURSO EM SAARBRÜCKEN

*ANNA: Não existe nada maior do que a mãe*

## **Dores do trigêmeo, enxaquecas, medos**

HELLINGER O que você tem?

ANNA Sinto campos de energia, tenho dores do trigêmeo, enxaquecas, diversas reações alérgicas e medos.

HELLINGER Mas isso é um fardo! Você é casada?

ANNA Casada, mas me separei recentemente.

HELLINGER Você tem filhos?

ANNA Não.

HELLINGER Por que você se separou?

ANNA Nós nos distanciamos e, quando as minhas reações com relação ao peso das irradiações se tomaram intensas, o meu marido me disse que deveria procurar um novo apartamento para mim.

HELLINGER Você pode entender isso? Você parece estar feliz com a separação. Quando olho para a sua fisionomia; vejo alívio nela.

ANNA Em parte.

HELLINGER Em parte é o suficiente.

*para o grupo* Vocês viram como ela olhou com felicidade, por causa da separação? Está bem, o que aconteceu em sua família de origem?

ANNA Nasci prematuramente.

HELLINGER De quantos meses?

ANNA Oito.

HELLINGER Você ficou na incubadora?

ANNA *chora* Fui separada imediatamente da mãe e me colocaram num outro hospital.

HELLINGER Num outro hospital?

ANNA *chora* A mãe não me viu por um certo tempo.

HELLINGER Quanto tempo?

ANNA Não sei ao certo, talvez um mês.

HELLINGER A mãe sofreu algum dano no parto?

ANNA Quase morreu de hemorragia. Ela me contou que a placenta não se soltou, então os médicos pressionaram a barriga dela e quase morreu de hemorragia. Houve um surto de infecções no hospital e ela ficou deitada num salão imenso e se sentiu muito solitária.

HELLINGER Aqui aconteceu algo traumático, não sistêmico. O que devo fazer com você agora?

ANNA Não sei.

HELLINGER Devo fazer algo?

ANNA Sim.

HELLINGER Então vou fazer com você um exercício estranho. Devo fazer?

ANNA Qual é?

HELLINGER Você vai ver. Mas não é nada do qual você possa se envergonhar. Sim?

ANNA Está bem.

*Hellinger escolhe uma representante para a mãe e diz a ela para se deitar de*

*costas no chão. Então, deita Anna ao lado dela, com a cabeça na mesma altura.*

HELLINGER *para a mãe* Fique apenas olhando para cima. Não precisa fazer mais do que isso, você só precisa ficar aí.

*para Anna* Vire a cabeça para ela e a olhe com amor.

*depois de um certo tempo, quando vê que Anna está muito comovida* Respire fundo.

*novamente, depois de um tempo* Como você chamava a sua mãe, quando era pequena?

ANNA Mamãe.

HELLINGER Olhe para ela e diga: "Mamãe."

ANNA Mamãe.

HELLINGER Respire fundo. Respire no abdômen e olhe para ela: "Mamãe." ANNA Mamãe.

HELLINGER "Querida mamãe." Fique olhando para ela enquanto fala isso.

ANNA Querida mamãe.

HELLINGER *após um tempo* "Eu tomo de você."

ANNA Eu tomo de você.

HELLINGER "Pelo preço que você pagou."

*Anna chora.*

HELLINGER Olhe para ela, olhe para ela e diga: "Pelo preço que você pagou."

Você precisa olhar para ela.

ANNA Pelo preço que você pagou.

HELLINGER "Querida mamãe."

ANNA Querida mamãe.

HELLINGER *após um tempo* Como você se sente, dizendo isso?

ANNA Não consigo dizer isso.

HELLINGER Você toma realmente isso?

ANNA Eu não sei.

HELLINGER Como vai então a sua mãe?

ANNA Minha mãe? Sempre tenho a sensação de que ela não me aceita ou que não me solta.

HELLINGER Até agora só pude ver que você é que não a toma. Olhe para ela! Diga "Querida mamãe."

ANNA *reprimindo o choro* Querida mamãe.

HELLINGER "Tomo você como minha mãe."

ANNA Tomo você como minha mãe.

HELLINGER "E você pode me ter como sua filha."

ANNA E você pode me ter como sua filha.

HELLINGER "Eu ficarei sempre com você."

ANNA Eu ficarei sempre com você.

HELLINGER "Querida mamãe."

ANNA Querida mamãe.

HELLINGER "Tomo você como minha mãe."

ANNA Tomo você como minha mãe.

HELLINGER "E você pode me ter como sua filha."

ANNA E você pode me ter como sua filha.

HELLINGER "Eu ficarei sempre com você."

ANNA Eu ficarei sempre com você.

HELLINGER Como é isso?

ANNA Bom.

HELLINGER Está bem. Foi isso.

*para a representante da mãe* Obrigado por ter feito isso.

*para Anna, quando esta se senta de novo ao seu lado* Tenho uma suspeita quanto aos campos de energia. Não são nada mais do que sua mãe.

ANNA Minha mãe?

HELLINGER Não são nada mais que a sua mãe. É um pensamento bonito?

ANNA Sempre tive a sensação de perder energia.

HELLINGER O que eu disse?

ANNA O campo de energia é a minha mãe.

HELLINGER Exatamente.

ANNA E que isso é positivo.

HELLINGER Exatamente.

ANNA Não pode ser mais do que isso comigo? *Ela ri.*

HELLINGER Quero lhe contar um segredo. Não existe nada maior do que a mãe. De acordo?

*Anna ri e concorda com a cabeça.*

HELLINGER Gostaria de esclarecer algo sobre este método para os terapeutas. Quando existe uma separação, existe frequentemente também uma identificação. Anna sofre com a mãe. Ela sofre também o que a mãe sofreu. Quando se colocam ambas ao lado uma da outra e se deixa a filha olhar para a mãe com amor, a identificação se desfaz. Tão logo o amor flui, se desfaz a identificação. Identificações só existem quando não existe nenhuma pessoa diante de você pois, através da identificação, me tomo único com a outra. Tão logo o outro seja colocado defronte e visto, de forma que apareça no campo de visão e o amor possa fluir novamente, a identificação se desfaz.

# DO CURSO EM KÖLN

*ILSE: Compre um VW Polo!*

## **Medo de acidente de automóvel**

HELLINGER O que há com você?

ILSE Tenho medo de provocar um acidente de automóvel.

HELLINGER Já teve algum?

ILSE Ainda não, nunca tive um acidente de automóvel.

HELLINGER Uma vez tinha um engenheiro num curso meu que tinha comprado um Mercedes. Na verdade isso não era permitido em sua família. Um dia ele estava dirigindo na autoestrada e de repente levou uma batida na traseira. Então, ele respirou aliviado! Agora tinha pago pelo Mercedes.

ILSE Comprei um carro que o meu marido não queria que comprasse.

HELLINGER Há quanto tempo você tem esse carro?

ILSE Três anos.

HELLINGER Qual é o modelo?

ILSE Um BMW.

*Risadas no grupo.*

HELLINGER E o que é que o seu marido dirige?

ILSE Um Golf.

HELLINGER Vou lhe dar uma sugestão, sim? Compre um VW Polo!

ILSE Tive um antes.

*Risadas estrondosas no público*

# DO CURSO EM MAGDEBURG

*KATHARINA: Sou a certa para você*

## **Mãe de uma criança deficiente**

HELLINGER *para Katharina* O que você tem?

KATHARINA Tenho neurose compulsiva e depressões.

HELLINGER O que você faz quando segue as suas compulsões?

KATHARINA Tomo muitas medidas de precaução para mim, mas isso não é tão importante quanto é com meu filho deficiente, que mora em Ostharz. Quando vou para lá, tomo todas as medidas de precaução possíveis. Eu me lavo e lavo todos os objetos que levo comigo.

HELLINGER Então você tem um filho deficiente.

KATHARINA Sim.

HELLINGER Qual é a deficiência?

KATHARINA Ele é 100 % deficiente, mental e fisicamente.

HELLINGER E o que há com o seu marido?

KATHARINA Ele faleceu há três anos.

HELLINGER O que aconteceu para que a criança seja tão deficiente? KATHARINA Ele nasceu deficiente. Pesquisaram naquela época, mas não encontraram nada de concreto.

HELLINGER Como vocês reagiram, como pais?

KATHARINA Meu marido ficou tranquilo, mas eu fui de médico em médico e fomos também com o nosso filho para Berlin, para o hospital Charité e para todos os lugares.

HELLINGER Algum de vocês se sentiu culpado por causa da deficiência, você ou seu marido?

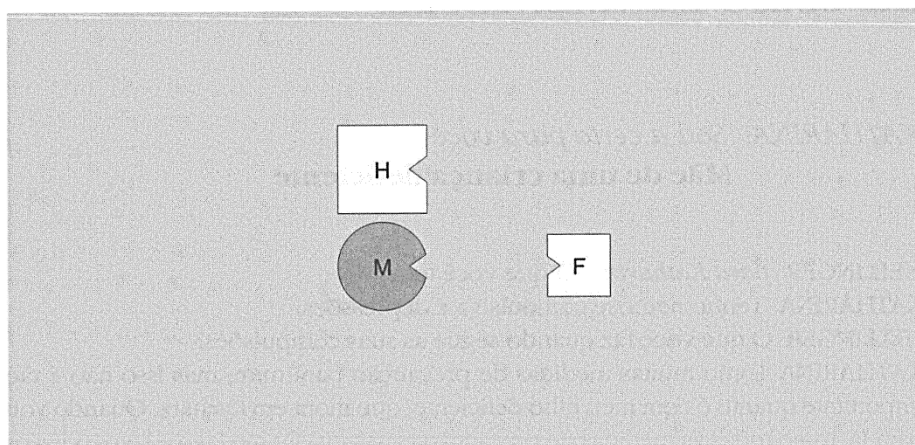
KATHARINA Eu me perguntei se tinha feito algo errado, mas não cheguei a resultado nenhum.

HELLINGER Qual era a sua idade, quando o filho nasceu?

KATHARINA 28.

*Hellinger escolhe um representante para o filho deficiente e se coloca, ele mesmo, com a mãe, em frente ao filho.*

Figura 1



**M Mãe (= Katharina)**

**F Filho, 100% deficiente, mental e fisicamente**

H Hellinger

HELLINGER *para Katharina* Coloque os braços em minha volta. Olhe para o filho e diga-lhe: “Eu tomo você como filho.”

KATHARINA Eu tomo você como filho.

HELLINGER “Em meu coração.”

KATHARINA Em meu coração.

HELLINGER “E em minhas mãos.”

KATHARINA E em minhas mãos.

HELLINGER “Cuidarei de você o melhor que puder.”

KATHARINA Cuidarei de você o melhor que puder.

HELLINGER “E confio você a uma força maior.”

KATHARINA E confio você a uma força maior.

HELLINGER “E me submeto a essa força.”

KATHARINA E me submeto a essa força.

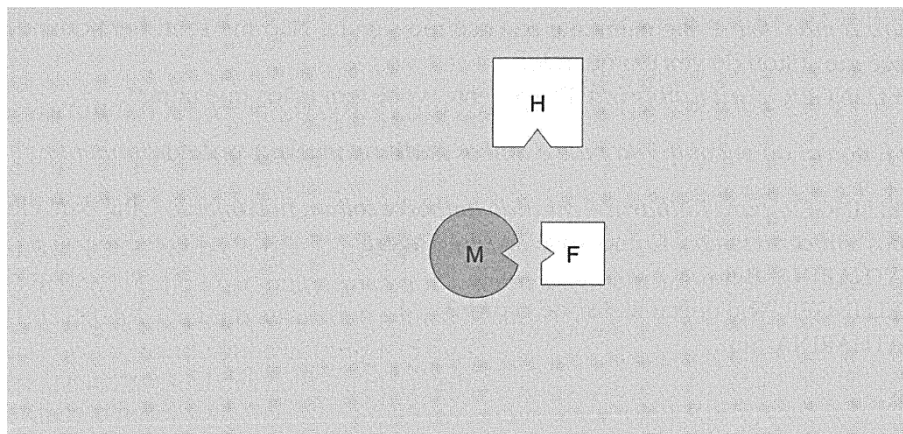
HELLINGER “E entrego você a ela.”

KATHARINA E entrego você a ela.

HELLINGER Agora vá até ele e pegue-o com ambas as mãos.

*Hellinger a leva até o filho. Ela o pega nos seus braços e o acaricia com ambas as mãos.*

Figura 2



HELLINGER Toque-o com mãos que curam, com ambas as mãos, curando com ambas as mãos. E comece de cima, pela cabeça. Bem fortemente, de forma que ele sinta que você o está tocando bem firmemente.

*Ela o acaricia bem fortemente, com ambas as mãos, indo da cabeça para as faces, ombros e braços.*

HELLINGER Diga a ele, olhando-o nos olhos: “Sou a certa para você.”

KATHARINA *enquanto o segura firmemente, acariciando-o* Sou a certa para você.

HELLINGER “Sou sua mãe.”

KATHARINA Sou sua mãe. Sou a certa para você, sou a sua mãe. *para Hellinger, enquanto solta o filho* Posso acrescentar ainda algo? Eu também sempre tive receio de ir visitá-lo mais frequentemente, por causa das medidas de precaução que tinha que tomar. Mas agora vou visitá-lo mais vezes e faço tudo da maneira que penso que é o certo, porém, todas as vezes, ainda é um sacrifício. No entanto, quando estou lá, tomo-o nos braços e o abraço fortemente.

*Ela está muito comovida.*

HELLINGER Exatamente, faça isso mesmo.

*Ela toca o filho novamente com ambas as mãos.*

HELLINGER Diga-lhe: “Ninguém é melhor para você do que eu, sua mãe.”

KATHARINA *chorando* Ninguém é melhor para você do que eu, sua mãe.

HELLINGER Como o filho se sente?

FILHO Bem.

*para a mãe dele* Principalmente se você me segura. Não me senti bem quando você me soltou de vez em quando.

HELLINGER *para Katharina* Exatamente, você tem mãos que curam.

*O filho vai ao encontro da mãe e ambos se abraçam longa e calorosamente.*

HELLINGER *para Katharina, quando ambos se soltam novamente* Olhe para ele. *após um certo tempo* Como você se sente agora?

KATHARINA Bem.

HELLINGER Vou deixar assim, de acordo?

KATHARINA Sim.

# DO CURSO EM ZÜRICH 1

*CAROLA: Deixo você partir com amor*

## Medos e depressões

HELLINGER *para Carola* O que você tem?

CAROLA Tenho uma irmã gêmea que morreu e tenho medos e depressões.

HELLINGER Quando a sua irmã gêmea faleceu?

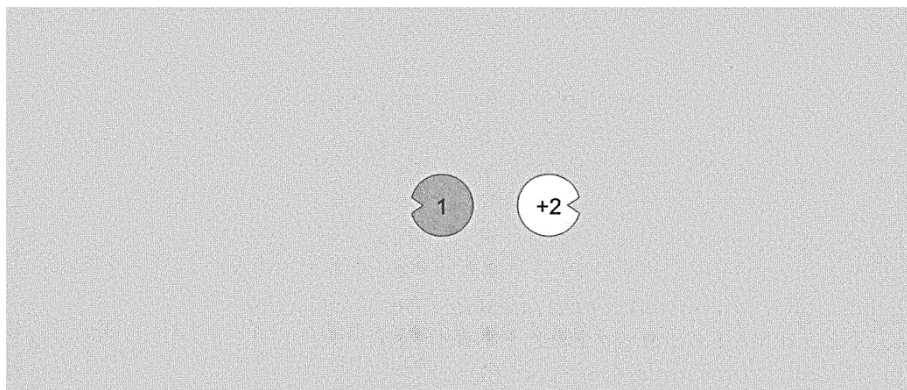
CAROLA Quando tinha um ano e 15 dias.

HELLINGER Qual das duas é a mais velha?

CAROLA Eu.

HELLINGER Vamos colocar duas pessoas: você e sua irmã gêmea.

Figura 1



**1 Primeira irmã gêmea (=Carola)**

+2 Segunda irmã gêmea, que faleceu com um ano

HELLINGER *para a representante de Carola* Como você se sente?

PRIMEIRA IRMÃ Sinto uma pontada aqui, nos pulmões e no coração. Sinto-me só e tenho medo. Não sei o que está atrás de mim. Sinto algo, mas não sei o que é.

HELLINGER *para a irmã gêmea falecida* Como você se sente?

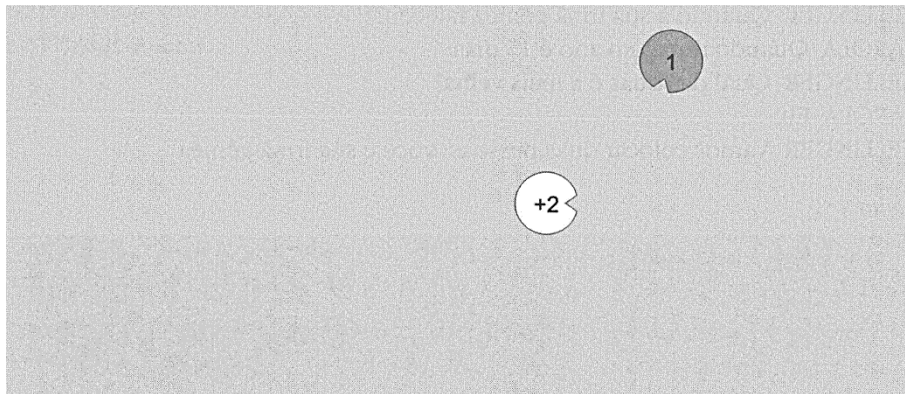
SEGUNDA IRMÃ **+** Também me sinto só, mas leve. Não sinto nenhuma conexão para trás, assim um pouquinho também flutuando. *Ela ri.* Está certo. Eu me sinto bem, também.

HELLINGER *para o grupo* A morte não é nada terrível para as crianças. *para Carola* Quando deixamos que se vão, quando deixamos que partam. Rilke, nas Elegias de Duíno, fala sobre os que se afastaram cedo e que se toma pesado para eles quando nós fazemos luto por um longo tempo. O movimento leve deles fica impedido, por causa de nosso luto. Você pode ver esse movimento leve aqui. Coloque-se você mesma no seu lugar.

CAROLA Me puxa para baixo.

*Hellinger posiciona Carola de lado, de forma que a irmã gêmea seja vista.*

Figura 2



HELLINGER Que tal?

CAROLA Eu a vejo.

HELLINGER *para a irmã gêmea falecida* Como está você?

SEGUNDA IRMÃ + Continue assim. Eu me sinto bem.

HELLINGER *para Carola* Olhe para ela.

*para a irmã gêmea falecida* Você não precisa olhar para cá. Olhe na sua direção.

*para Carola* Diga para ela: "Deixo você partir com amor."

CAROLA Deixo você partir com amor.

HELLINGER "E depois de um tempinho, também vou."

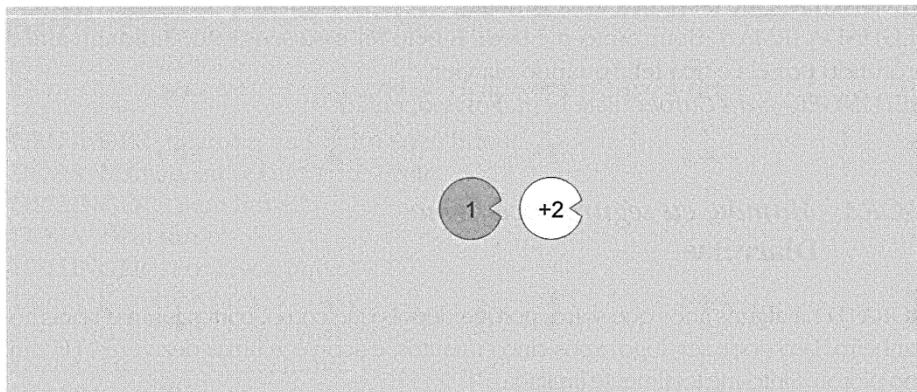
CAROLA E depois de um tempinho, também vou.

HELLINGER Que tal?

CAROLA Muito estranho!

HELLINGER Coloque-se atrás dela.

Figura 3

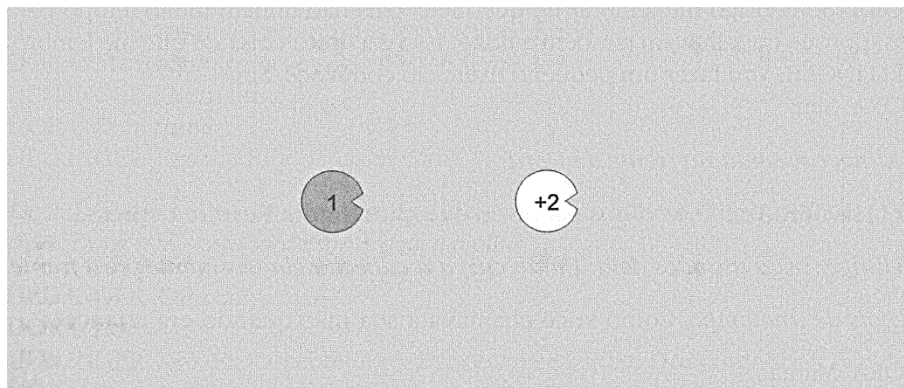


HELLINGER Que tal?

CAROLA Estou caindo para trás.

HELLINGER Volte.

Figura 4



HELLINGER Que tal?

CAROLA É bom.

HELLINGER Diga novamente: “Deixo você partir com amor.”

CAROLA Deixo você partir com amor.

HELLINGER “E depois de um tempinho, também vou.”

CAROLA Depois de um tempinho, também vou. *Ela respira sonoramente.*

HELLINGER Que tal?

CAROLA Bom.

HELLINGER Que tal para a irmã gêmea?

SEGUNDA IRMÃ † Bom. Sinto-me bem. É belo ter essa sensação. Sinto um amor profundo por ela e fico feliz quando ela vier.

HELLINGER *para Carola* Está bem. Foi isso, então.

*DORA: Mamãe, eu seguro você firme*

## **Diarreias**

DORA Já há alguns anos que sofro, porque depois que como, corro durante horas ao banheiro. Isso pode ser logo após cinco minutos, e acontece umas dez vezes. Há um ano piorou. Sinto-me totalmente limitada.

HELLINGER Você não consegue segurar ou você vomita?

DORA Não, tenho diarreia. Já faz um ano que está bem ruim. Não tenho coragem de me encontrar com as pessoas.

HELLINGER O que há com a sua mãe?

DORA Minha mãe perdeu uma das mamas há quatro anos atrás. Teve câncer de mama. Mas agora está muito bem.

HELLINGER O que aconteceu na sua infância, entre a sua mãe e você?

DORA Só consigo me lembrar de que meus pais não tinham muito tempo para nós, porque trabalhavam também à noite. Isso é a única coisa de que me lembro.

HELLINGER Vou fazer um pequeno exercício com você. Sim?

DORA Sim.

*Hellinger se senta na frente de Dora.*

HELLINGER Feche os olhos e a boca, e respire fundo. Respire depressa.

*Hellinger pega as mãos dela. Então curva a cabeça dela levemente para frente. depois de um tempo* Como você chamava a sua mãe quando era criança?

DORA Mamãe.

HELLINGER Diga: “Mamãe.”

DORA Mamãe.

HELLINGER “Eu seguro você firme.”

DORA Eu seguro você firme.

HELLINGER “Bem firme.”

DORA Bem firme.

HELLINGER Respire fundo. Respire depressa. Siga o movimento. Ceda ao movimento do jeito que ele quer.

*Dora coloca a sua cabeça no colo de Hellinger. Esse coloca o braço em volta dela.*

HELLINGER Diga: “Eu seguro você firme.”

DORA Eu seguro você firme.

HELLINGER Faça isso. Firme. Sim. Bem firme.”

*Dora coloca seus braços em torno de Hellinger e o segura firme.*

HELLINGER “Mamãe, eu seguro você firme.”  
DORA Mamãe, eu seguro você firme.  
HELLINGER “Bem firme.”  
DORA Bem firme.  
HELLINGER “Por favor, fique.”  
DORA Por favor, fique.  
HELLINGER “Eu seguro você firme.”  
DORA Eu seguro você firme.  
HELLINGER “E por favor, me segure firme.”  
DORA Por favor, me segure firme.  
*Hellinger se endireita e ambos se abraçam e se seguram firmemente.*  
HELLINGER “Eu seguro você firme e, por favor, me segure firme.”  
DORA Eu seguro você firme e, por favor, me segure firme.  
HELLINGER “Por favor, mamãe.”  
DORA Por favor, mamãe.  
HELLINGER “Mamãe, eu tomo e seguro você firme.”  
DORA Mamãe, eu tomo e seguro você firme.  
HELLINGER “Bem firme.”  
DORA Bem firme.  
HELLINGER Respire fundo. Assim. Sim.  
*Depois de um tempo, Hellinger solta o abraço, mas continua segurando as mãos dela. Dora está sentada defronte dele e o olha.*  
HELLINGER Que tal?  
DORA Bom.  
HELLINGER Sim. Exatamente. Agora você vai engordar. De acordo?  
DORA Sim.

*URSULA: Mamãe, meu coração bate por você*

## **Arritmia cardíaca**

URSULA Estou sentada aqui porque sofro de arritmia cardíaca há 13 anos. Algumas vezes forte, outras mais fraca, tive fases em que acreditei ter superado isso. Mas sempre volta. Percebi que sempre quando tenho a sensação de que tudo está bem, que está tudo em ordem, sou acometida novamente por ela, principalmente durante a noite. Então, acordo e fico num estado total de pânico. Tenho a fantasia de que tem a ver com a minha família de origem. Perdi meu pai quando tinha 12 anos e meio.  
HELLINGER De que é que ele morreu?  
URSULA Morreu de repente de ataque cardíaco. Depois que li o seu livro falei com a minha mãe sobre isso. Disse-lhe: tive sempre a sensação de que você morreu com ele. Procurei minha mãe anos a fio e algumas vezes tenho a sensação de que faço isso ainda.  
HELLINGER Imagine a sua mãe e diga-lhe: “Meu coração bate por você.”  
*Ursula coloca suas mãos no colo, concentra-se e olha para a frente.*  
URSULA *depois de um certo tempo* Mamãe, meu coração bate por você.  
HELLINGER Diga com amor.  
URSULA Mamãe, meu coração bate por você.  
HELLINGER Diga com amor.  
*Ursula suspira, agarra-se no coração, olha então para cima e concorda com a*

*cabeça.*

HELLINGER Fique olhando para a frente, você acabou de fazer muito bem.  
*Ursula hesita.*

HELLINGER *para o grupo* Agora ela está mergulhada em pensamentos. Antes ela estava exatamente na sensação certa.

*para Ursula* Diga para ela, como uma criança.

URSULA Mamãe, meu coração bate por você.

HELLINGER “Com amor.” Acrescente isso também.

URSULA *suspira* Mamãe, meu coração bate por você com amor.

*Ela respira fundo e concorda com a cabeça.*

HELLINGER *após um certo tempo* Coloque agora o pai ao lado dela, os dois juntos. E diga: “Meu coração bate por vocês dois com amor.”

URSULA Meu coração bate por vocês dois com amor.

*Ela descruza os braços e deixa-os soltos.*

HELLINGER Você agora precisa permitir ao coração que ele faça isso. De acordo?

URSULA *ri* Sem dúvida.

HELLINGER Está bem, foi isso.

# DO CURSO EM NÜRNBERG

*GABRIELE: Vou esperar um pouco ainda*

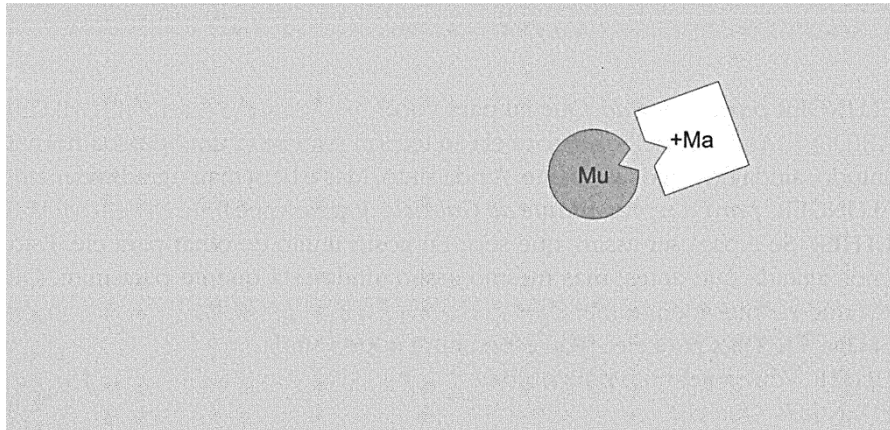
## **Dizendo adeus ao marido falecido**

HELLINGER *para Gabriele* De que se trata?

GABRIELE Meu marido faleceu há dois anos e meio atrás.

HELLINGER Vamos constelar duas pessoas, seu marido e você.

*Figura 1*



+ Ma Marido

**Mu Mulher (=Gabriele)**

HELLINGER *para o marido* Como é para você?

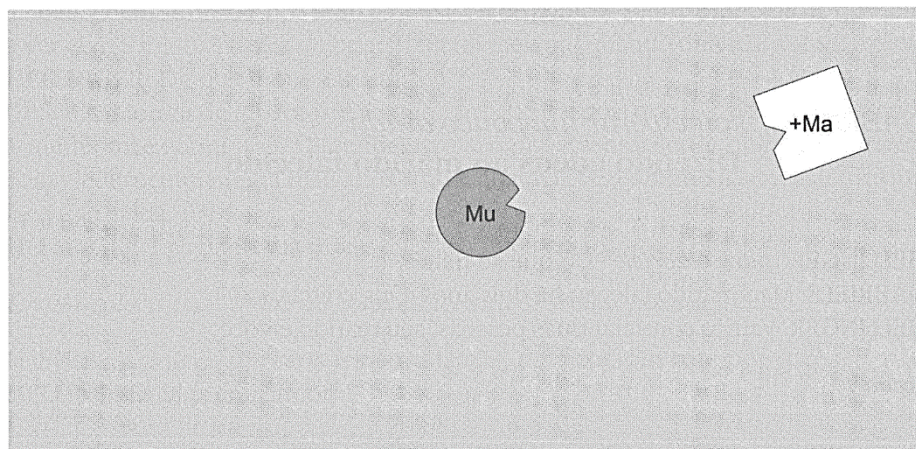
MARIDO + Sinto-me puxado para trás. Tenho ao meu redor um espaço imenso, no qual ela também se encontra.

HELLINGER *para a representante de Gabriele* Para você?

MULHER Estou totalmente excitada e preciso sempre fitá-lo nos olhos, quase que hipnotizada.

*Hellinger afasta o marido e a mulher um pouco um do outro.*

*Figura 2*



HELLINGER *para o marido* Que tal para você?

MARIDO + Assim é melhor. Agora ela se tornou para mim uma pessoa normal. Contudo, ainda fica algo fascinante. Ainda sinto. Mas é bem mais agradável.

HELLINGER *para a representante de Gabriele* E para você?

MULHER Se é para ser assim, que seja. Eu gosto muito de olhar para ele. Estou menos agitada que antes, mas mesmo assim ainda está quente para mim. Que pena que ele quis ir embora!

HELLINGER Diga para ele: "Vou esperar um pouco ainda."

MULHER Vou esperar um pouco ainda.

HELLINGER Que tal?

MULHER É difícil para mim. Na verdade, não quero deixá-lo ir. Existe ainda uma resistência.

HELLINGER Diga para ele: "Eu deixo você."

MULHER Eu deixo você.

HELLINGER "Um tempinho."

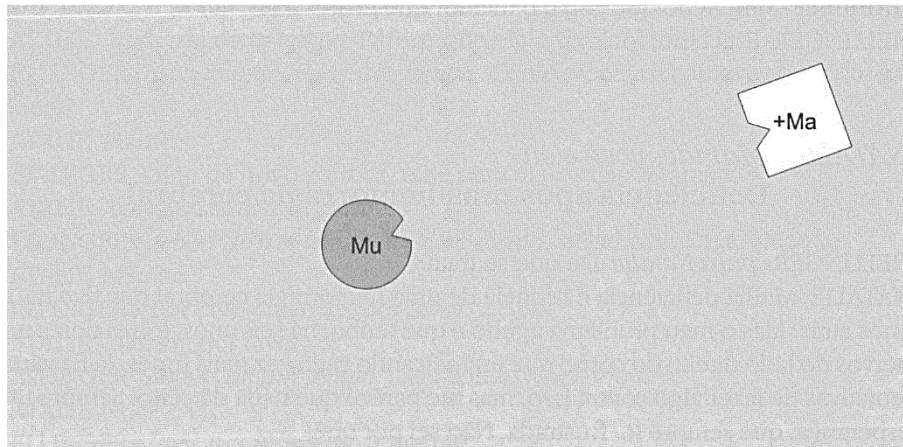
MULHER Um tempinho.

HELLINGER Que tal?

MULHER Melhor.

HELLINGER Dê ainda uns passos para trás, o quanto você quiser.

Figura 3

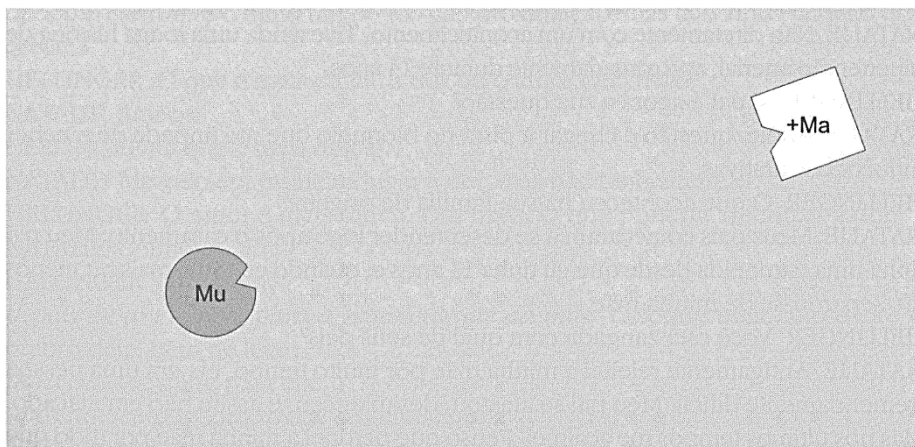


HELLINGER Como é, agora?

MULHER Está ficando melhor. Agora acho que poderia continuar me afastando lentamente.

HELLINGER Vá ainda um pouco.

Figura 4



HELLINGER Como é agora?

MULHER *ri* Tenho uma frase na ponta da língua.

HELLINGER Sim, diga.

MULHER Tudo de bom para você. Vou sair daqui agora. *Ela ri.*

HELLINGER *para Gabriele* Está bem para você assim?

GABRIELE Sim. Acho que isso é o melhor que posso fazer. *Ela ri.*

HELLINGER Está bem, foi isso.

*NATALIE: Mamãe, você e eu*

## **Deficiência após uma hemorragia cerebral**

HELLINGER *para Natalie* De que se trata?

NATALIE Minha deficiência é seqüela de uma hemorragia cerebral que tive há 11 anos atrás. Mas o meu problema agudo é que tenho, há seis anos, fortes dores nos nervos do lado direito do corpo que estão ficando cada vez mais fortes. Já fiz várias tentativas de fazer algo contra isso, mas me parece que nada dá certo. Sempre tive esperança, que sempre foi frustrada. Não sei por quê.

HELLINGER Você é casada?

NATALIE Fui casada há 18 anos. O casamento durou só três anos.

HELLINGER O que aconteceu?

NATALIE *suspira* Não foi nada dramático. É difícil dizer o que foi.

HELLINGER Quem quis a separação?

NATALIE Primeiro o marido me deixou. Teve depois uma fase em que ele quis voltar, mas eu não quis mais.

HELLINGER Essa hemorragia cerebral tem conexão com um acontecimento?

NATALIE Não diretamente com um acontecimento. Tive ainda uma longa história de hipertensão arterial, aproximadamente durante 14 anos.

HELLINGER Qual é agora a sua questão?

NATALIE Minha questão é chegar à pista do bloqueio que me impede de receber influências curativas.

HELLINGER O que aconteceu na sua família de origem?

NATALIE Meus pais começaram a se desentender logo após o casamento. Meu pai tinha uma namorada desde que eu tinha 11 anos e, quando eu tinha mais ou menos 20, separou-se de minha mãe.

HELLINGER Você está zangada com qual de seus pais?

NATALIE Antigamente rejeitei a minha mãe por muito tempo, ela era uma pessoa tremendamente difícil. Meu pai se afastou, desapareceu, e assim não era atacado. Mas nos últimos tempos me acalmei. Penso que perdoei a minha mãe por tudo que aconteceu antes: a dissolução e a discórdia na nossa família.

*Hellinger escolhe uma representante para a mãe e pede para se sentar ao lado de Natalie.*

HELLINGER *para a representante da mãe* Olhe para a frente. *para Natalie* E você, olhe para ela.

NATALIE *após um certo tempo* Parece que ela é tão inacessível!

HELLINGER *novamente, após um tempo* Como você a chamava, quando era criança?

NATALIE Mamãe.

HELLINGER Olhe de novo para cá, olhe para ela e diga: “Mamãe.”

NATALIE *com voz suave* Mamãe.

HELLINGER *depois de um tempo* Respire fundo, pela boca. Diga: “Mamãe.”

NATALIE Mamãe.

HELLINGER “Por favor, mamãe, por favor.”

NATALIE Mamãe, por favor.

HELLINGER *depois de um tempo* Diga a ela: “Você e eu.”

NATALIE Você e eu.

HELLINGER *após um momento* Que tal?

NATALIE Ela é ainda tão estranha!

HELLINGER Diga a ela: “Eu me coloco a seu lado.”

NATALIE Eu me coloco a seu lado.

HELLINGER “Querida mamãe.”

NATALIE Querida mamãe.

HELLINGER Diga a ela: “Eu me coloco a seu lado.”

NATALIE Eu me coloco a seu lado.

*após um certo tempo* Sinto um pouco de aproximação, mas não ainda do jeito que gostaria.

HELLINGER O que é mais difícil, a dor ou o amor pela mãe?

NATALIE Ambos.

HELLINGER O que é mais difícil?

NATALIE Me veio em primeiro lugar a dor, mas não tenho certeza.

HELLINGER O amor é mais difícil. Dói mais. O que poderia amenizar a dor?

NATALIE O amor.

HELLINGER Por quem?

*depois de um tempo, para a representante da mãe* Coloque uma mão sobre o ombro dela, bem de leve.

*para Natalie* Olhe para ela.

*após um tempo* Como você se sente agora?

NATALIE Melhor.

HELLINGER Assim a sua dor será amenizada. De acordo?

NATALIE *firmemente* Sim.

HELLINGER Mas você ainda tem um longo caminho até lá.

NATALIE Agora sinto o amor que vem. Mas como vou aplicá-lo? Não sei como aplicá-lo.

HELLINGER Exatamente. Agora você tem um longo caminho pela frente.

Quero contar um segredo sobre o amor para você. É o mais difícil. Nós não o temos, mas o admitimos. Está bem?

NATALIE Sim.

PARTICIPANTE Tenho ainda uma pergunta com relação ao perdão. Como é que eu, como atingido, posso perdoar, para que fique livre para um relacionamento e possa perceber o amor? Como posso me libertar da carga?

HELLINGER O perdão tem um efeito terrível. Imagine que a criança diga para a mãe: “Eu perdoo você.” Com é que se sente a mãe?

PARTICIPANTE Mal.

HELLINGER Exatamente. E qual seria a outra solução? A criança diz: “Mamãe, você me deu tanto!” Você percebe a diferença?

PARTICIPANTE Sim.

# *TRÊS IRMÃOS: Nós tomamos você com tudo que lhe pertence*

## **Doença genética incurável (Coréia de Huntington<sup>1</sup>)**

HELLINGER *para os três irmãos* Qual é o problema de vocês?

PRIMEIRA FILHA Meu pai sofre de uma grave doença genética, predominantemente hereditária. Isso significa que também vamos herdar em 50%.

HELLINGER Qual é a doença?

PRIMEIRA FILHA Coréia de Huntington. É uma doença que aparece entre os 30 e, talvez, 50 anos.

HELLINGER Você tem filhos?

PRIMEIRA FILHA Sim, dois.

HELLINGER Existe também o perigo de que eles possam herdar essa doença?

PRIMEIRA FILHA Se eu herdar essa doença, eles podem herdar também em 50%. Se eu não herdar, eles também não herdam.

HELLINGER Vou contar uma história a vocês. Em um curso meu, veio uma mulher totalmente vestida de preto. Pedi-lhe para me contar duas histórias que a comoviam, uma de sua tenra infância e uma do presente porque, comparando essas duas histórias, pode se descobrir o que é significativo para a vida dela.

A primeira história da época, antes de seus cinco anos de vida, era uma canção:

Boa noite, boa noite,  
coberto de rosas,  
ornado de cravos,  
entre embaixo das cobertas.  
Amanhã cedo, se Deus quiser,  
será despertado de novo.

Boa noite, boa noite,  
guardado pelos anjinhos,  
que mostram em sonho  
a árvore de Natal.  
Durma feliz e docemente,  
e sonhando, contemple o paraíso.

A segunda história, do presente, era “A aranha negra”. Na versão do filme usuários de droga assaltam uma fábrica química, derrubam alguns barris, daí resulta uma enorme nuvem de gás venenoso que se espalha por todo o país e extingue tudo que é vivo.

Então perguntei para ela: o que aconteceu na sua família de origem? Ela disse: tive três irmãos. O primeiro morreu com três semanas, o outro depois de três meses e o terceiro depois de três anos. Ela vinha de uma família de hemofílicos e a primeira história era uma canção de luto pelos irmãos.

Ela tinha dois filhos. Eu lhe perguntei: como é o relacionamento de seu marido com você? Ela disse: ele está do meu lado, também com aquilo que herdo. Eu lhe perguntei: e seus filhos? Ela disse: sim, eles estão totalmente do meu lado.

Então sugeri a ela dizer ao marido e aos filhos: eu tomo como um presente de

---

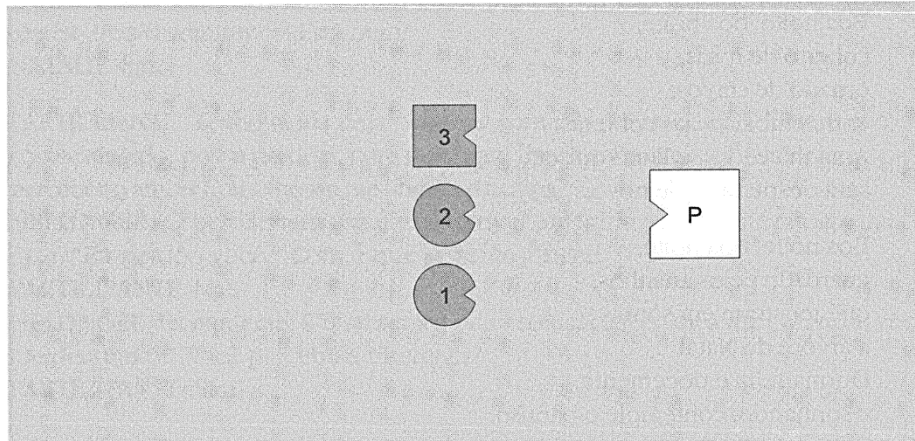
<sup>1</sup> Coréia de Huntington é uma doença genética hereditária, na qual a metade dos descendentes de um dos pais é atingida. Começa na meia-idade e se caracteriza por tremores de extremidades e uma deterioração física e psíquica progressiva.

vocês o fato de estarem assim do meu lado. Ela não conseguiu dizer isso. Era muito grande para ela.

Está bem, com esta história contei muitas coisas para vocês.

*Hellinger escolhe, então, um representante para o pai e coloca os três irmãos na frente dele.*

Figura 1



- P Pai  
1 **Primeira filha**  
2 Segundafilha  
3 Terceirofilho

HELLINGER *para o representante do pai* Olhe para os filhos. Você gostaria de dizer algo para eles?

PAI Sinto um aperto muito forte. Não me sinto em condições de dizer algo aos meus filhos.

HELLINGER *para a primeira filha* Diga para ele: “Eu tomo você como meu pai.”

PRIMEIRA FILHA Eu tomo você como meu pai.

HELLINGER “Com tudo que lhe pertence.”

PRIMEIRA FILHA Com tudo que lhe pertence.

HELLINGER Que tal?

PRIMEIRA FILHA Bom.

HELLINGER “Eu tomo de você pelo preço total.

PRIMEIRA FILHA Eu tomo de você pelo preço total.

HELLINGER “Que custa a você e a mim.”

PRIMEIRA FILHA Que custa a você e a mim.

HELLINGER Como é isso para o pai?

PAI Isso é bom, sim. Eu me sinto mais livre e menos angustiado.

HELLINGER *para a segunda filha* Diga isso para ele também. “Eu tomo você como meu pai.”

SEGUNDA FILHA Eu tomo você como meu pai.

HELLINGER “Com tudo que lhe pertence.”

SEGUNDA FILHA Com tudo que lhe pertence.

HELLINGER “Eu tomo de você pelo preço total.”

SEGUNDA FILHA Eu tomo de você pelo preço total.

HELLINGER “Que lhe custou e que me custa

SEGUNDA FILHA Que lhe custou e que me custa.

HELLINGER “Querido papai.”

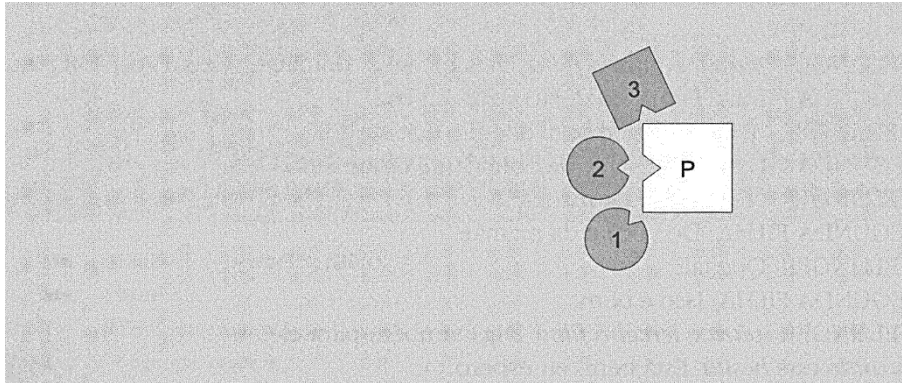
SEGUNDA FILHA Querido papai.

HELLINGER *para o terceiro filho* Diga também.

TERCEIRO FILHO Eu tomo você como meu pai.

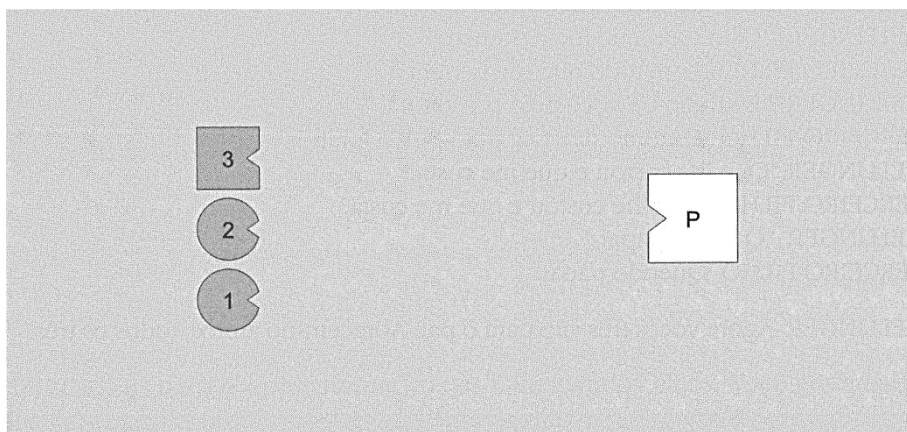
HELLINGER “Com tudo que lhe pertence.”  
TERCEIRO FILHO Com tudo que lhe pertence.  
HELLINGER “Eu tomo de você pelo preço total.”  
TERCEIRO FILHO Eu tomo de você pelo preço total.  
HELLINGER “Que lhe custou e que me custa.”  
TERCEIRO FILHO Que lhe custou e que me custa.  
HELLINGER “Querido papai.”  
TERCEIRO FILHO Querido papai.  
HELLINGER Agora vocês três vão para o pai. Abracem-no juntos, todos os três.

Figura 2



HELLINGER *depois de um tempo, quando eles se soltam do abraço* Como o pai se sente?  
PAI Bem. Sim, bem melhor que antes.  
PRIMEIRA FILHA *após um tempo, muito comovida* Na verdade estava me sentindo bem desde o início da constelação.  
SEGUNDA FILHA Já estava certo assim, mas queria ficar longe do pai. Existia algo ainda, como se tivesse que fazer algo próprio para mim, ir ou ficar. Como se já tivesse vivenciado o que era um abraço.  
TERCEIRO FILHO Foi difícil, mas faz bem.  
HELLINGER *para os irmãos* Agora se afastem, afastem-se bem... Mais ainda, e se coloquem um ao lado do outro.

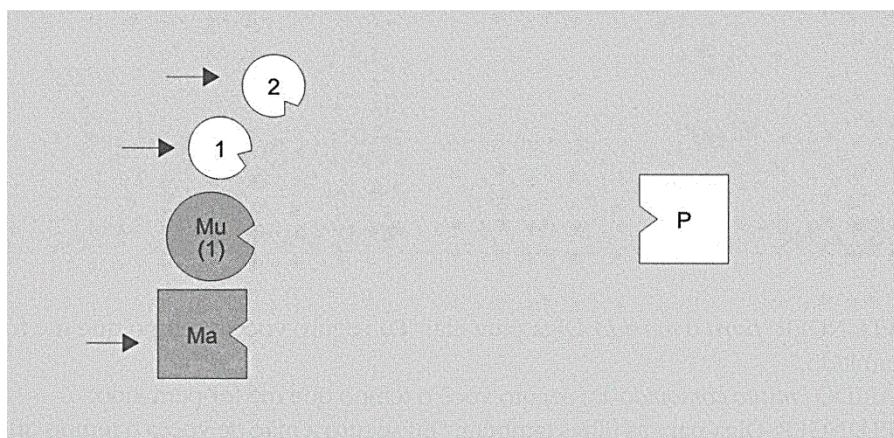
Figura 3



HELLINGER *para a segunda filha* Diga para ele: “Papai, eu deixo você em paz.”  
SEGUNDA FILHA Papai, eu deixo você em paz.  
HELLINGER “E faço algo de bom daquilo que tenho.”  
SEGUNDA FILHA E faço algo de bom daquilo que tenho.  
HELLINGER “De você e da mamãe.”  
SEGUNDA FILHA De você e da mamãe.

HELLINGER Que tal?  
 SEGUNDA FILHA Isso é bom.  
 HELLINGER *para o terceiro filho* Diga também para ele.  
*quando esse hesita* Está bem, eu espero.  
 HELLINGER *depois de um certo tempo* Você também quer dizer isso a ele?  
 TERCEIRO FILHO Sim.  
 HELLINGER “Querido papai.”  
 TERCEIRO FILHO Querido papai.  
 HELLINGER “Eu deixo você em paz.”  
 TERCEIRO FILHO Eu deixo você em paz.  
 HELLINGER “E faço algo de bom daquilo que recebi de você.”  
 TERCEIRO FILHO E faço algo de bom daquilo que recebi de você.  
 HELLINGER “De você e da mamãe.”  
 TERCEIRO FILHO De você e da mamãe.  
 HELLINGER Que tal?  
 TERCEIRO FILHO Está bem.  
 HELLINGER *para a segunda filha e terceiro filho* Vocês dois podem se sentar agora.  
*Hellinger coloca então o marido da primeira filha, que está presente, do lado direito dela.*  
 HELLINGER *para a primeira filha, a mulher* Vocês têm filhos?  
 MULHER Sim, duas meninas.  
*Hellinger escolhe duas representantes para as filhas e as coloca à esquerda, ao lado da mulher.*

Figura 4



**Mu Mulher(=primeira filha)**

**Ma Marido**

1 Primeira criança

2 Segunda criança

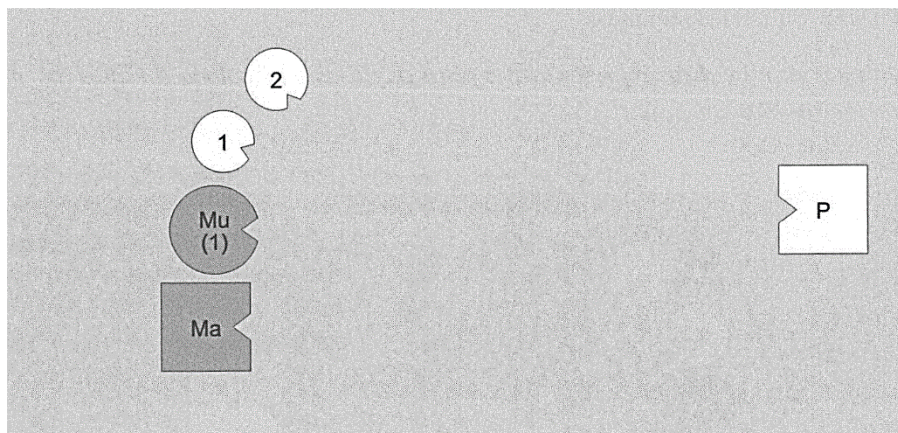
HELLINGER *para a mulher* Diga: “Querido papai.”  
 MULHER Querido papai.  
 HELLINGER “Este é o meu marido.”  
 MULHER Este é o meu marido.  
 HELLINGER “E estas são as nossas filhas.”  
 MULHER E estas são as nossas filhas.  
 HELLINGER “Nós arriscamos como você.”  
 MULHER Nós arriscamos como você.  
 HELLINGER “Por favor, nos abençoe.”  
 MULHER Por favor, nos abençoe.

HELLINGER *para o pai* Que tal?

PAI É bom. Quando meus filhos se afastaram tive uma forte sensação de que se formava uma tensão. Agora que disseram isso, ela se foi. Estou bem tranquilo.

HELLINGER *para o pai* Agora vá um pouco para trás.

Figura 5



HELLINGER *para o marido* Diga para ela: “Eu seguro você o tempo que me for permitido.”

MARIDO *muito comovido* Eu seguro você o tempo que me for permitido.

HELLINGER Diga para as filhas também: “Eu seguro a mãe de vocês o tempo que me for permitido.”

MARIDO Eu seguro a mãe de vocês o tempo que me for permitido.

HELLINGER “E nós seguramos vocês o tempo que nos for permitido.”

MARIDO E nós seguramos vocês o tempo que nos for permitido.

PRIMEIRA FILHA Isso me faz bem.

SEGUNDA FILHA É bom.

MULHER Sim.

MARIDO É bom.

HELLINGER *para a mulher* Está bem assim?

MULHER *concordando* Sim.

HELLINGER Então, deixo assim.

## PAULA: A ressurreição

### Luto pelo pai

HELLINGER *para Paula, que está de luto pelo pai que falecera recentemente* O grande Freud observou que, quando alguém morre, os descendentes, os sobreviventes assumem algo dos mortos e muitas vezes algo negativo. Esse é um procedimento estranho. Sabe como que se solta isso?

PAULA Eu diria, em primeiro lugar, à medida que se vive e reconhece o negativo.

HELLINGER Pode-se também enterrar o negativo com o pai, e deixar o positivo ressuscitar. De acordo?

PAULA Sim.

# DO CURSO EM GRAZ

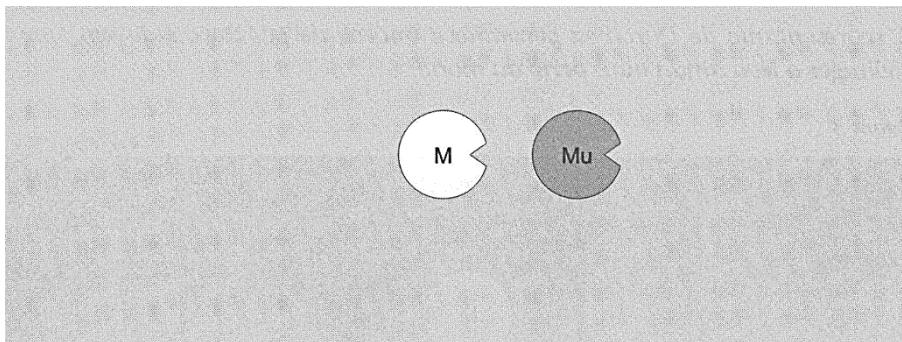
## *DOROTHEA: A morte*

HELLINGER *para Dorothea* Não quero lhe perguntar nada. Coloque duas pessoas você e a morte. De acordo?

DOROTHEA Sim.

HELLINGER Está bem, faça. Coloque uma em relação à outra, seguindo totalmente o sentimento interno e fique centrada ao fazer isso.

Figura 1



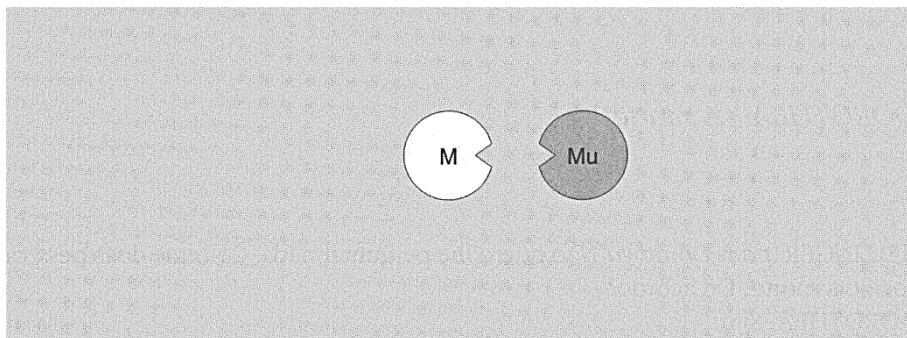
M Morte

**Mu Mulher (= Dorothea)**

HELLINGER *após um certo tempo, para os representantes* Fiquem bem centrados e sigam exatamente o movimento interno.

*Ambos ficam parados durante muito tempo. Hellinger vira então a representante de Dorothea de modo que ela tenha que olhar a morte nos olhos.*

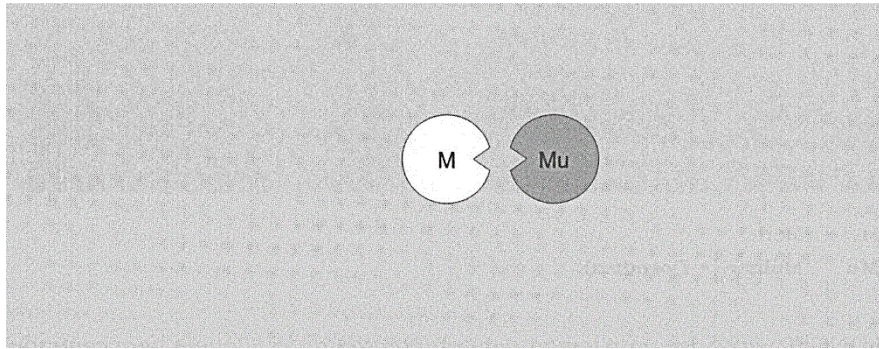
Figura 2



HELLINGER *após um tempo, para a representante de Dorothea* Siga o impulso do jeito que vem. Exatamente do jeito que vem.

*A representante de Dorothea permanece imóvel, de pé. Depois de um tempo, Hellinger a leva ainda mais perto da morte.*

Figura 3



*A representante de Dorothea vai para bem perto da morte. Hellinger curva a sua cabeça para frente, de tal forma que ela toca a morte com a testa. A morte pega primeiro os pulsos de Dorothea e coloca lentamente seu braço em torno dela. Então, a representante de Dorothea também coloca seu braço em torno da morte e ambas se abraçam fortemente. Elas ficam assim por um longo tempo e começam um movimento de embalo. Depois se soltam uma da outra, mas continuam ainda segurando-se pelos braços.*

HELLINGER *para a representante de Dorothea* Como você se sente?

MULHER Pude me soltar do aperto. Primeiro me atraiu muito e agora pude soltar de novo.

HELLINGER Solte, seguindo o seu impulso.

*A representante de Dorothea e a morte deixam cair os braços, mas permanecem ainda perto. Então, a representante de Dorothea dá um passo para trás.*

HELLINGER *para a morte* Como é para você?

MORTE Bom. Estou aqui de qualquer forma.

HELLINGER *para o grupo* Ela está firme como uma rocha. Exatamente. Firme como uma rocha.

*para a representante de Dorothea* Como é agora?

MULHER Isso é bom também.

*para Dorothea* Está bom assim para você?

DOROTHEA Sim, é libertador.

HELLINGER Sim. Foi isso.

*para o grupo* Vou contar-lhes ainda uma história.

## O círculo

Um homem angustiado perguntou a alguém que o acompanhava num trecho do mesmo caminho:

“Diga-me, o que importa para nós?”

O outro lhe respondeu:

“Primeiro importa, que estejamos vivos por algum tempo, para que nossa vida tenha um início, antes do qual muito já havia, e que, quando ela terminar, retorne ao Muito antes dela.

Pois como num círculo, quando este se fecha, seu fim e seu início se tornam um só igual, assim o Após de nossa vida se integra sem costura a seu Antes, como se não houvesse intervalo entre eles:

por isso é só agora que temos tempo.

A seguir importa que aquilo, que empreendemos no tempo, com o tempo fuge de nós

como se pertencesse a um outro tempo  
e nós, onde imaginamos agir,  
fôssemos erguidos apenas como um instrumento,  
usados para algo além de nós, e depois colocados de volta.  
Liberados, somos concluídos.”

O homem angustiado perguntou:

“Se nós e o que nós empreendemos, cada qual existe a seu tempo e se encerra, o que importa, quando nosso tempo finda?”

O outro disse:

“ Importa o Antes e o Após como um Semelhante.”

Então os seus caminhos se separaram assim como seu tempo, e ambos pararam e se aquietaram.

*GRETE: Eu tomo você em meu coração*

## **Linfoma não-Hodgkin**

HELLINGER *para Grete* O que há com você?

GRETE Há um ano atrás tive um linfoma não-Hodgkin altamente maligno e me submeti à quimioterapia em novembro do ano passado. Por isso estou aqui. Meu marido também está presente.

HELLINGER Ele deve subir para cá, para participar também.

*O marido de Grete senta-se ao lado dela.*

HELLINGER *para Grete* Vocês têm filhos?

GRETE Não.

HELLINGER Há quanto tempo são casados?

GRETE Há três anos.

HELLINGER Você tem esperança?

GRETE Sim.

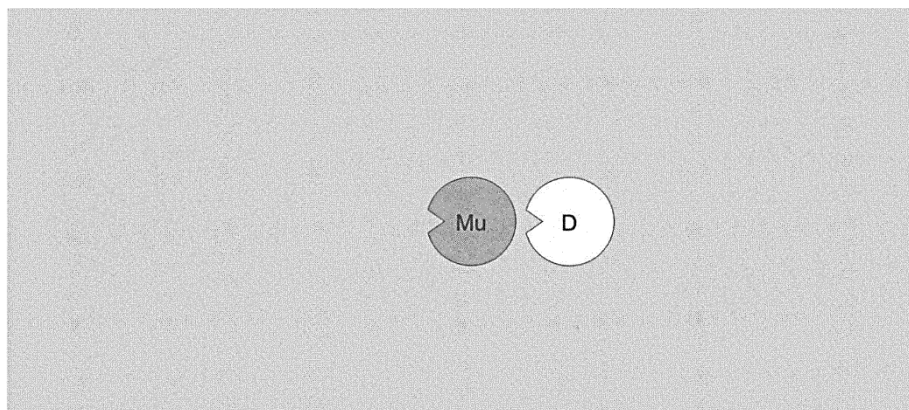
HELLINGER Não. Você não tem nenhuma esperança.

*depois de um tempo* Qual é o efeito, quando digo isso?

GRETE Não é assim!

HELLINGER O que devo fazer agora? Vamos colocar a doença e você. Escolha um representante para a doença e coloque-o. Então, coloque-se você mesma em relação ao representante.

*Figura 1*



D Doença

**Mu Mulher (=Grete)**

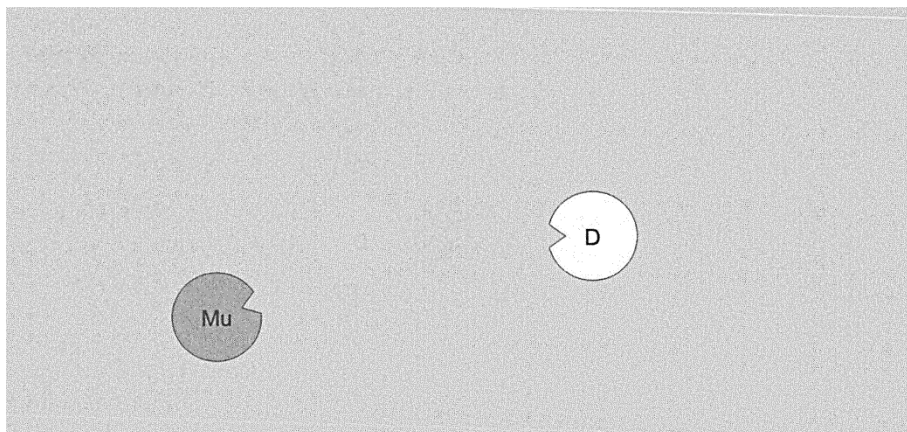
*Ambas permanecem imóveis por longo tempo.*

*quando Grete vira a cabeça para Hellinger Fique centrada e siga o movimento interno, como ele vier.*

*Depois de um tempo, Grete vira os braços para trás e toca a doença com as mãos. A doença se afasta um pouco, mas Grete a segura firmemente com a mão esquerda. Quando ela solta também essa mão, a doença coloca as mãos nas costas de Grete.*

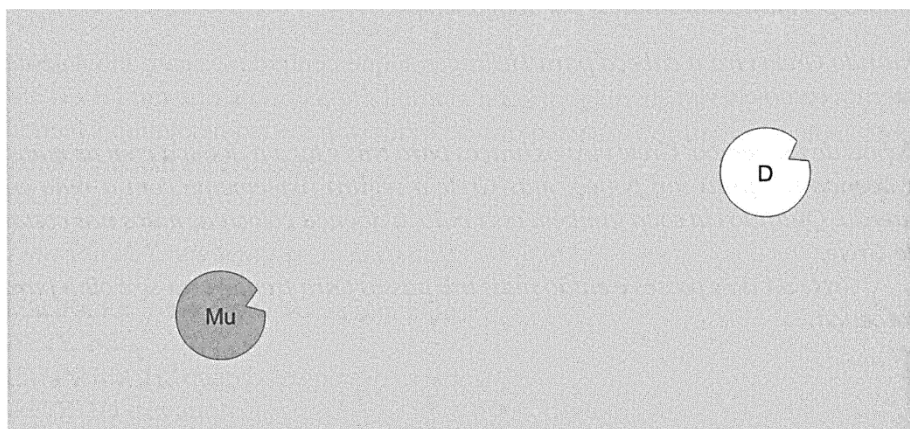
*Grete dá dois passos e então mais três passos para frente, vira-se e olha para a doença.*

Figura 2



*Após um tempo, a doença se vira e se afasta bem lentamente.*

Figura 3



*Grete se senta em seu lugar, depois que a doença se afastou para bem longe.*

HELLINGER *após um tempo, para Grete Levante-se de novo! Se a doença fosse uma pessoa que você conhece, quem seria ela?*

GRETE *Minha mãe.*

HELLINGER *Sua mãe? O que houve com ela?*

GRETE *Ela teve dois abortos antes de eu nascer, um no sexto mês e um bebê nasceu vivo, mas morreu depois do nascimento. Eu sempre me senti como a primeira filha, até que assisti a seu vídeo sobre cancerosos e, através dele, pela primeira vez, tomei consciência de que não sou a primogênita.*

HELLINGER *Você falou de outras pessoas em vez de falar de sua mãe. Centre-se e olhe o que acontece!*

*Grete fica imóvel por longo tempo. Então, Hellinger a leva para mais próxima da mãe. Grete vai até ela e, coloca a mão no seu ombro por trás. A mãe vira em sua direção, e ambas se abraçam forte e intimamente. Elas se abraçam, embalando levemente.*

*Depois de um tempo, soltam-se do abraço e se olham. Então a mãe dá dois passos para trás.*

Figura 4



M Mãe

*Grete senta-se de novo ao lado de Hellinger. Seu marido, que está sentado ao lado, coloca o braço em torno dela. Hellinger segura a mão dela.*

HELLINGER *após um tempo, para Grete* Feche os olhos e diga: “Eu tomo você em meu coração.”

GRETE Eu tomo você em meu coração.

HELLINGER *após um tempo* Está bom assim?

GRETE É agradável.

HELLINGER Quero lhe dizer algo sobre doenças: algumas vezes são mensageiros do amor. Se você permitir que eles venham, talvez sejam amigáveis. De acordo?

GRETE Sim.

HELLINGER Bom. Foi isso, então.

## *SONJA: A transferência*

### **Acidentes como expiação**

SONJA Estou aqui, porque tive quatro acidentes que tiveram um efeito decisivo em minha vida.

HELLINGER O que aconteceu?

SONJA Quando tinha seis meses de idade, despenquei de uma escada junto com a minha avó — trata-se sempre de escadas. Desde esse acidente, tenho um cisto na cabeça. Mas isso não me atrapalha. Com sete anos despenquei, pela primeira vez, sozinha. Nessa época fiquei uma hora inteira paralisada, totalmente paralisada, não conseguia falar uma palavra. Depois de uma hora passou tudo. O próximo acidente aconteceu quando tinha 27 anos. *Ela hesita, quase não consegue falar e chora.* Tive uma encefalite e fui trabalhar, mesmo assim. No trabalho caí novamente de uma escada. Acordei no hospital e tive um ataque epiléptico grave. No hospital disseram que eu não tinha nenhuma epilepsia e que nunca mais teria coisas assim em minha vida, que era tudo tolice e não era nenhuma epilepsia. Depois de um mês, eles me deram alta como completamente recuperada. Dois meses depois, tudo recomeçou. Então um homem me apresentou o seu pai, dizendo o seguinte: esta é a mulher que eu amo e com a qual vou me casar. Nessa noite os surtos recomeçaram. Logo depois disso, fiquei grávida. Engravidei três vezes e interrompi três vezes. Tenho os surtos sempre à noite. Isso continuou assim, durante anos. Há 11 anos meu pai faleceu e desde então não consigo mais sair de casa.

*Tudo foi apresentado de modo muito dramático e hesitante.*

HELLINGER Olhe para cá.

SONJA Sim.

HELLINGER Aqui há algo errado.

SONJA Só sei que há algo errado. Mas não sei o que é.

HELLINGER Algo está errado.

SONJA O que está errado?

HELLINGER Não sei. Mas alguém que se comporta como você reprime uma culpa. Não assume uma culpa.

SONJA Sou culpada.

HELLINGER Alguém que comporta como você reprime uma culpa que não assume. Então, o que é agora?

SONJA Não sei o que devo dizer. Não sei. Aqui existe algo totalmente mentiroso, mas não sei o que é.

HELLINGER Exatamente. Algo aqui é totalmente mentiroso, é exatamente isso.

SONJA Sim, mas não sei o que é. Não sei se a mentira vem de mim ou se acredito numa mentira que outra pessoa tenha me contado. Eu não sei.

HELLINGER Minha imagem é que vem de você.

SONJA Vem de mim?

HELLINGER Sim.

SONJA Então, a epilepsia é a mentira?

HELLINGER Algumas vezes a doença é mais fácil do que a verdade.

SONJA Já pensei nisso, que produzo os ataques para ficar então totalmente inconsciente. Assim, não consigo perceber mais nada.

HELLINGER Essa espécie de interpretação desvia para longe. Onde está a culpa? A quem você fez mal, por exemplo?

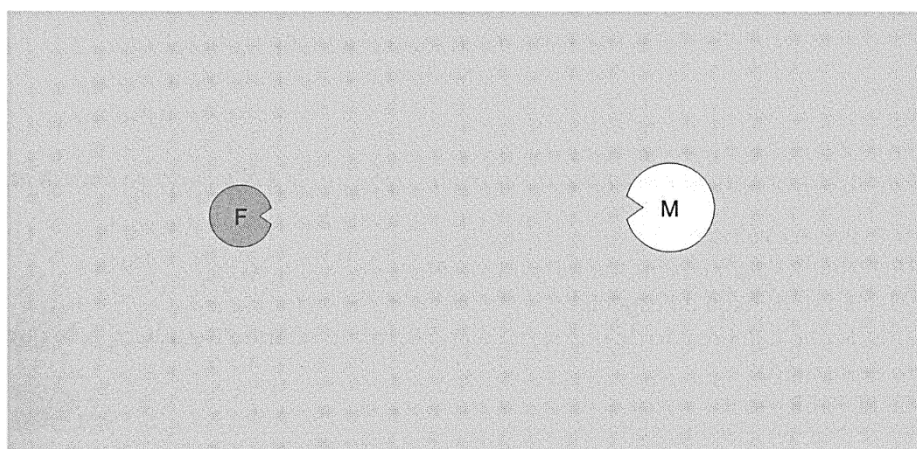
SONJA Eu desprezava minha mãe. Eu acho que eu sempre queria roubar dela o meu pai. Na verdade, queria ter meu pai somente para mim.

HELLINGER Não, isso não é o suficiente para tal coisa.

SONJA Quando era pequena ficava algumas vezes atrás da porta com uma faca na mão e dizia sempre: querido Deus, faça com que a mamãe morra! HELLINGER É isso aí! Agora veio à tona. Vamos colocar agora você e a sua mãe.

*Sonja escolhe uma representante para sua mãe e a coloca na sua frente, a uma certa distância. Então ela se afasta uns passos.*

Figura 1



M Mãe

**F Filha (=Sonja)**

HELLINGER *para Sonja* Fique bem calma. Abra a boca levemente e respire. Olhe para ela calmamente.

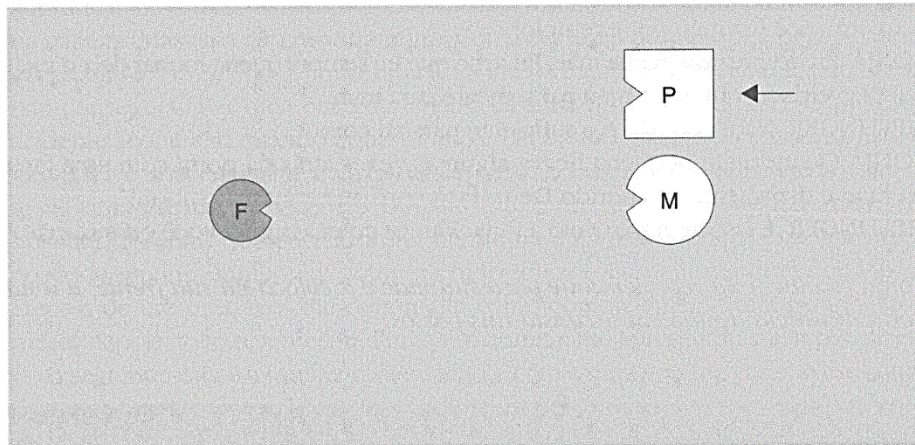
*Após um tempo, Sonja dá ainda um passo para trás.*

HELLINGER Como a mãe se sente?

MÃE Começo a deslizar internamente. No começo gostei muito de minha filha. Eu estava realmente lá para ela. Não entendo o que ela tinha.

*Depois de um certo tempo, Hellinger escolhe um representante para o pai e o coloca à direita ao lado da mãe.*

Figura 2



*P Pai*

*A mãe fica irrequieta e se afasta do marido, logo que ele é colocado ao lado dela.*

MÃE Isso não é bom.

HELLINGER *para o pai* Que tal para você?

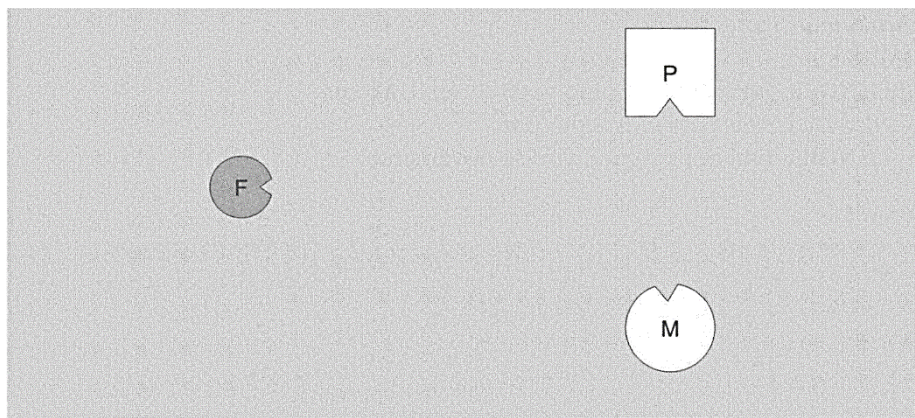
PAI Não sinto nada de especial.

MÃE Tenho a impressão de que agora eu posso rezar: querido Deus, faça com que ele desapareça!

HELLINGER Aha!

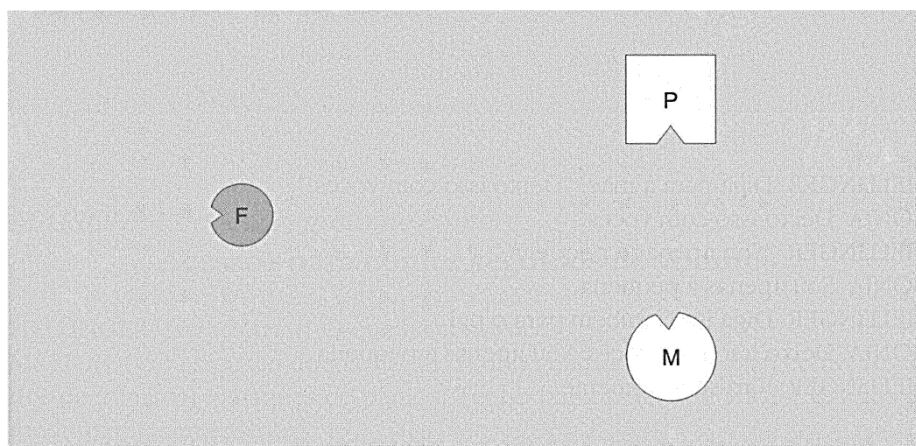
*Hellinger vira então o marido e a mãe, de modo que eles tenham que se olhar. A mulher se afasta dele, indo para trás.*

Figura 3



HELLINGER *para Sonja* Vire-se.

Figura 4



HELLINGER *para a mãe* Que tal?

MÃE Tenho ondas de suor e estou tremendo. Sinto um medo inacreditável.

HELLINGER *para o pai* E para você?

PAI Não sinto ainda nada de especial. Não sei o que ela tem.

HELLINGER *para o grupo* Considerando as reações aqui, eu suspeitaria de uma dupla transferência. A mãe tem sentimentos que pertencem a outra pessoa e que são direcionados para uma outra pessoa. Ela os assume e os direciona para o marido. E ele está impotente. Existe um emaranhamento aqui. *para a mãe* Faz sentido?

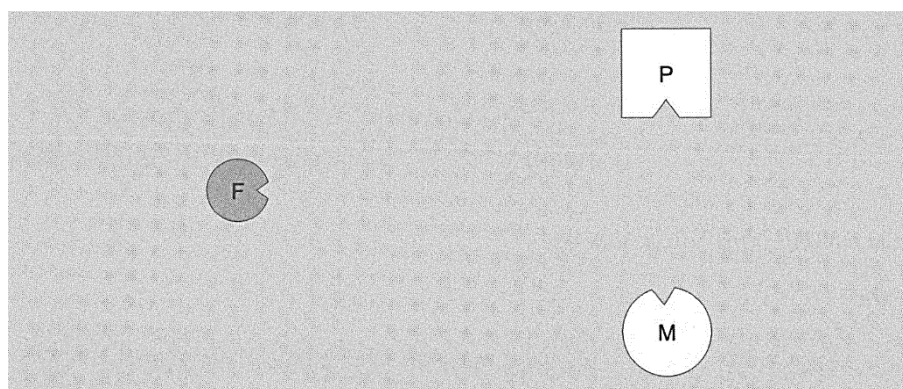
MÃE Sim.

HELLINGER *para Sonja* Como você se sente agora?

SONJA De costas para eles, sinto paz.

HELLINGER Está bem. Agora, vire-se novamente.

Figura 5



HELLINGER Diga para a mãe: “Deixo isso com vocês.”

SONJA Deixo isso com vocês.

HELLINGER “Sou apenas a pequena.”

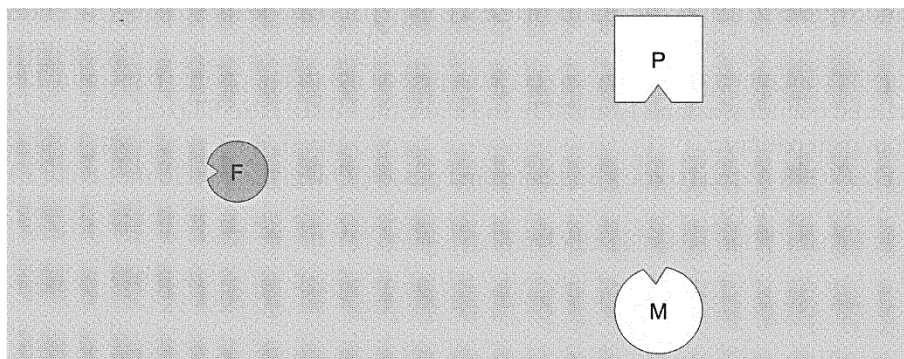
SONJA Sou apenas a pequena.

HELLINGER Diga isso também para o pai.

SONJA Deixo isso com vocês. Sou apenas a pequena.

HELLINGER Vire-se novamente.

Figura 6



HELLINGER Como é agora?

SONJA Agora, gostaria de ir embora pulando, é tão divertido.

HELLINGER Exatamente.

*Ela ri.*

HELLINGER Agora é a sua vez. Está bem, foi isso.

*MARION: Com você, gosto de comer*

### **Acessos para comer seguidos de vômitos**

HELLINGER *para Marion* O que há com você?

MARION Não estou tão doente assim. Tenho bulimia (acessos para comer seguidos de vômitos) e ataques de pânico. Tenho bulimia há sete anos e estados de medo permanentemente.

HELLINGER Você já foi anoréxica?

MARION Na verdade, não.

HELLINGER Você é casada?

MARION Sim. Meu marido também está aqui.

HELLINGER Ele pode se sentar aqui ao seu lado. Tem-se uma imagem completa de uma pessoa quando o parceiro também está ao lado. Vocês têm filhos?

MARION Não.

HELLINGER O que aconteceu em sua família de origem?

MARION Sou filha ilegítima. Meu pai foi embora depois de meu nascimento. Não o conheço. Minha mãe casou-se de novo, quando eu tinha seis anos. Cresci acreditando que esse marido de minha mãe era o meu pai verdadeiro. Só fiquei sabendo quando tinha 17 anos de idade. Até o casamento de minha mãe com o meu padrasto, vivi com meus avós. Meu avô era uma pessoa muito importante para mim. Ele morreu quando eu tinha 17 anos. Tenho ainda um irmão. Ele é filho de minha mãe com meu padrasto.

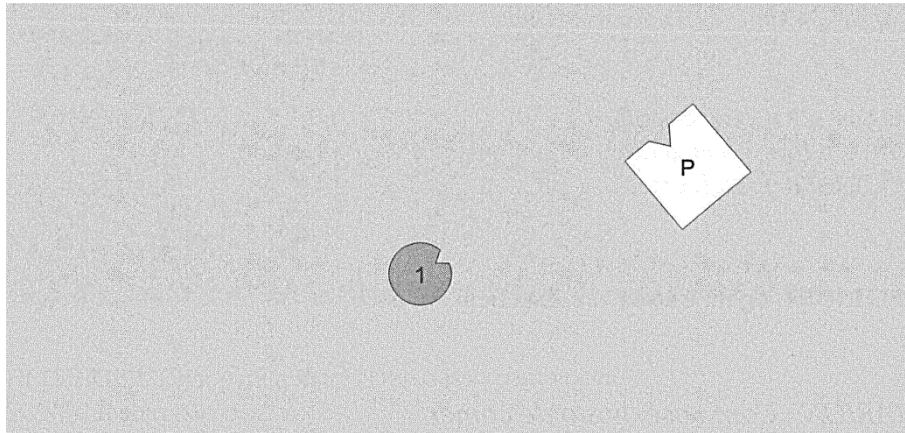
HELLINGER Vamos colocar somente uma pessoa. Quem nós precisamos colocar?

MARION Meu pai?

HELLINGER Claro! Escolha alguém para o seu pai.

*depois que ela escolheu e posicionou o pai* Agora coloque-se em relação a ele.

Figura 1



P Pai

**1 Primeira filha (=Marion)**

HELLINGER *depois de um tempo, para o representante do pai* Siga o seu impulso e fique centrado. Siga-o como você o sente.

*O representante do pai dá, em primeiro lugar, um passo para o lado, para mais perto da filha. Depois de hesitar um pouco, dá um segundo passo e ainda um terceiro. Ele não ousa se virar para a filha e olhá-la.*

HELLINGER *para Marion* Diga para ele: “Por favor, papai.”

MARION Por favor, papai.

HELLINGER “Por favor.”

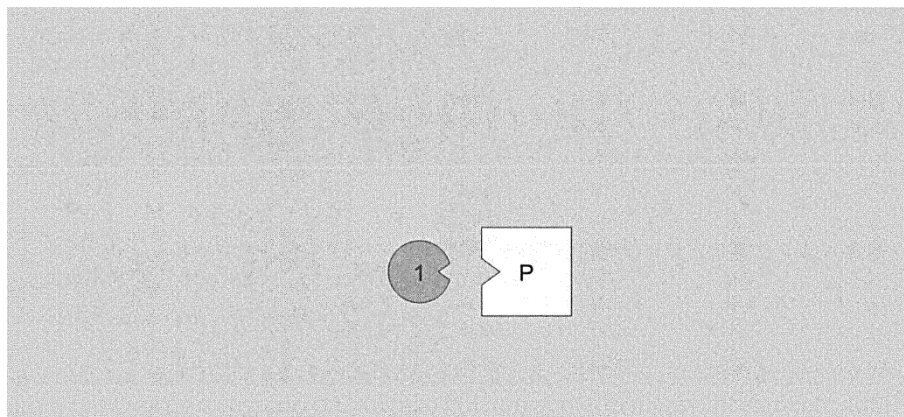
MARION *muito comovida* Por favor.

*O pai aproxima-se dela, um pouco de lado. Vira para ela e coloca o braço esquerdo em torno dela. Marion chora e olha primeiro para o chão. Então levanta o olhar e olha para ele.*

HELLINGER *para Marion* Olhe para ele.

*Ela se vira um pouco, o pai deixa cair o braço. Marion dá um passo para trás e ambos ficam de frente um do outro.*

Figura 2



HELLINGER *para Marion* Diga para ele. “Por favor, papai.”

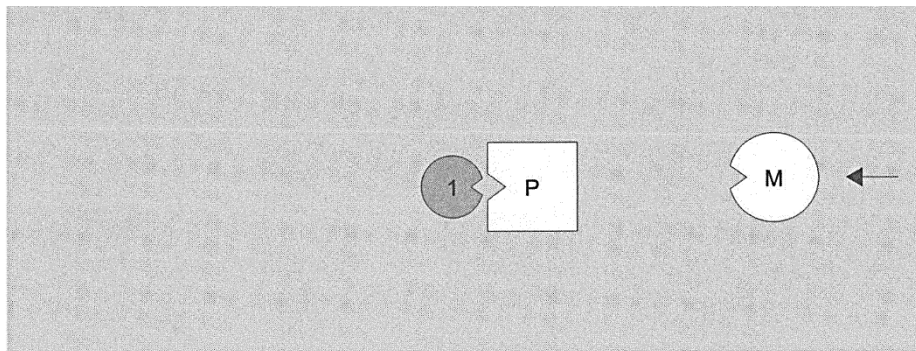
MARION *soluçando* Por favor, papai, venha para mim.

*O pai dá um passo, se aproximando. Marion enlaça o pai pelo pescoço e o abraça fortemente.*

HELLINGER *após um tempo, para Marion* Respire fundo.

MARION *chorando* Ele não está comigo, percebo isso. Ele não me toma.  
*Ela se solta do abraço. O pai dá um passo para trás.*  
HELLINGER *para o pai* Você precisa dizer algo a ela.  
PAI Agora estou com você.  
HELLINGER *para o grupo* Pode-se ver aqui a dor do movimento em direção ao pai, quando este é interrompido. O pai precisa ir ao seu encontro. Não existe um outro caminho. Ela não consegue fazer isso.  
*para o pai* Diga para ela: “Sinto muito, e agora tomo você como minha filha.”  
PAI Sinto muito, e agora tomo você como minha filha.  
HELLINGER Você precisa tomá-la. Todo o resto não ajuda. O pai precisa ir ao seu encontro.  
*O pai vai ao encontro dela e ambos se abraçam profundamente. Enquanto se abraçam, Hellinger escolhe uma representante para a mãe e a coloca onde Marion possa vê-la.*

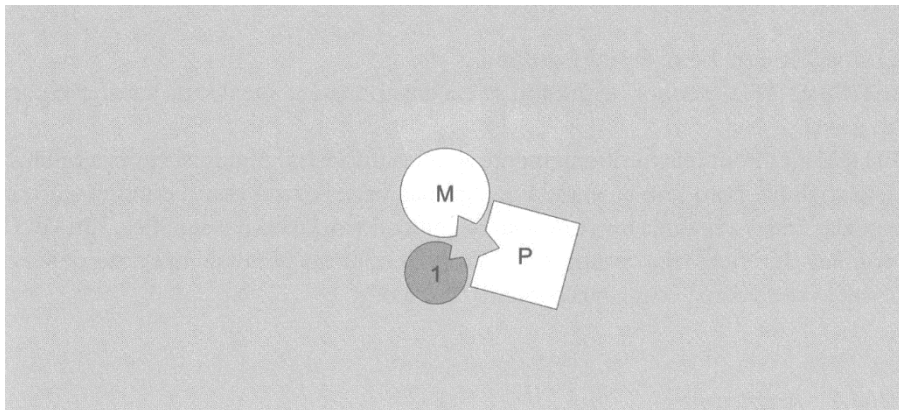
Figura 3



M Mãe

HELLINGER *para Marion* Diga: “Mamãe, agora eu o tomo como meu pai.” Segure-o firme, quando falar isso. Olhe para ela e diga: “Mamãe, agora eu o tomo como meu pai.”  
MARION *muito comovida* Mamãe, este é o meu pai. Agora eu o tomo.  
*Ela chora e ri ao mesmo tempo e permanece abraçada ao pai. A mãe também ri.*  
HELLINGER Diga isso alto, de novo!  
MARION Eu tenho orgulho dele, também.  
*Depois de um tempo, Hellinger leva a mãe para o lado do pai. Ela coloca o braço em torno dele. Então os três se abraçam.*

Figura 4



HELLINGER *após um tempo, para Marion* Agora diga para a mãe: “Agora tomo você e ele.”  
MARION Agora tomo você e ele.

HELLINGER *para o grupo, enquanto os três continuam se abraçando* Explico agora para vocês o segredo da bulimia. Foi apresentado maravilhosamente aqui. A pessoa bulímica pode tomar só da mãe. A essa pessoa, é proibido tomar do pai. Por isso ela come e vomita. Quando ela diz para a mãe: “Eu tomo você e ele”, pode conservar a comida.

HELLINGER *para Marion* Diga para ela novamente: “Eu tomo você e ele.”

HELLINGER “Eu conservo você e ele.”

*quando ela hesita* Diga. Somente para experimentar!

MARION Eu conservo você e ele.

HELLINGER “Com você gosto de comer e com ele gosto de comer.”

MARION *ri* Com você gosto de comer e com ele gosto de comer.

HELLINGER Foi isso. Essa é a cura para a bulimia. É sempre a mesma coisa.

*Todos riem*

HELLINGER *para Marion, quando esta se senta novamente ao seu lado* Quando tiver um acesso para comer, você deve espalhar na mesa tudo o que quiser comer. Então você faz um jogo com o seu marido. Ele pega uma colherinha de chá e você diz o que quer comer primeiro. Ele coloca na colherinha de chá e dá para você comer. E você diz todas as vezes: “Papai, com você gosto realmente de comer.” Aí você come o quanto quiser. Tome o quanto quiser. Isso seria um exercício lindo que também une o casal.

*Marion e seu marido se olham e riem* HELLINGER

Está bem, foi isso, então.

PARTICIPANTE O senhor perguntou se ela era anoréxica. Qual seria a solução para a anorexia?

HELLINGER A bulimia frequentemente segue a anorexia. Algumas vezes a bulimia existe sozinha, como no caso dela, e algumas vezes existe como continuação da anorexia. Então a bulimia tem um outro significado. Aqui comer significa: “Eu vivo.” E vomitar significa: “Eu desapareço.” Então a solução para tais tipos de pessoas bulímicas seria dizer, enquanto comem: “Eu fico.”

*ERIKA: A imagem*

## **Acidente mortal do marido e do filho**

HELLINGER *para Erika* Do que se trata?

ERIKA Há dois anos atrás, meu marido e meu filho morreram num acidente. Estou aqui para aprender como viver com isso.

HELLINGER Quantos filhos você tem?

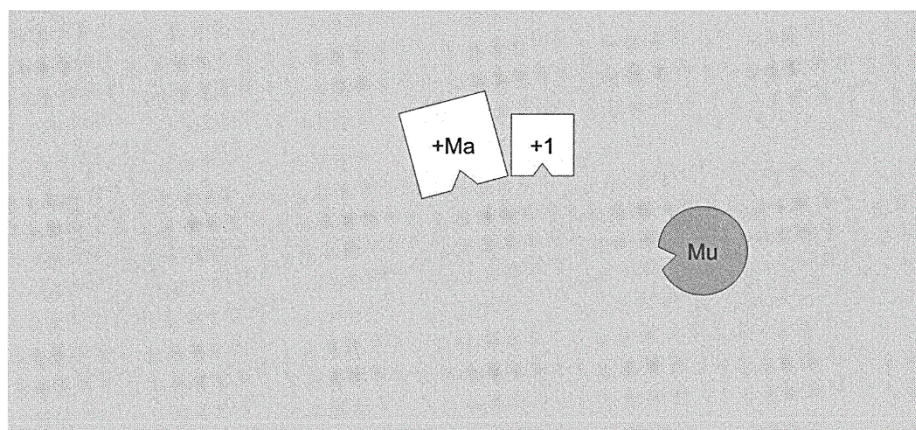
ERIKA Somente esse. Antes dele, interrompi uma gravidez.

HELLINGER Então o marido e o filho morreram num acidente? O que aconteceu?

ERIKA Foi um acidente de carro com um trem. Meu marido não viu uma locomotiva que estava vindo de um trilho secundário, onde normalmente não passa nenhum trem. Era a trezentos metros do lugar onde morávamos.

HELLINGER Vamos constelar seu marido, o filho e você.

Figura 1



+Ma Marido, falecido em acidente

**Mu Mulher (= Erika)**

+ 1 Filho, falecido em acidente junto com o marido

HELLINGER *para a representante da mulher* Como você se sente?

MULHER Estou sentindo frio. Sinto um puxão para frente. Me sinto puxada para lá.

HELLINGER Como se sente o marido?

MARIDO **+** Sinto calor em relação ao meu filho. Sinto uma atração para frente, embora algo me segure pelos pés. Sinto-me pesado.

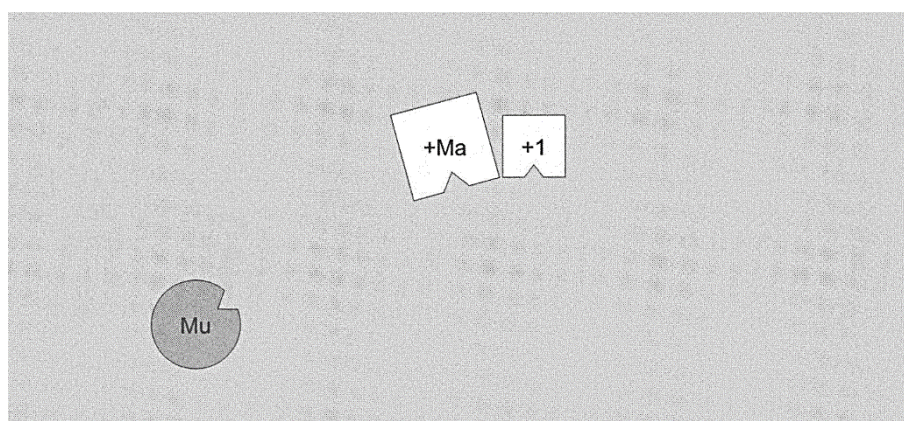
HELLINGER E o filho?

FILHO **+** Minhas pernas tremem. Do lado direito está bem quente, mas de alguma forma está muito perto para mim. O pé esquerdo está fraco e sinto que o direito parece que quer ser empurrado.

HELLINGER *para a representante da mulher* Siga o seu impulso.

*Ela dá uns passos para frente e se vira.*

Figura 2



HELLINGER Como você se sente, agora?

MULHER Mais leve. Estou respirando melhor.

HELLINGER E o marido?

MARIDO t Não mudou muita coisa. Talvez o puxão para frente tenha passado, mas não mudou muita coisa.

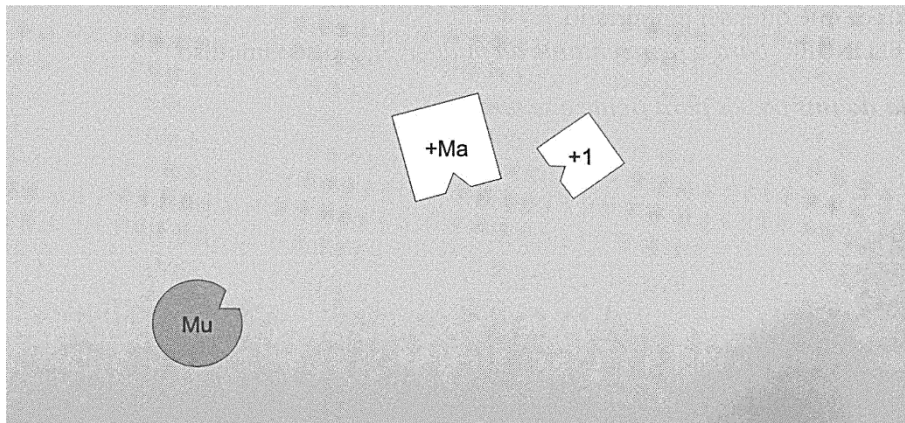
HELLINGER *para o filho* E para você?

FILHO f Ficou mais leve. Tenho o impulso de me virar.

HELLINGER Faça o que você quiser.

*Ele se afasta alguns passos do pai e se vira para a mãe.*

Figura 3



HELLINGER Assim?

FILHO + Sim, assim fica bom.

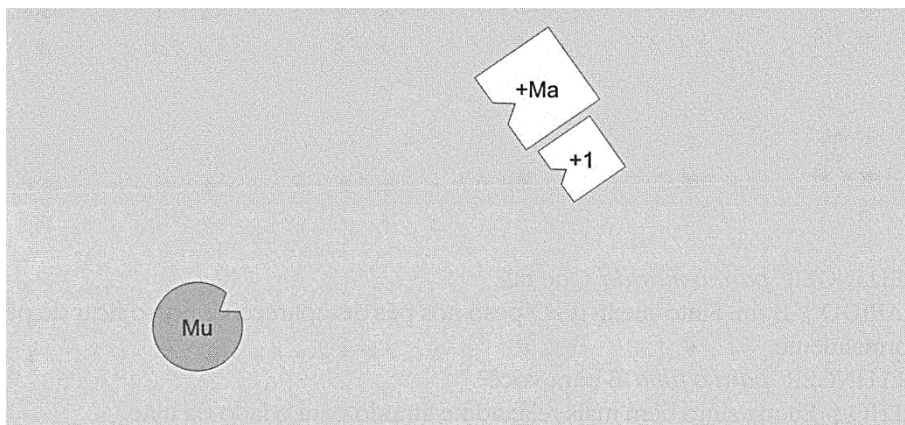
HELLINGER E para o marido?

MARIDO + Tenho a sensação de que preciso segui-lo.

HELLINGER Faça!

*Ele se coloca ao lado do filho.*

Figura 4

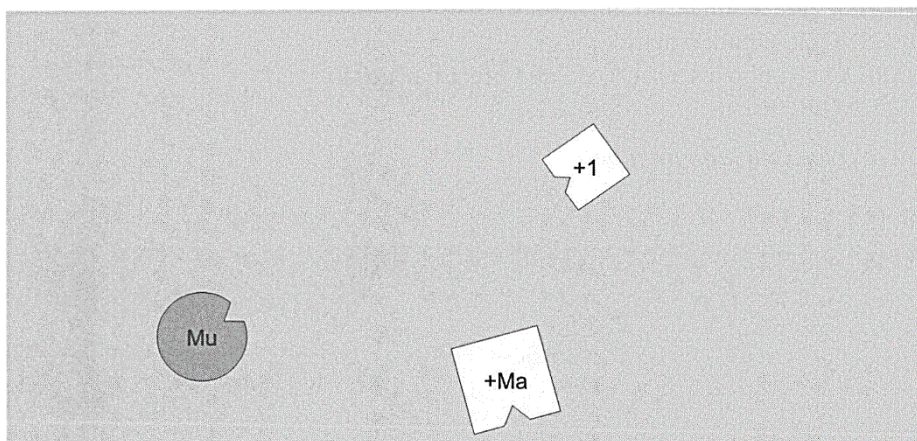


HELLINGER *para o filho* Como é agora?

ÚNICO FILHO + Está muito perto. A direção para a mãe está adequada. Mas o pai está muito perto e não sei por quê, não sinto nenhuma ligação com ele.

*Hellinger conduz o marido para a direção em que ele tinha sentido o puxão.*

Figura 5



HELLINGER *para o marido* Que tal?

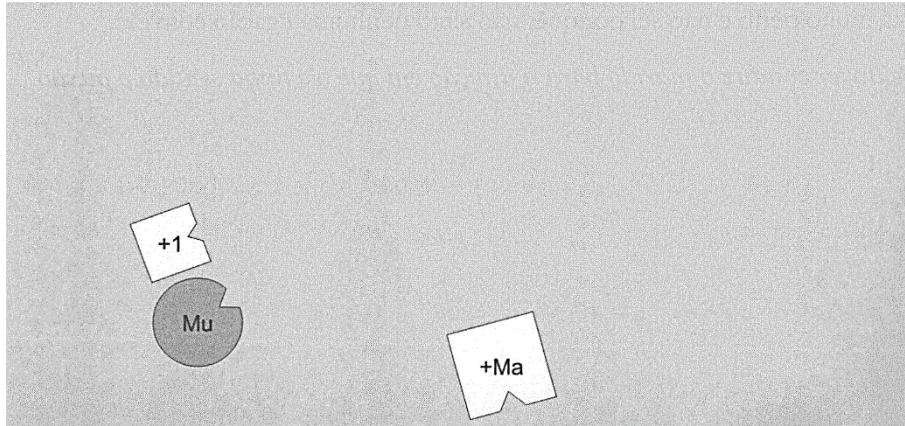
MARIDO + Bom. Sinto-me livre. O peso nos pés desapareceu e posso ficar de pé normalmente.

HELLINGER *para o filho* E para você?

FILHO + Eu me sinto bem mais relaxado e atraído para o lado da mãe.

*Hellinger o leva para a mãe e o coloca perto dela, do lado esquerdo.*

Figura 6



HELLINGER *para a mãe* Sim, coloque o braço ao redor dele.

HELLINGER *para o filho* Que tal?

ÚNICO FILHO + Agradável.

HELLINGER E para a mãe?

MULHER Estou de acordo assim.

HELLINGER *para Erika* Deixo assim. Você tem a imagem? ERIKA Sim.

# DO CURSO EM KASSEL

## *MARTINA: O zelo*

HELLINGER *para Martina* Do que se trata?

MARTINA Há três anos atrás estive nesta clínica como paciente de câncer e aproveitei todas as ocasiões para escutar as palestras do senhor Kurz. Através das palestras, cheguei à conclusão de que o meu câncer tem a ver com minha alma, com minha vida.

HELLINGER Qual a questão que você quer resolver comigo?

MARTINA Eu vejo a questão dessa forma, partindo de meu desconhecimento: que tem a ver com meus pais, com minha mãe que me rejeitava. *Ela chora.* Penso que...

HELLINGER Não, não, deixe isso! Olhe-me nos olhos. Você consegue ver meus olhos? Qual é a cor dos meus olhos?

MARTINA *ri* Cinza.

HELLINGER Cinza?

MARTINA *ri alto* Sim.

HELLINGER *para o grupo* Eu acabei de apresentar a vocês um pequeno truque de como se tira alguém de uma sensação desse tipo. Quando alguém se recolhe, fecha os olhos e mergulha num sentimento como ela fez antes, então esse sentimento não tem nenhum valor. Não existe nenhuma força nele. Os sentimentos que contam são aqueles com força.

*para Martina* Eu me pergunto se você realmente precisa de algo. Você é saudável.

MARTINA Agora sim, mas não sei se não existe ainda algo que possa me pegar.

HELLINGER O que mais prejudica você é o zelo.

*Risadas no público.*

*para o público* Sim, o zelo a prejudica.

*para Martina* É egocêntrico: “Eu quero...” A alma é diferente.

*após uma pequena pausa de reflexão* Vou dar a você uma dica. É a terapia toda. Diga: “Querida mamãe.”

*Martina diz não com a cabeça.*

HELLINGER Exatamente. Vai demorar um ano até você conseguir fazer isso, mas este é o melhor exercício. Está bem?

MARTINA Sim.

HELLINGER *para o grupo* Gostaria de dizer algo ainda sobre o câncer. O câncer em mulheres tem muitas vezes a ver com o fato de que elas se recusam a tomar e respeitar suas mães. Muitas clientes com câncer preferem morrer a fazer uma reverência às suas mães. A queixa de que a mãe tenha rejeitado ou qualquer coisa semelhante é um meio de justificar a rejeição. Isso não tem nada a ver com a mãe real. Não me deixo impressionar por isso.

*para Martina* Está bem?

*Martina concorda com a cabeça.*

## LUCIA: A substituição

### Ataques de medo e pânico, depressões e câncer Várias tentativas de suicídio da filha

HELLINGER *para Lucia* O que há com você?

LUCIA Tenho ataques de medo e pânico, depressões e câncer. Minha filha já fez algumas tentativas de suicídio. O primeiro marido de minha mãe teve que se suicidar, porque era nazista.

HELLINGER Quem é que o obrigou a isso?

LUCIA A situação política. Ele se suicidou. Poderia ter sido assassinado a tiros, mas poderia também se matar, se ele assim escolhesse.

HELLINGER O que ele cometeu?

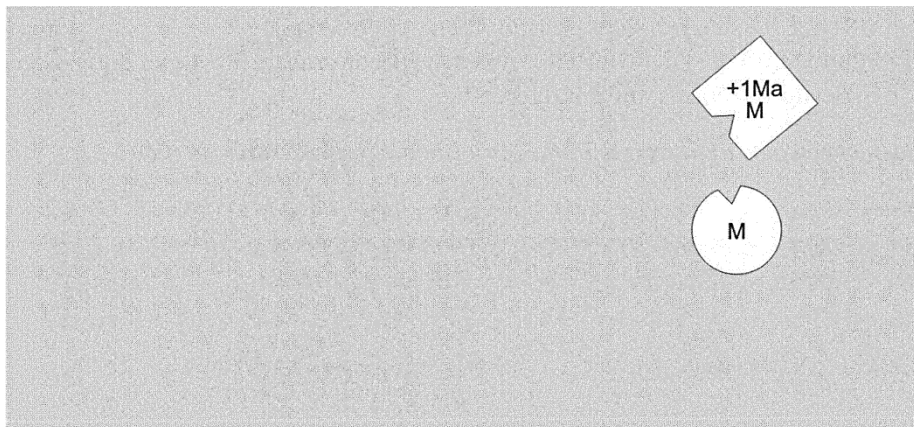
LUCIA Não sei.

HELLINGER O que houve com sua mãe?

LUCIA Era casada com esse homem e teve um filho. Ela trouxe esse filho para dentro da nossa família, quando se casou com meu pai. Ele não era respeitado e foi colocado de lado. Minha mãe permitiu ser humilhada e apanhou do meu pai.

HELLINGER Vamos colocar duas pessoas, o primeiro marido de sua mãe e sua mãe. Coloque-os seguindo totalmente o seu sentimento.

Figura 1

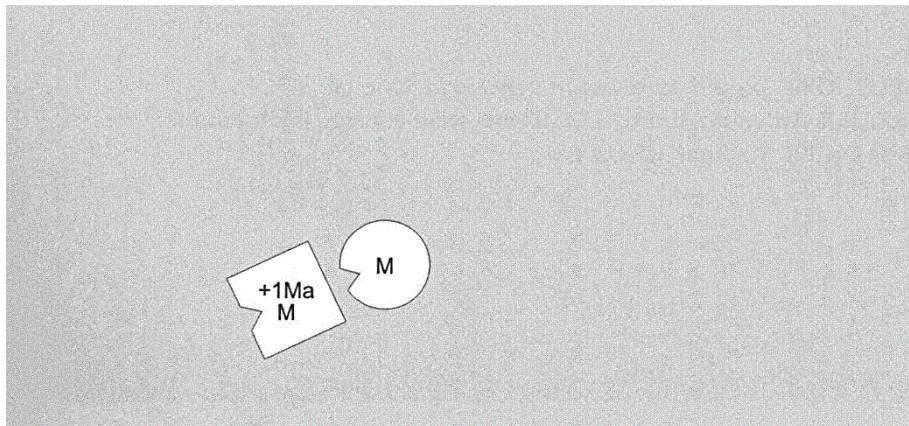


M Mãe

+ 1MaM Primeiro marido da mãe, que foi forçado a se matar

HELLINGER *quando vê que ela não posicionou direito os representantes* Eu os posiciono para você.

Figura 2



HELLINGER *para a representante da mãe* Como é para você?

MÃE É estranho olhar para estas costas na minha frente.

HELLINGER Qual é a sensação?

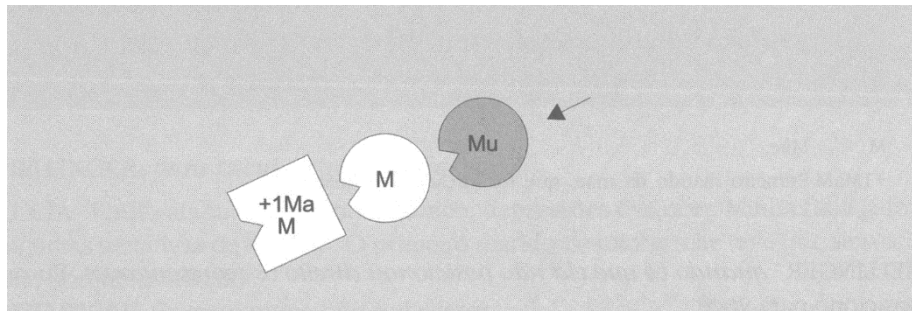
MÃE Não vejo o rosto. Não vejo a pessoa.

HELLINGER *para o primeiro marido* Como você se sente?

PRIMEIRO MARIDO DA MULHER + Antes me sentia ameaçado. Agora fiquei aliviado e, de alguma forma, me é indiferente.

*Hellinger escolhe uma representante para Lucia e a coloca atrás da mãe.*

Figura 3



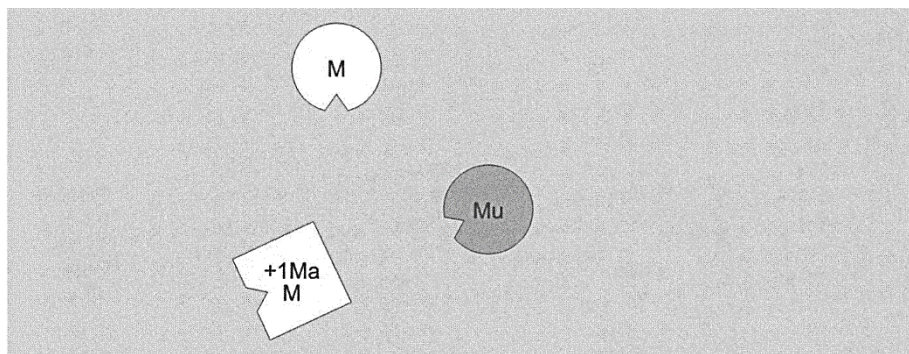
**Mu Mulher (=LUCIA)**

HELLINGER *para a representante de Lucia* Que tal?

MULHER Arf! Muro, muro. *Ela suspira.* Não consigo ir para frente. HELLINGER

Vou tirar agora a mãe.

Figura 4

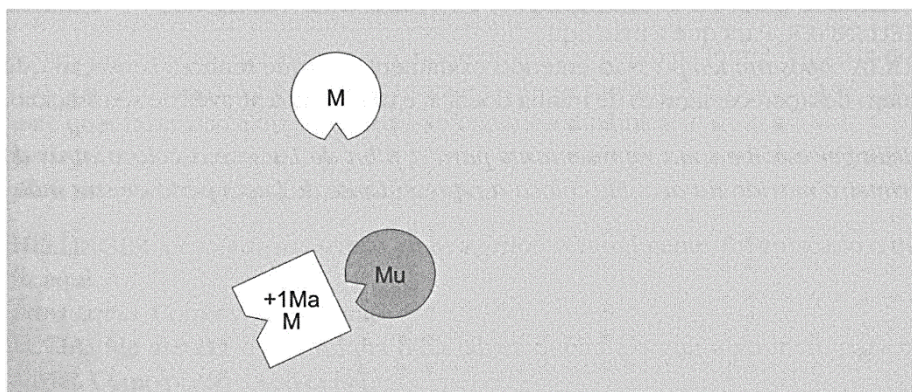


HELLINGER *para a representante de Lucia* Como é isso?

MULHER Mais ar e espaço livre.

*Hellinger a leva para trás do primeiro marido da mãe.*

Figura 5

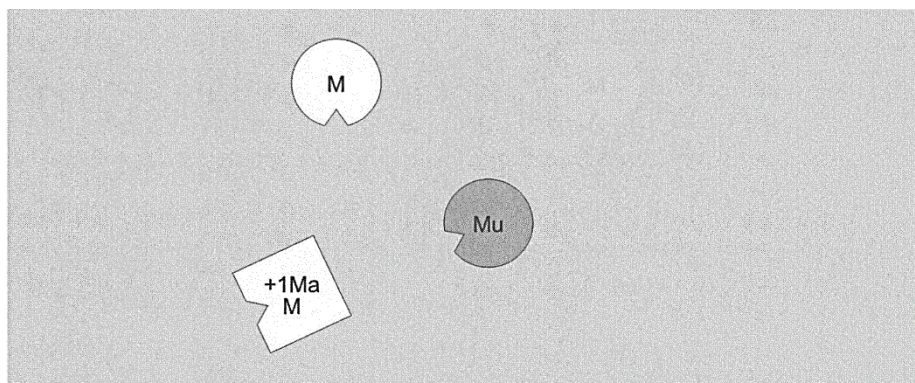


HELLINGER *para a representante de Lucia* Que tal?

MULHER Está muito perto para mim.

*Hellinger a conduz novamente para dar um passo para trás.*

Figura 6



MULHER Assim é melhor.

*para a mãe* Como você se sente, desde que a sua filha está lá, melhor ou pior?

MÃE Melhor. Vejo a minha filha.

HELLINGER *para Lucia* Você entende esta imagem?

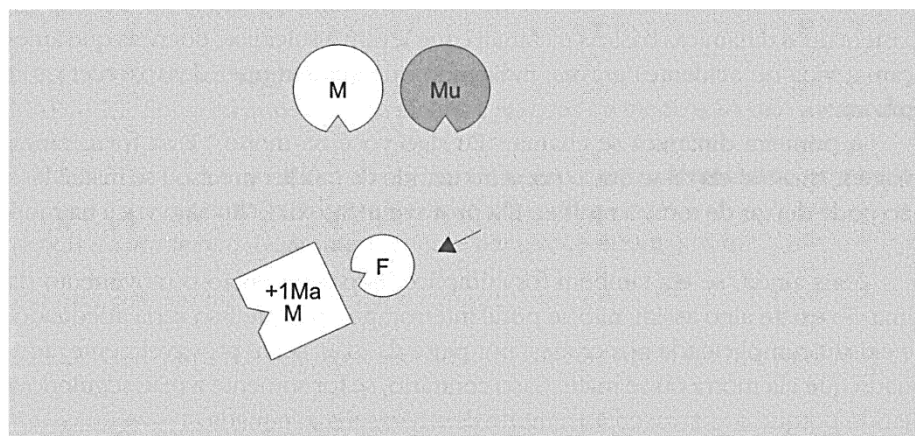
LUCIA Não entendo totalmente isto, porque ele não é o meu pai. Ele é o pai de meu irmão. Não entendo porque quero ir atrás dele.

HELLINGER Para que a mãe fique.

LUCIA *após um tempo* Não entendo exatamente porque tenho a sensação que quero desaparecer através de minha doença, e minha filha através de seu suicídio.

*Hellinger escolhe uma representante para a filha de Lucia e a coloca atrás do primeiro marido da avó. Ele coloca a representante de Lucia perto de sua mãe.*

Figura 7



F Filha de Lucia, que tentou suicídio, várias vezes

HELLINGER *para a representante de Lucia* Você se sente melhor ou pior?

MULHER Bem melhor.

HELLINGER Exatamente.

*para Lucia* Essa é a situação.

*para o grupo* A mãe é certamente culpada, também, não apenas o marido. Ela se sente como se devesse algo para a morte ou quer segui-lo na morte. Então, a filha diz: “Eu faço isso.” A mãe sai para fora e sente-se melhor. Agora a filha vê que a mãe quer fazer isso e diz: “Eu faço isso”. Essa é a dinâmica.

*para Lucia* Deixo assim.

*para os representantes* Está bem, foi isso.

HELLINGER *depois de um tempo, para o grupo* Naturalmente, foi arriscado o que

fiz aqui.

*para Lucia* Como você se sente?

LUCIA Me assusta que a minha filha talvez queira assumir algo meu, para me aliviar. Como posso resolver isso?

HELLINGER Vou esperar ainda. Primeiro vou deixar isso atuar. Aí você pode voltar. Isso agora precisa atuar na sua alma. E informe-se sobre qual teria sido o envolvimento de sua mãe.

LUCIA Minha filha também experimentou abuso por parte de seu pai.

HELLINGER Esse é um outro tema, só desvia disso daqui. Está bem.

## **O que leva uma família a doenças graves e suicídios**

Existem duas dinâmicas básicas na família que levam a suicídios, doenças que ameaçam a vida ou acidentes graves; indicando que alguém quer desaparecer ou ir embora.

A primeira dinâmica se chama: “Eu sigo você na morte.” Essa foi a minha imagem, quando ela disse que o primeiro marido da mulher precisou se matar. Isso não pode deixar de tocar a mulher. Ela provavelmente diz: “Eu sigo você na morte.”

Mais ainda, se ela também for cúmplice. Isso seria então o movimento da alma. Se existe algo assim, não se pode interromper, porque isso seria adequado. Se existiu cumplicidade nos crimes, por parte da mãe, seria, provavelmente, adequado que ela morra ou se mate. Caso contrário, se for somente a mãe seguindo o marido porque o amava, então a morte dela não seria adequada.

Quando, então, uma criança percebe que sua mãe quer ir, ela se coloca no lugar dela. Na constelação, a mãe não tinha sentimentos. Ela não se expôs a uma situação, talvez a uma culpa. Ela empurrou para o marido. Então vem uma criança e diz: “Eu entro no seu lugar.” Essa criança tem, por sua vez, uma filha e ela diz também: “Eu faço em seu lugar.” Esta é a outra dinâmica que leva a suicídios ou doenças graves. Ela se chama: “Melhor eu do que você”; “Melhor eu morrer do que você”; “Melhor eu desaparecer do que você.”

A fantasia por trás disso é que a criança pensa que poderia, com isso, salvar alguém. Mas como essa sequência mostra, isso apenas passa de geração a geração, não se resolve nada. Ninguém é salvo. Só se transfere, e sempre para os mais fracos. É sempre transferido para a próxima geração, quando alguém não assume o seu destino ou sua culpa.

A criança tem também a ideia de poder. Sente-se como o salvador na família. Fica de uma certa forma, cheio de vaidade, mas por amor. Porque faz tudo por amor, tem uma boa consciência e se sente inocente, fazendo isso. Mas por trás dessa consciência que sentimos por amor, existe ainda uma consciência arcaica. Ela está por trás disso, não podemos senti-la. Podemos reconhecê-la pelos seus efeitos. Quando uma criança, por amor, quer salvar alguém, então a consciência que está por detrás a castiga com queda e fracasso, porque ela tem a presunção de fazer algo que não lhe compete. Não compete a uma criança salvar seus pais dessa maneira. A criança se comporta como se fosse grande, e os pais se tomam crianças. Isso é uma violação da ordem.

## MARGRET: O não

### Câncer

HELLINGER *para Margret* Do que se trata?

MARGRET Sofro há anos de depressões e ataques de medo e há oito meses atrás tive câncer.

HELLINGER Feche os olhos. Abra a boca. Curve a cabeça lentamente para frente. Deixe a cabeça relaxada. Inspire e expire profundamente. *depois de um tempo* Diga internamente para você mesma: “Sim.”

*Ela luta consigo mesma e sacode a cabeça.*

HELLINGER *para o grupo* Essa é a causa do câncer. Vocês viram o não? Morrer é mais fácil.

*para Margret* Está bem, eu mostrei a você. Mais não posso fazer. *para o grupo* O que fiz agora é uma maneira estranha de trabalhar, assim, bem silenciosa, em segredo, sem que algo venha à luz. Pode-se receber certos sinais corporais e então se dá à alma um estímulo. Eu fiz algo ficar consciente ou trouxe algo para cima. Agora a alma tem uma nova força, uma nova orientação. E ela tem uma nova liberdade, que não estava lá antes. Agora ela pode decidir realmente, antes não podia. O terapeuta não entra no meio. Ele não pode fazer isso. Então, ele se recolhe novamente.

*para alguém que abraça Margret* É melhor você soltá-la. Ela fica fraca se você a conforta.

*para Margret* Você percebe isso?

MARGRET Eu me sinto forte.

HELLINGER *para o grupo* Ela não precisa do abraço. O que aconteceu antes foi a força. Ninguém pode substituir ou fortalecer. Isso não é possível.

## O centro vazio

Gostaria de dizer algo sobre a atitude do terapeuta neste trabalho. Eu não faço grandes reflexões porque me atendo a um velho amigo meu, um certo Lao Tse, que morreu há muito tempo. Ele fala do efeito sobre o recolher-se no centro vazio.

Quem se recolhe ao centro vazio está sem intenção e sem medo. De repente, algo se ordena ao seu redor sem que ele se movimente. Essa é uma postura apropriada para o terapeuta: que ele se recolha ao centro vazio. Ele não precisa fechar os olhos ao fazer isso. O centro vazio está conectado. Não está fechado. Ele se afasta sem medo. Isso é muito importante. Quem tem medo do que poderia acontecer, pode desistir, e ele permanece sem intenção, sem intenção de curar.

No centro vazio — isto é naturalmente apenas uma imagem — se está conectado. Nessa conexão, quando nos submetemos, emergem, de repente, imagens — imagens de solução. Seguimos, então, as imagens. E nisso acontecem também erros, é bem claro. Mas os erros se regulam através do eco que vem. Portanto, o terapeuta não precisa ser perfeito nessa postura. Ele também não se arroga a ser superior. Ele está apenas quieto nesse centro. Então, esse tipo de trabalho dá resultado.

É a humildade que desempenha aqui um importante papel, essa ausência de intenção que concorda com o doente assim como ele é, que concorda com a sua doença, assim como ela é, concorda com o seu destino, assim como ele é. Nin-

guém é mais forte para vencer o seu destino do que aquele a quem ele pertence. O terapeuta é apenas alguém que está ao seu lado e, em sua presença, o cliente desenvolve suas próprias forças. Mas é esse não-interferir, esse apenas estar ao lado, que atua.

## *HELEN: A arrogância*

### **Diabetes, seu irmão se suicidou**

HELLINGER *para Helen* O que é?

HELEN Tenho diabetes há 23 anos, que é difícil de ser controlada. Oscila entre bem baixo e bem alto. De vez em quando fica bom por uma semana ou 14 dias e, depois, fica bem ruim novamente.

HELLINGER Aconteceu algo há 23 anos atrás?

HELEN O meu irmão morreu.

HELLINGER Como?

HELEN Ele se suicidou. *Ela chora muito.* Não consigo esquecer. Ainda está lá.

HELLINGER Você está zangada com ele?

HELEN Não, triste. Sinto muito, muito mesmo. Não pude ajudá-lo, não precisei também ajudá-lo. Mas tenho a sensação de que gostaria muito de fazê-lo.

HELLINGER Você está zangada com ele?

HELEN Não.

HELLINGER Você está zangada com ele.

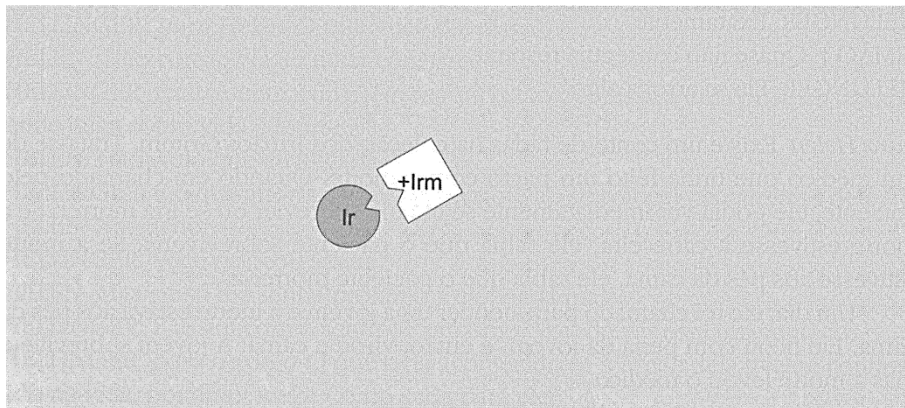
HELEN Nunca tive a sensação de estar zangada com ele.

HELLINGER Ele não aceitou a sua ajuda. Algumas pessoas ficam ofendidas.

HELEN Não, eu nem sabia que ele não estava bem.

HELLINGER Vou constelar duas pessoas, você e o irmão.

*Figura 1*



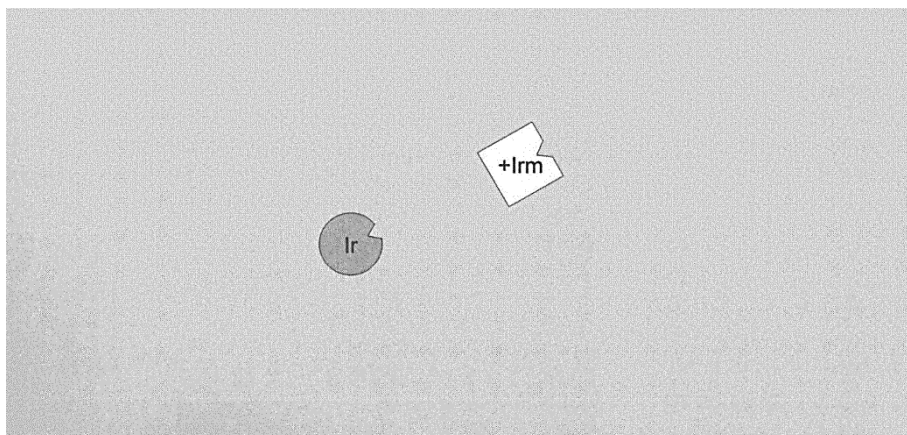
#### **Ir Irmã (=Helen)**

+Irm Irmão que se suicidou

*Ambos se olham longamente.*

HELLINGER *após um tempo, para o irmão falecido* Afaste-se, seguindo totalmente o seu sentimento e vire-se.

Figura 2



HELLINGER *após um tempo, para o irmão falecido* Como é para você?

IRMÃO + Consideravelmente melhor do que antes. Estava perto demais.

HELLINGER Exatamente.

IRMÃO + Quase não conseguia respirar.

HELLINGER Ela se arroga algo.

*para Helen* Existe um conto de fadas na coleção dos Irmãos Grimm. Trata-se de um médico que tinha feito um pacto com a morte. Quando era chamado pelo paciente, ele podia ver imediatamente se ele iria sobreviver ou se iria morrer. Se a morte estivesse à cabeceira, ele sabia que o paciente sobreviveria. Se a morte estivesse aos pés da cama, ele sabia que o paciente morreria.

Um dia, ele foi chamado para atender uma jovem e a morte estava aos pés da cama. Ele ficou com pena da jovem, e então, virou a cama. A jovem sobreviveu, mas a morte levou o médico.

*para a representante de Helen* Como você se sente?

IRMÃ Eu me sinto totalmente vazia.

HELLINGER Você não tem mais nada a fazer.

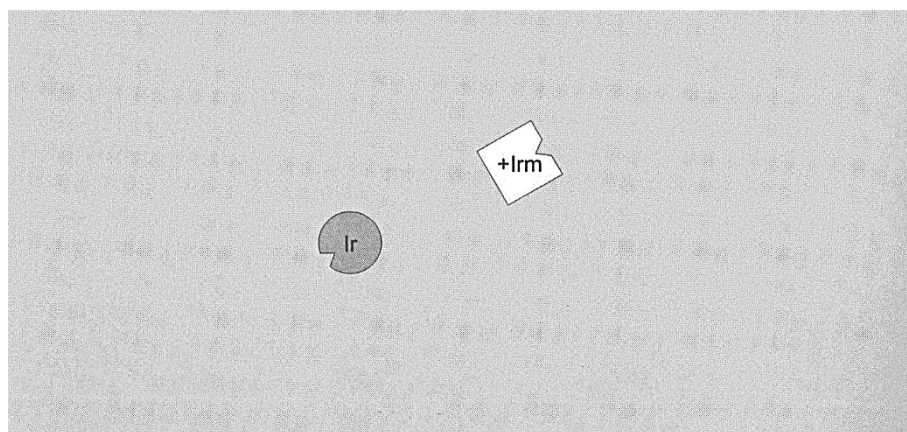
IRMÃ Exatamente.

HELLINGER Isso é terrível.

*para Helen* É bem terrível quando não se tem mais nada a fazer.

*Hellinger vira a representante de Helen.*

Figura 3



HELLINGER *para a representante de Helen* Como você se sente agora?

IRMÃ Muito bem.

HELLINGER *para Helen* O que você diz disso?  
HELEN Não consigo fazer nada com isso.  
HELLINGER Exatamente. Ninguém renuncia tão depressa a uma posição tão alta, onde julga sobre vida e morte.  
HELEN Não creio que eu julgaria.  
HELLINGER É o que aflorou. Você se arrogou, ao se colocar no caminho dele.  
HELEN Não acho.  
HELLINGER Você colocou assim.  
HELEN Mas eu só me sentia próximo a ele, nada mais.  
HELLINGER É assim com o sentir-se próximo. Vou deixar essa imagem.  
HELLINGER *para o grupo* O que teria acontecido se o irmão dela tivesse continuado na vida, por amor a ela? Como seria para ele? *para uma participante* Sim, como seria para ele?  
PARTICIPANTE Provavelmente pior.  
HELLINGER Mal. Pior do que agora.  
HELEN Não consigo acreditar nisso.  
HELLINGER Está bem. É assim. É mais fácil ter diabetes do que renunciar a essa crença.  
HELEN Também não quero ter diabetes.  
HELLINGER Vou dar a você mais uma imagem. Imagine que você se coloca ao lado de seu irmão, no túmulo.  
HELEN Também não quero isso.  
HELLINGER Seria para ele um grande consolo.  
HELEN Não acho que ele queira isso.  
HELLINGER Ah, é? Então por que você se comporta assim?  
HELEN Por muito tempo quis segui-lo.  
HELLINGER Agora temos. Acho que eu apresentei isso a você. Está bem?  
HELEN Sim.

## **Suicídio e tentativas de suicídio**

Gostaria de dizer algo sobre o suicídio.

Em primeiro lugar ele é, para muitos, inevitável e a única possibilidade. Precisamos respeitar isso. Nossa interferência vem da ideia de que a vida é a coisa maior e que precisamos segurar alguém que está indo para esse caminho. Via de regra, alguém se suicida por amor. Frequentemente, isso não é respeitado numa família: que uma pessoa faz isso por amor.

Descrevo no livro *Ordens do amor*<sup>2</sup> uma situação na qual isso se expressa claramente. Num grupo, estava um senhor que era pediatra. Ele já tinha 70 anos de idade e ainda estava de luto pelo filho, que tinha se enforcado aos 12 anos. Ele mandou o menino fazer compras e quando este voltou para casa, derramou todas as compras na escada. Então o pai bateu nele. Na noite seguinte, o filho tinha se enforcado.

Depois de um ano ele veio novamente para um curso. Fomos passear juntos e falamos sobre isso. Disse a ele que o suicídio de seu filho talvez tivesse a ver com o amor. De repente, ele se lembrou que uns dias antes do suicídio do filho, sua mulher tinha contado à mesa que estava grávida novamente. Em seguida, esse menino suicidou. Ele deu lugar à nova criança.

---

<sup>2</sup> Livro publicado na língua portuguesa pela editora Cultrix.

Ele me contou mais tarde que estava deitado na cama junto à sua mulher e, de repente, se sentiu tremendamente aliviado. É assim que as coisas ocorrem algumas vezes.

No fim do curso ele disse: “Estou sentado agora num lago manso.” Ele estava em paz com seu filho, com amor.

**PARTICIPANTE** É válido o mesmo para suicídio e tentativas de suicídio ou é algo diferente, de seu ponto de vista?

**HELLINGER** Não. A tentativa de suicídio segue a mesma direção. Mas há casos em que, quando se salva alguém de uma tentativa de suicídio, essa pessoa, mais tarde, fica bem aliviada. Algumas vezes se sente liberada por isso, como se através da tentativa de suicídio tivesse demonstrado o seu amor. Sente-se liberada desse destino. Algumas vezes, nem sempre.

*para o grupo* Não estou dando nenhuma instrução para que não se impeça uma tentativa de suicídio. Entretanto, existem situações onde não se deve impedir. Por exemplo, quando alguém quer expiar por um crime: isto é uma outra forma de suicídio. Isso é, então, como uma reverência perante a vítima. Pode-se ver dessa forma. Quando alguém matou uma pessoa ou cometeu um outro crime grave e se mata, então ele se curva com isso perante a vítima e se coloca ao lado dela. Ele diz: “Agora estou com você também.” Pode-se ver dessa maneira. Na verdade, é uma linda imagem, uma imagem profunda.

## *ALBERT: Ataque de pânico*

**HELLINGER** *para Albert, cujo acesso a seu pai verdadeiro tinha sido vedado por sua mãe* Minha sugestão é que você se sente reto e olhe para o grupo. Deixe os olhos abertos.

*para o grupo* No caso de pânico, os olhos abertos e o contato externo são importantes. Quando alguém fecha os olhos entra em cenas e imagens internas.

*depois de um tempo, para Albert* Agora, imagine o seu pai verdadeiro, que você está ao lado dele e como você fica pequeno e ele lhe protege. Gostaria de dizer algo para você sobre pais. Quando as crianças têm medo, os pais compreendem isso, mas as crianças não percebem.

Deixe os olhos abertos. O caminho, em casos de pânico, é: você deixa a boca levemente aberta, deixa os olhos abertos e coloca as mãos nas coxas com as palmas para cima. Imagine que o pânico escoar:

- através dos olhos, por exemplo, através do olhar amigável e, ao fazer isso, curve a cabeça levemente para a frente;
- através da respiração e através da expiração;
- através das mãos, na medida em que você imagina um movimento em direção ao pai, como uma pequena criança, assim, de quatro anos.

Deixe a boca aberta ao fazer isso, é importante, e os olhos precisam estar focados. Também é bom que olhe para longe e veja seu pai em algum lugar e olhe para ele, nos olhos.

*após um tempo* Você está fazendo bem agora.

*JUTTA: Está esgotado*

## **Esclerose múltipla**

HELLINGER *para Jutta, que se movimenta com muito esforço, usando um carrinho de andar e só pode falar ininteligivelmente* O que há com você?

JUTTA Tenho esclerose múltipla.

HELLINGER Vou fazer uma pergunta: pode-se ainda ajudar você?

JUTTA Sim.

HELLINGER Não, não. Você não deixou ir para a alma. Pode-se ainda ajudar você? Ou está esgotado?

JUTTA *sacode a cabeça* Não.

HELLINGER Está esgotado.

*Longo silêncio enquanto Jutta chora.*

HELLINGER *para o grupo* Gostaria de dizer algo sobre o procedimento terapêutico. Quando trabalho com alguém, imagino: quanto caminho ainda resta de seu caminho de vida? O caminho está no fim, no meio ou ainda está no começo? Onde ele se encontra no momento? Quando vejo que está no fim ou próximo ao fim, me recolho. Eu me colocaria entre ele e o essencial, se quisesse ser ativo aqui. Isso não posso fazer. Não nesse momento. Tudo o que faço, então, é ajudá-lo a olhar para o limite e para a morte, bem centrado. Esse é o caso aqui. Eu não posso ir além disso.

*Novamente, longo silêncio.*

HELLINGER Eu deixo assim. Está bem?

*Jutta concorda com a cabeça.*

## **O caminho**

HELLINGER *para o grupo* Volto novamente à imagem do caminho. Quando alguém vem para mim com uma questão, vejo, algumas vezes, que ele esqueceu algo ou deixou algo para trás, no passado. Então vou com ele de volta ao lugar onde isso está. Talvez precise ainda da bênção do pai ou da mãe. Ou foi um trauma que não foi ainda superado. Volto com ele ao lugar, ajudo-o a tomar ou soltar algo e retomo com ele imediatamente para o presente. É importante não ficar parado no passado!

Algumas vezes alguém encontra um limite, mas não é nenhum limite definitivo, é somente um obstáculo, ao longo do caminho. Eu o ajudo a remover o obstáculo e então ele continua.

Na verdade, fico sempre no mesmo lugar. Não continuo a andar com o cliente. Fico no lugar onde ele solta algo. Ele continua, então, sozinho.

*GEORG: Está bem*

## **Câncer de intestino**

HELLINGER *para Georg* O que há com você?

GEORG Sei que tenho câncer há três anos.

HELLINGER Que tipo de câncer?

GEORG Tumor no intestino. Já fui operado várias vezes, e agora os médicos não conseguem mais tirar as células do tumor do meu corpo.

HELLINGER Você é casado?

GEORG Sim, tenho uma mulher, mas não tenho filhos.

HELLINGER Quanto tempo você tem ainda?

GEORG *depois de refletir um pouco* Acho que menos do que a maioria de minha idade.

HELLINGER Sim. E você está olhando para frente, não mais para trás.

GEORG *muito comovido* Sim, algumas vezes posso olhar para longe e concordo com isso.

*Longo silêncio.*

GEORG Está bem.

# DO CURSO EM DRESDEN

*BEATA: A confiança*

## **Esclerodermia**

HELLINGER *para Beata* Como você se sente agora, que sentou aqui ao meu lado?

BEATA Estou nervosa, mas me sinto muito segura aqui.

*Beata se encosta em Hellinger que coloca o braço em sua volta.*

BEATA *após um tempo* Isso é bom.

HELLINGER Nós vamos esperar um pouco.

*após um tempo, enquanto a segura ainda* Agora me conte o que você tem. BEATA

Tenho esclerodermia há 11 anos. No momento penso que não vou conseguir mais. É como se a minha panela estivesse vazia, como se tivesse um grande peso nos meus ombros que me empurra para baixo. Por outro lado, penso que desperdiço minha energia de modo insensato.

*Nesse ínterim ela se endireitou.*

HELLINGER Você quer explicar o que é esclerodermia?

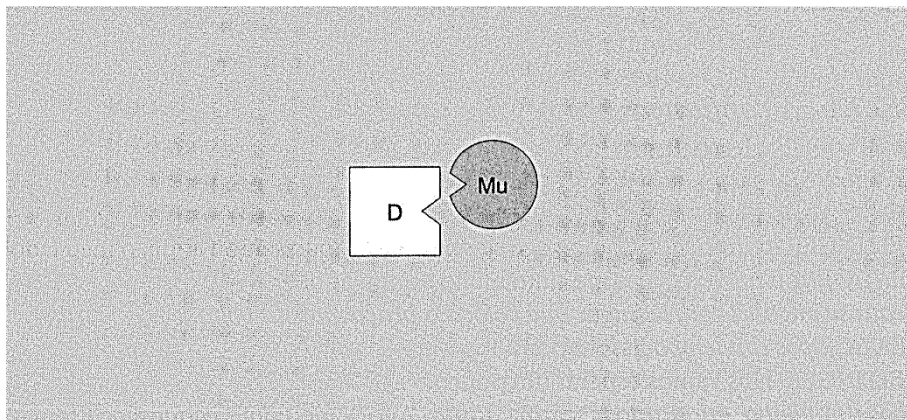
BEATA É uma doença do tecido conjuntivo. Tenho já, em princípio, muita falta de ar. Isso limita bastante a minha capacidade de trabalho. Não importa se trabalho fisicamente ou escrevendo. Também não quero reconhecer isso.

HELLINGER Coloque duas pessoas: a doença e você.

BEATA Não importa se escolho um homem ou uma mulher para a doença?

HELLINGER Escolha o que for mais adequado para você e as coloque, centrada, uma em relação à outra.

*Figura 1*

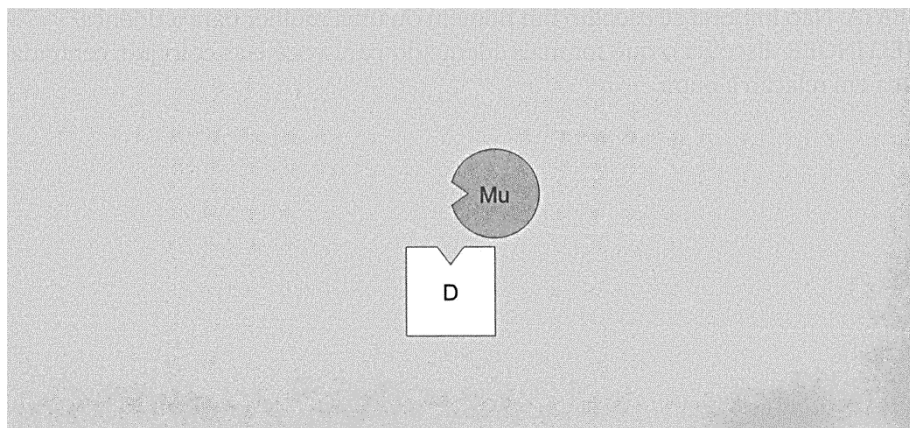


D Doença **Mu Mulher (=Beata)**

*Após um tempo, Hellinger vira a representante da doença mais em direção à representante de Beata e a deixa colocar o braço em torno dela. A representante de Beata olha para o chão.*

*Novamente, um pouco mais tarde, Hellinger endireita a cabeça dela para cima e a coloca no ombro da doença.*

Figura 2



BEATA *após um tempo* Assim não está certo.

HELLINGER Espere ainda um pouco.

*novamente, um pouco mais tarde, para a representante de Beata* Como você se sente?

MULHER Primeiro, foi terrível e agora, com a doença, sinto-me protegida. Sim, sinto-me protegida com a doença.

HELLINGER *para a representante da doença* E você?

DOENÇA Eu me sinto cada vez melhor. No começo não consegui assumir direito essa tarefa. Mas agora dá. Sinto-me forte.

*Após um tempo, Hellinger coloca novamente o braço em torno de Beata, de modo semelhante ao que a doença tinha feito com a representante dela. Beata se inclina para ele, mas olha constantemente para a constelação.*

HELLINGER *para Beata* Como você se sente?

BEATA Está ficando melhor.

HELLINGER Exatamente.

BEATA É como se pudesse confiar.

*Hellinger e Beata se olham.*

HELLINGER Acho que foi isso. De acordo?

BEATA Sim.

HELLINGER *após um tempo, para o grupo* Recentemente alguém me perguntou: como é que você aguenta se expor a tudo nas constelações? Ele queria dizer que, algumas vezes, eu me expunha a algo terrível. Não pude lhe dar nenhuma resposta, mas refleti sobre isso. O que então me veio, foi: eu me exponho, na verdade, somente à totalidade. Aí tudo tem o seu lugar e tudo é bom.

**CLAIRE: A alma**

## **Doença celíaca**

HELLINGER *para Claire* Do que se trata?

CLAIRE Estou novamente com uma doença que tive, quando era bebê. Chama-se doença celíaca. É uma reação à ingestão de farinha, onde se tem diarreia e se sente, no geral, uma merda. Fico espantada, pois não tive isso durante 29 anos e agora voltou. Mas já está um pouco melhor.

HELLINGER Quando é que recomeçou? Há quanto tempo atrás?

CLAIRE Foi no verão passado. Sou atriz e estava preparando um filme. Disseram-me, que para receber o papel, deveria emagrecer um pouco. Então tentei emagrecer durante três meses, para começar o filme.

HELLINGER Acho terrível algo assim.

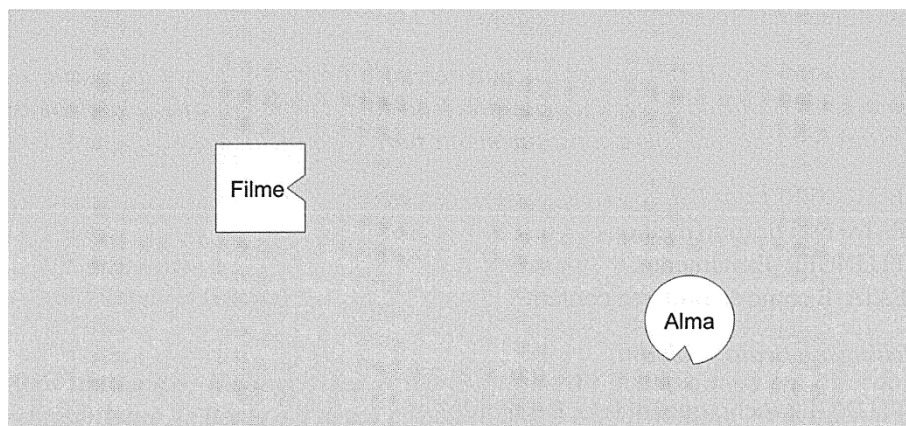
CLAIRE Não emagreci tanto assim. Não foram 10 kg, foram três ou quatro.

HELLINGER Vamos constelar agora o filme e sua alma. Está bem, faça isso.

CLAIRE Minha alma e o filme?

HELLINGER Sim, sua alma e o filme.

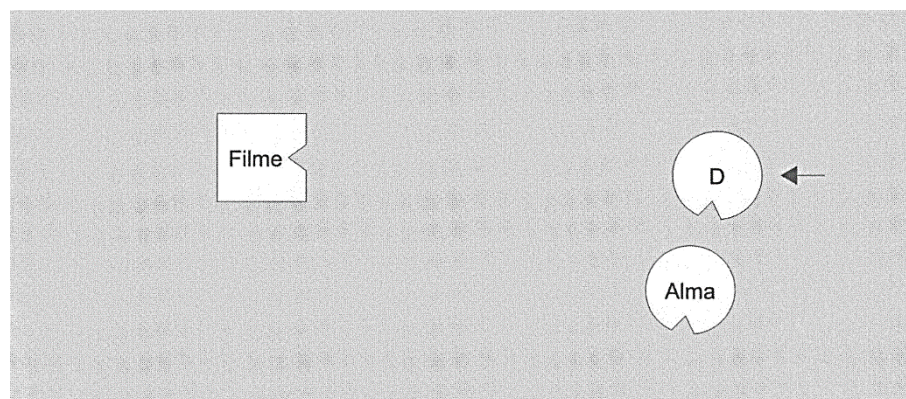
Figura 1



HELLINGER *para Claire, depois que ela colocou os representantes* Agora coloque também a doença.

*Primeiro Claire coloca a doença entre o filme e a alma. Depois, coloca a doença atrás da alma.*

Figura 2



D Doença

HELLINGER *para a alma* Como você se sente?

ALMA No momento, melhor. Estava pior quando ela colocou o filme ao meu lado. O melhor foi quando a doença estava entre nós. Também agora é melhor sem ela.

HELLINGER *para a doença* Para você?

DOENÇA Sinto-me triste e estou mal. Tenho uma sensação de vômito na garganta.

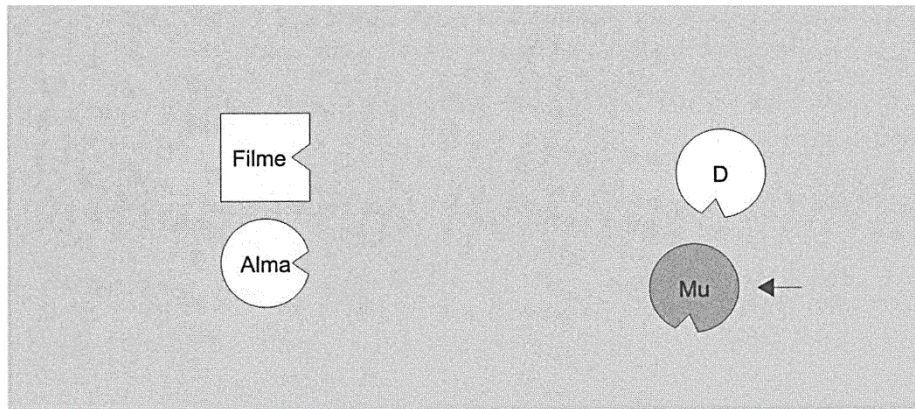
HELLINGER E para o filme?

FILME Sou uma ameaça para ela, sinto isso muito fortemente. Desviei os olhos dela por gentileza e olhei para a frente, para que ela não se sentisse tão ameaçada.

HELLINGER *para Claire* Coloque-se no seu lugar.

*Claire troca de lugar com a alma. Então Hellinger coloca a alma ao lado do filme.*

Figura 3



**Mu Mulher (=Claire)**

HELLINGER *para o filme* Como você se sente quando a alma está ao seu lado?

FILME É bom.

HELLINGER Para a alma?

ALMA É bom também.

HELLINGER *para Claire* Como você se sente?

CLAIRE Estou com um pouco de ciúmes. *Ela ri.*

HELLINGER *para a doença e para a alma* Agora mudem vocês duas as posições. *Hellinger coloca a alma bem perto, atrás de Claire.*

Figura 4

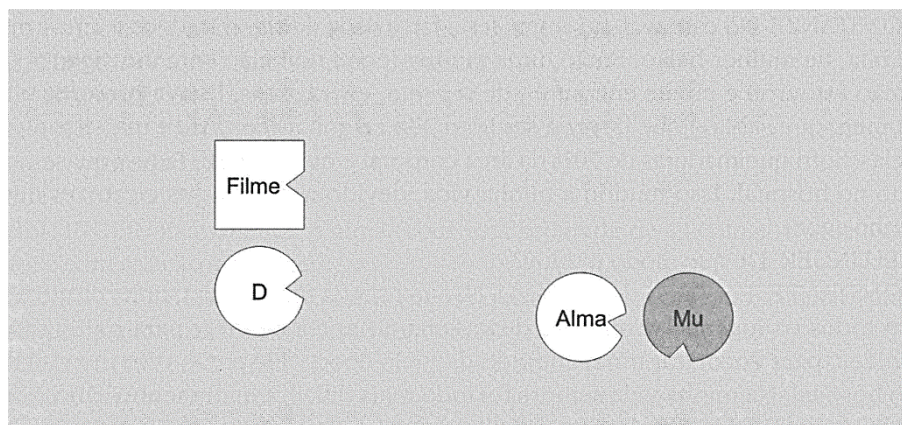


HELLINGER *para Claire* Que tal agora?

CLAIRE Agora me sinto melhor.

*Hellinger coloca a alma entre Claire, a doença e o filme.*

Figura 5



CLAIRE Agora não consigo mais ver os outros.

HELLINGER Como você se sente assim?

CLAIRE Humm, está absolutamente bom.

HELLINGER Como a alma se sente?

ALMA Bem.

HELLINGER E o filme?

FILME Eu me sinto bem mais leve e tenho mais ar.

DOENÇA Me sinto melhor também. Tem muito calor aqui e posso olhar e deixar as duas lá.

HELLINGER *para Claire* Não sei o que isso significa, mas vou deixar assim. De acordo?

*Claire concorda com a cabeça e ri.*

## CONSTANZE: A insatisfação

### **Câncer de pele, queimaduras graves**

HELLINGER *para Constanze* O que você tem?

CONSTANZE Há um ano que tenho câncer de pele e também queimaduras.

HELLINGER O que significa isso?

CONSTANZE Eu me queimei, um dia, no fogo.

HELLINGER Qual era a sua idade, nessa época?

CONSTANZE 26.

HELLINGER O que aconteceu?

CONSTANZE No carnaval, fui a uma festa fantasiada de algodão-doce e uma irmã minha, de mulher-balão. Então, uma mulher tocou no balão com um cigarro. O balão estourou e eu me encontrei, de repente, em chamas. Estava presente um homem que sabia o que deveria ser feito. Ele rasgou as cortinas e me envolveu nelas. Sofri queimaduras de 70% da área corporal e quase morri. Fiquei quase um ano no hospital. Isso mudou a minha vida, devido a todas essas cicatrizes que tenho agora.

HELLINGER De que modo mudou?

CONSTANZE Por causa dos homens. Não me sentia mais bonita, tinha cicatrizes em todos os lugares. Aconteceu duas semanas antes de eu ir para os Estados Unidos, para encontrar um namorado daquela época. Ele então veio me visitar, no hospital. Na minha vida sempre foi tudo mais difícil, e agora tenho câncer de pele. A minha vida é realmente difícil!

HELLINGER Recentemente, alguém disse: “Não se pode ajudar aqueles que têm insatisfações.” O que aconteceu com o fogo? Você disse que quase morreu. E o que aconteceu, realmente?

CONSTANZE Não fui para os Estados Unidos encontrar o meu namorado. Fiquei em casa. Sempre fiquei em casa, na empresa de minha família. É o que aconteceu.

HELLINGER Até agora foi um monte de reclamações. E o que aconteceu, realmente?

CONSTANZE Todos cuidaram de mim. Todos os meus irmãos cuidaram de mim. Todos eles vieram.

HELLINGER O que acontece com a sua alma, quando você conta isso?

CONSTANZE Ela treme.

HELLINGER Exatamente. A minha iria tremer também.

CONSTANZE Mas não sei por que ela treme.

HELLINGER Diga para ela: “Você esteve ao meu lado.”

CONSTANZE Você esteve ao meu lado.

HELLINGER Como se sente sua alma, agora?

CONSTANZE Ela pensa: ainda estou com você, sempre.

HELLINGER E você, está com ela?

CONSTANZE Ela se esconde.

HELLINGER Exatamente. A alma se esconde de você. Você não respeitou o presente.

CONSTANZE Qual presente? Que ela esteve comigo quando me queimei?

HELLINGER E que você sarou de novo.

CONSTANZE Sim.

HELLINGER Como você se sente, quando dá um presente precioso para alguém e ele o joga fora? Como você se sente?

CONSTANZE Isso me machuca. Me faz ficar muito triste.

HELLINGER E qual é, então, o resultado?

CONSTANZE Eu me escondo.

HELLINGER Exatamente. Então lhe falta força. Agora mostrei a você um caminho.

CONSTANZE Um caminho? Aceitar o presente precioso?

HELLINGER Você tomou o meu presente?

CONSTANZE Eu queria um outro presente.

HELLINGER Exatamente. É isso. Você está olhando para mim. Mas quem está à porta, querendo entrar?

CONSTANZE Talvez a alma?

HELLINGER Exatamente. A alma. Você está separada de sua alma. O que ajuda você com relação ao câncer?

CONSTANZE É isso que não sei. Só penso que seja um sinal. Com o câncer? Para o câncer queria fazer a constelação da família.

HELLINGER Sem a alma, não acontece nada aqui.

*para o grupo* Gostaria de dizer algo com relação a doenças psicossomáticas. Com relação a doenças psicossomáticas, muitos têm a ideia de que a doença vem da alma, e que vai embora quando se coloca a alma em ordem. Eles consideram, com isso, a alma como algo que se usa para ficar saudável, como quando se toma um remédio e se fica saudável novamente. Mas a alma não se deixa ser usada para a saúde. Os seus objetivos vão muito além disso. O importante é conquistar a alma para que nos ajude. Por exemplo, à medida em que a respeitamos e nos deixamos levar por ela e sua determinação, mesmo que esse conduzir seja através de uma doença.

Muito frequentemente, a doença psicossomática é tratada como se não se tratasse da alma e do corpo, mas do eu e do corpo. No entanto, isso não seria psicossomática, mas egossomática, poderia se denominar assim. Quando, por exemplo, se diz: “Isso é condicionado pela alma, por isso contenha-se”, não queremos dizer a alma, mas o eu. À alma, submete-se. Esse submeter-se é algo bem humilde, e essa humildade cura.

*para Constanze* Você entendeu isso?

CONSTANZE Tento entender.

HELLINGER Vou lhe dar um pouco de tempo. Está bem?

*Constanze concorda com a cabeça.*

HELLINGER *para o grupo* O que acabei de dizer sobre os doentes vale naturalmente para os terapeutas também. Que ele se afaste do que planeja e entre em sintonia com o movimento do doente. Que sinta o movimento da alma, acompa-

nhe esse movimento e faça justiça a ele frente às ideias e desejos do doente. Quando, então, a alma tem chance, existe algo que tem um bom efeito. Está-se com os pés no chão e se confia nas forças que vêm de dentro.

Frequentemente, clientes ou pacientes vem para um terapeuta e dizem: ajude-me, constele agora a minha família para que fique novamente bem. Isso é um apelo ao poder imaginário do terapeuta, como se ele tivesse esse poder. Se o terapeuta cair nessa e agir de acordo com isso, então a alma não vai vibrar. E o trabalho está fadado ao fracasso.

## *HEINRICH: O passo para os mortos*

### **Câncer de intestino grosso, Uma criança foi abortada**

HELLINGER *para Heinrich, após a constelação de sua família atual* Não tenho muita certeza se pude tirar você disso totalmente. Sente-se ao meu lado. Vou tentar ainda algo com você, um exercício profundo. Devo?

HEINRICH Sim, com prazer.

HELLINGER Feche os olhos. Respire calma e profundamente. Curve a cabeça bem levemente para a frente. Deixe-a cair. Imagine que você vai para frente, para os mortos... bem na profundidade, para os mortos, sejam quem for..., incluindo essa criança... até que você chegue a eles... então, deite-se ao lado deles... até que você fique quieto, junto deles... totalmente quieto... A excitação da terra relaxa... e você fica totalmente quieto... você é um deles... Até você chegar lentamente à quietude... até que fique totalmente quieto. Deixe a cabeça cair mais profundamente. *após uma pausa* Somente depois que você estiver bem quieto, sentirá a força deles... a força dos mortos... porque eles estão recolhidos. Entre eles, você é o menor.

Preste atenção ao que eles dão a você... cada um deles... Se você realmente está entre eles, virá algo deles para você... Respire fundo... Tome agora, de boca aberta... E deixe algo com os mortos, por exemplo, a dor... e a culpa... ou seja lá o que for. Talvez eles presenteiem você, também, com uma dor que pertence a você. *novamente, após uma longa pausa* Quando terminar, suba lentamente... e volte.

*Heinrich continua, por um longo tempo, na profundidade. Então se endireita lentamente e abre os olhos.*

HELLINGER *para Heinrich* Não fale com ninguém. Está bem?

*Heinrich concorda com a cabeça e agradece.*

## *ANGELIKA: Nós três*

### **Distrofia muscular**

HELLINGER *para Angelika* Vou trabalhar com você, se você quiser.

ANGELIKA Sim.

HELLINGER O que você tem?

ANGELIKA Desde o meu nascimento, sofro de distrofia muscular, uma doença hereditária que vem da família de minha mãe. Surgiu quando tinha 15 anos —

tenho agora 30 anos. Era esportista, nadadora e meu rendimento esportivo diminuiu rapidamente. A doença é, em todo o caso, progressiva e minhas forças diminuem. Percebo que quero estar bem em todos os níveis. Em minha família está acontecendo certas coisas, no momento. O relacionamento com minha mãe é de alguma forma...

HELLINGER Está bem, isso me basta. Encoste-se em mim.

*Angelika se encosta em Hellinger. Coloca o braço em torno dele que também coloca o braço em torno dela.*

HELLINGER Quem estou representando, agora?

ANGELIKA Minha mãe.

HELLINGER Exatamente. Estou representando agora a sua mãe.

*Hellinger a abraça e a segura firme. Ela também coloca ambos os braços em torno dele. Angelika chora.*

HELLINGER *após um tempo* Como você chamava a sua mãe?

ANGELIKA Mamãe.

HELLINGER Diga para ela: “Querida mamãe.”

ANGELIKA Mamãe.

HELLINGER “Eu tomo a vida, mesmo por esse preço.”

ANGELIKA Eu tomo a vida, mesmo por esse preço.

HELLINGER “Com amor.”

ANGELIKA Com amor.

HELLINGER “Querida mamãe.”

ANGELIKA Querida mamãe.

HELLINGER *após um tempo* Como você supõe que sua mãe se sente, sabendo que você herdou essa doença dela?

ANGELIKA Ela não se sente bem.

HELLINGER Exatamente.

*Hellinger solta o abraço e Angelika enxuga as lágrimas. Ela respira fundo.*

HELLINGER *após um tempo* E como você se sente com essa vida?

ANGELIKA Não tão bem.

*Hellinger escolhe uma representante e pede para que se sente em frente à Angelika.*

HELLINGER *para Angelika* Esta seria a doença. Diga para ela: “Eu tomo você com minha mãe.”

ANGELIKA Preciso tocar nela.

*Ela estende o braço para a doença e sorri para ela.*

ANGELIKA Eu tomo você com minha mãe.

HELLINGER “Vocês duas pertencem uma a outra.”

ANGELIKA Vocês duas pertencem uma a outra.

*Ela chora.*

HELLINGER Olhe para ela. Respire fundo.

*após um tempo* Feche os olhos. Tome a doença e a mãe — ambas agora — em sua alma.

*Ela fecha os olhos e inclina a cabeça.*

HELLINGER *após um tempo* E diga: “Nós três.”

ANGELIKA *espera longamente e então diz* Nós — nós três.

HELLINGER “Somos uma.”

ANGELIKA *chora* Somos uma.

HELLINGER Deixe-as fluir juntas, até que se tomem uma unidade.

*Angelika permanece imóvel por um longo tempo. Então, encosta a sua cabeça em Hellinger e chora.*

HELLINGER *após um tempo* Como você se sente agora?

ANGELIKA Melhor.

HELLINGER E como a sua mãe se sente?

ANGELIKA Melhor também.

HELLINGER E a doença?

DOENÇA Também melhor.

HELLINGER *para a doença* Como você se sente?

DOENÇA Eu estou bem.

HELLINGER *para Angelika* É assim o destino especial de vocês.

*Angelika se solta de Hellinger e enxuga as lágrimas. Ela continua segurando a doença pela mão.*

HELLINGER Vou contar para você uma história sobre a vida. Devo?

ANGELIKA Sim.

HELLINGER No ano passado, dei um curso em Londres. Lá estava uma mulher de aproximadamente 40 anos que tinha tido paralisia infantil quando criança, e que tinha sarado. Mas há três anos atrás ela tornou-se fraca e estava numa cadeira de rodas. Estava sentada ao meu lado e eu lhe disse que deveria imaginar que tivesse crescido totalmente saudável, como outras meninas. E deveria imaginar a sua vida como realmente tinha sido, com a doença e suas fraquezas. Então lhe perguntei: *which life is more precious?* Qual vida é mais preciosa?

Ela era uma mulher bem esperta. Começou imediatamente a contar tudo que era possível. Eu lhe disse: fiz uma pergunta bem simples: *which life is more precious?*

Ela lutou consigo durante um longo tempo. Ai, então, as lágrimas vieram. E ela disse: *this life is more precious!* Esta vida é mais preciosa.

*para Angelika* Isso tem uma grandeza e uma força especiais. De acordo?

ANGELIKA *o abraça* Sim.

HELLINGER Todo o amor para você.

## SUSANNE: Querida criança

### **Inflamação uterina crônica**

HELLINGER *para Susanne* Que acontece com você?

SUSANNE Há dois anos tenho uma inflamação uterina crônica que simplesmente não desaparece. Permanece sempre igual e é intensa. Desaparece, de vez em quando por algumas horas mas, na verdade, está sempre lá. Isso me pesa muito, porque com isso estou sempre muito limitada.

HELLINGER Você é casada?

SUSANNE Não.

HELLINGER Você tem filhos?

SUSANNE Não.

HELLINGER Aconteceu algo?

SUSANNE Sim, fiquei grávida uma vez, mas perdi a criança depois de dois meses. Isso aconteceu há três anos atrás. Desde então não tive nenhum relacionamento mais.

HELLINGER Você a perdeu. Foi um aborto espontâneo?

SUSANNE Sim.

HELLINGER Algo aconteceu em sua alma. O que aconteceu em você?

SUSANNE Eu não a quis. Não queria naquele momento. Sempre tinha pensado:

sim, mas agora não, por favor, mais tarde. Eu reprimi isso muito, mas ainda está lá.

HELLINGER Feche agora os olhos. Imagine a criança e tome-a de volta no seu colo. Abrace-a com amor.

*após um tempo* E diga a ela, internamente: “Querida criança.”

*Ela sorri e concorda com a cabeça.*

HELLINGER *novamente, após um tempo* E então deixe-a partir com amor. Bem suavemente.

*Ela inclina a cabeça.*

HELLINGER Agora levante-a e tome-a em seu coração.

*após um tempo* Está bem?

SUSANNE Sim.

HELLINGER Bom, foi isso, então.

## Os mortos

HELLINGER *para o grupo* Gostaria de dizer algo sobre os mortos. A partir da experiência, da observação e dos efeitos que vemos é de se supor que os mortos fiquem por um tempo. Estão ausentes de tal forma que não os vemos, mas estão presentes através do efeito em nós, como se estivessem aí.

A alma da família abarca tanto os vivos quanto os mortos. Por isso, os mortos precisam de um lugar na família. Alguns têm medo de que os mortos talvez atrapalhem. Pelo contrário. Os mortos são, em primeiro lugar, poderosos e, em segundo lugar, suaves. Eles estão direcionados para os vivos.

*para Susanne* Também uma criança morta está direcionada, está direcionada para a mãe e para o pai. Vê-se isso nos efeitos.

Mas, depois de um tempo, os mortos se recolhem. Quando são respeitados e acolhidos; quando lhes foi permitido atuar e quando, por assim dizer, completaram, então se afastam. E precisamos deixá-los partir. É um movimento interno, de volta. Para onde, não sabemos.

*para Susanne* Quando nós os seguramos, por exemplo, através de uma recordação muito longa, então isso atrapalha o movimento. Portanto, depois de um tempo a criança também pode sair de seu coração. Então, está realmente morta e em paz. Isso é importante. Mas, por um tempo, você precisa ficar com ela, assim, no mínimo, um ano. Está bem?

SUSANNE Sim.

HELLINGER Bom, foi isso, então.

## DO CURSO EM LEIPZIG

*HERMANN E ROSA: Um pouco, mas não demais*

### **Um casal que não consegue se decidir**

HELLINGER De que se trata?

HERMANN Trata-se de nosso relacionamento. Meu problema é que Rosa não entra totalmente no relacionamento. Ela tem medo de investir totalmente nele.

HELLINGER Algum de vocês teve um relacionamento firme antes?

HERMANN Já fui casado, estou divorciado há 14 anos e tenho uma filha de 18 que mora com a minha ex-mulher.

HELLINGER Uma segunda mulher não tem a coragem de tomar totalmente o marido. É assim.

HERMANN Mas acho que se pode mudar isso. *Ele ri.*

HELLINGER Não sei. Tão barato assim não se consegue.

HERMANN Isso é claro para mim.

HELLINGER *para Rosa* Você quer acrescentar algo a isso?

ROSA Não é a primeira vez que não me deixo envolver realmente num relacionamento. Na verdade, nunca fiz isso. Vendo deste lado, acho que tem muito a ver comigo. Tem muito a ver com o meu passado, tenho medo de que alguém fique muito próximo a mim.

HELLINGER Você não é capaz de manter um casamento ou algo semelhante?

ROSA Poderia se expressar assim.

HELLINGER Vocês têm filhos?

HERMANN Não.

ROSA Também não somos casados. O Hermann gostaria de se casar comigo. Eu tenho medo. Tive uma hérnia de disco, quando pensamos em ficar noivos. Então, em todo o caso, ficou terminado. *Ambos riem.*

HELLINGER Eu acho que essa é a melhor solução. Um pouco, mas não demais.

ROSA Com o tempo, isso não é satisfatório.

HELLINGER Se não fosse satisfatório, vocês já teriam mudado isso. É o melhor possível para vocês.

*Ambos se olham agora, longa e seriamente.*

HELLINGER Agora chega a seriedade. Deixo aqui.

*para o grupo* Agora estamos todos com os pés no chão: eles estão com os pés no chão, eu também estou com os pés no chão. No chão podemos andar; nos castelos de nuvens, não.

*RUDOLF E ULRIKE: Olhar nos olhos*

### **Um casal que sofre por ciúmes**

RUDOLF Minha mulher é ciumenta.

HELLINGER Ciúme significa que o ciumento quer se livrar do parceiro. É assim?

ULRIKE Não, não é assim.

HELLINGER Não tenho muita certeza. O ciumento quer exatamente o contrário daquilo que alega. Não quer segurar o parceiro, quer se livrar dele. O ciúme é

também o meio infalível de alcançar isso. Mas em vez de se separar, ele mesmo quer levar o parceiro a dar esse passo. Essa é a função do ciúme. Um consolo para todos aqueles que sofrem disso.

ULRIKE Estou totalmente estupefata. Até agora o ciúme, para mim, era mais um problema que tinha a ver com a minha autoestima, portanto, que eu precisava me comparar ou me comparava.

HELLINGER O que o homem ama na mulher, além de que ela seja mulher? O que a mulher ama no homem, além de que ele seja homem? Os dois amam a alma, e ela é incomparável. De acordo?

ULRIKE Sim.

RUDOLF Sim.

HELLINGER *quando os dois se olham nos olhos* Onde é que se vê a alma? Vê-se nos olhos. Aquele que olha o outro nos olhos não vê outra coisa.

*MANUEL E FELIZITAS: Sim, com prazer*

## **Decidindo ficar juntos e ter um bebê**

HELLINGER *para Manuel e Felizitas* De que se trata?

FELIZITAS Vamos ter o nosso bebê em aproximadamente três semanas. A gravidez correu para nós mais com baixos do que com altos. Tenho uma sensação de que não posso ter o bebê. Não estou pronta. Nos dois últimos dias, percebi que nós dois carregamos um pesado fardo de nossas famílias de origem, e que a minha maternidade está muito afetada pela minha família.

HELLINGER Não preciso de tantos detalhes. O essencial vamos ver de qualquer modo. Vocês são casados?

FELIZITAS Não.

HELLINGER Por que não?

FELIZITAS Até agora não pensei muito em casamento e também não queria isso.

HELLINGER E o que o bebê quer? Você pode imaginar isso?

FELIZITAS Ele quer uma família.

HELLINGER Exatamente. Hoje em dia não é tão moderno se casar. Você sabe por quê? Existe somente uma razão. Existe praticamente somente uma razão: o desejo de uma juventude prolongada.

FELIZITAS Sim, existe algo de verdade nisso.

HELLINGER Mas com o bebê a juventude acaba.

FELIZITAS Este é, penso eu, de qualquer modo um tema.

HELLINGER O que o companheiro diz com relação a isso?

MANUEL Tenho um problema com o bebê quanto mais se aproxima sua chegada. Percebo, que no momento, não encontro nenhum lugar para ele.

HELLINGER Você entra em competição com o bebê.

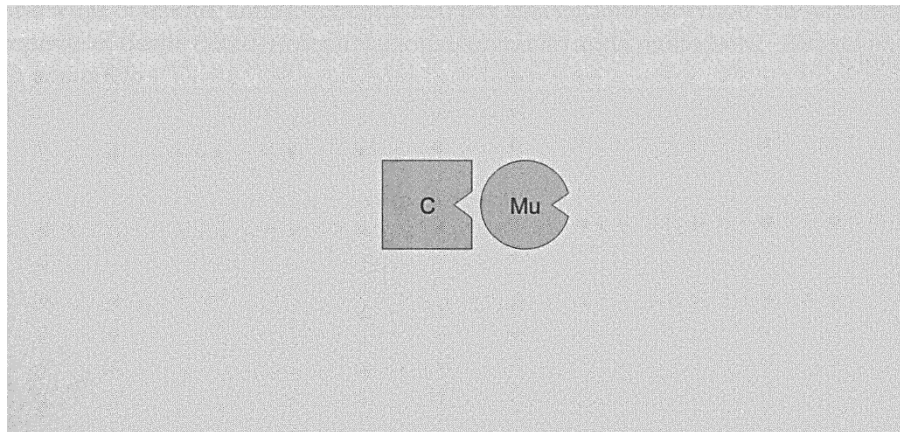
MANUEL Não vejo isso dessa forma.

HELLINGER Vamos fazer um exercício bem simples.

*Após um tempo, Hellinger escolhe um representante para o pai de Manuel, coloca-o atrás dele e pede para que coloque as mãos nos ombros de Manuel.*

*Hellinger coloca Felizitas no meio e Manuel atrás dela. Ele fala para Manuel colocar as mãos nos ombros de Felizitas e para que ela se encoste de costas em Manuel.*

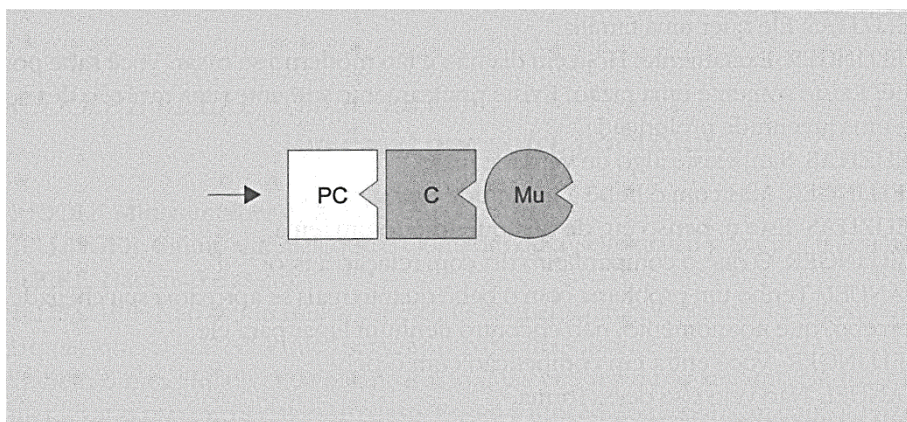
Figura 1



**C Companheiro (=Manuel)**

**Mu Mulher (=Felizitas)**

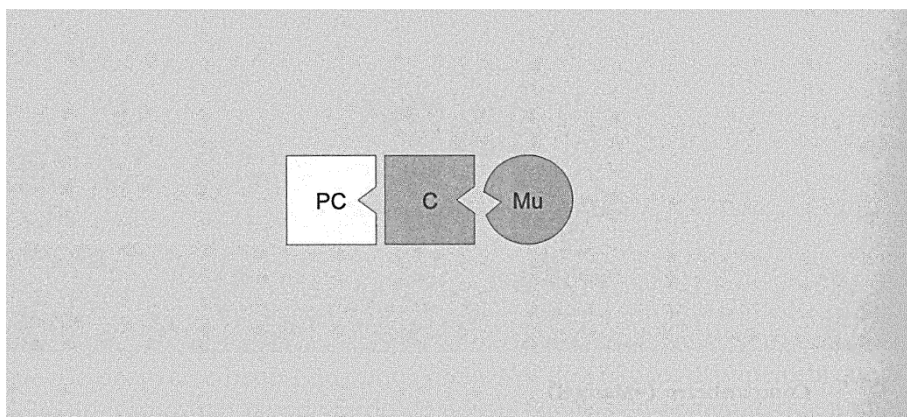
Figura 2



PC Pai do companheiro

*Após um tempo, Hellinger inclina a cabeça de Manuel levemente para frente, de forma que toque a cabeça de Felizitas. Um pouco mais tarde, Hellinger vira Felizitas para Manuel. Ambos se abraçam. Felizitas coloca cabeça em seu peito.*

Figura 3



HELLINGER *após um tempo, para Manuel e Felizitas Olhem-se nos olhos. para Manuel* Diga para ela, se conseguir: “Sim.” Você precisa olhar para ela nos olhos, ao dizer isso.

MANUEL *depois de hesitar um pouco* Sim.

HELLINGER *para Felizitas* Diga também.

FELIZITAS Sim.

HELLINGER Diga: “Com prazer.”

FELIZITAS Com prazer.

HELLINGER *para Manuel* Diga você também para ela.

MANUEL *depois de hesitar um pouco* Com prazer.

HELLINGER Diga de forma que ela acredite. Espere até que a alma concorde e olhe nos olhos dela. Você precisa dizer sim para os dois.

*O representante do pai coloca de novo as mãos nos ombros de Manuel.*

MANUEL *depois de um momento, com voz firme* Sim, com prazer.

HELLINGER Você fez muito bem.

*para Felizitas* Está bem assim? *Ela concorda com a cabeça.* Você precisa olhar para ele. Diga também: “Sim, com prazer.”

FELIZITAS Sim, com prazer.

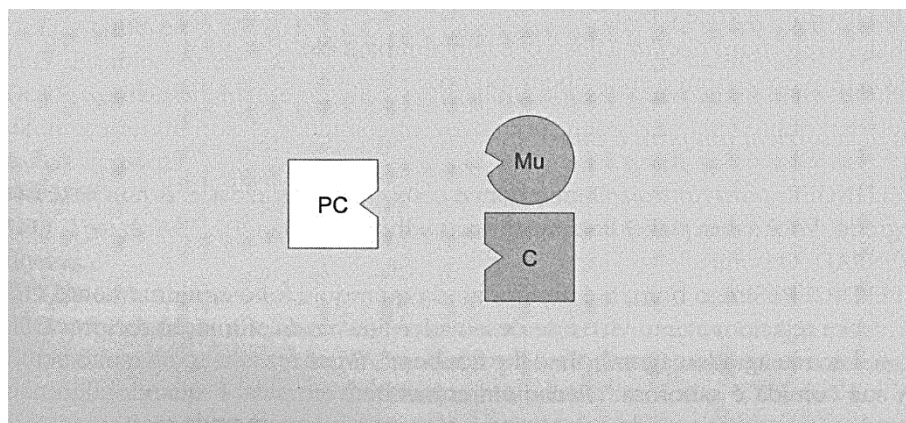
HELLINGER *após um tempo, enquanto os dois se olham* O que ainda deve ser resolvido com relação às famílias de origem pertence a um outro contexto. Aqui está o essencial: vocês dois são as pessoas essenciais aqui.

*para Manuel, que enxuga uma lágrima* Está bem para você?

MANUEL Sim. Que tinha a ver com meu pai, estava claro para mim. Ele morreu de repente e, desde então, nosso relacionamento não anda muito bem. *Ele está muito comovido.*

HELLINGER Coloque-se agora ao lado da mulher, em frente ao pai.

Figura 4



*Quando Manuel está ao lado de Felizitas, ele coloca o braço em volta dela e a acaricia.*

HELLINGER *para Manuel* Diga para seu pai: “Olhe para nós e para nosso bebê com carinho.”

MANUEL Olhe para nós e para nosso bebê com carinho.

HELLINGER “Veja, a vida continua.”

MANUEL Veja, a vida continua.

PAI DO COMPANHEIRO + Faço isso com prazer.

HELLINGER *para Manuel* Está bem?

MANUEL Sim.

HELLINGER *para Felizitas* Está bom assim para você?

FELIZITAS Sim.

HELLINGER Tudo de bom para vocês e para o bebê.

## *KONRAD E CECILIA: O bom pode se tornar melhor*

### **O casal se permite um novo começo**

HELLINGER *para Konrad e Cecilia* De que se trata?

KONRAD Trata-se naturalmente de nosso relacionamento. Vivo, constantemente, numa tensão de querer fazer algo de bom. Acho que foi assim a vida toda para mim.

HELLINGER *diga para ela*: “Sou bom.” Olhe para ela, ao falar isso. Diga simplesmente: “Sou bom.”

KONRAD Sou bom.

HELLINGER “E você é boa.”

HELLINGER *para Cecilia* Diga você também para ele.

CECÍLIA Você é bom e eu também sou boa.

*Os dois sorriem um para o outro.*

HELLINGER *para Konrad* Com o bom é como com a felicidade. Aqui existe um segredo. Você sabe qual é? Pode se tornar melhor.

KONRAD O bom?

HELLINGER Sim, o bom. E é melhor ainda quando é feito conjuntamente.

Um relacionamento vive e se desenvolve através da afirmação recíproca: “É bom, isso me agradou agora”, “Isso lhe fica bem”, “Você fez isso agora muito bem”, “A sua comida é saborosa.” Penso em coisas bem simples. E quando algo não agrada a uma pessoa, pode-se perguntar: “Quem sabe o que pode ser bom nisso?” Existe ainda um segredo, como se firma e se desenvolve um relacionamento. Um rio vive da fonte. Ele nasce daí, é daí que se desenvolve. Quando está difícil volta-se à fonte, para o primeiro encontro, por exemplo. Quando se visualiza isso, talvez as fisionomias comecem a brilhar.

Existe ainda outro segredo para o bom relacionamento de casal. Sobre aquilo que não deu certo ou onde existiram problemas, não se fala mais. Simplesmente não se fala, nem se pensa mais nisso. Pode-se fazer isso. As pessoas capazes conseguem fazer isso.

KONRAD *para Hellinger* Ela acabou de perguntar se conseguiremos fazer isso. Eu disse para ela: sim, nós vamos conseguir fazer isso.

HELLINGER Bom. Existe ainda mais um segredo para bons relacionamentos. Isso vai junto com o que acabei de dizer: permitam-se, reciprocamente um novo começo. *para Konrad* Algo mais, ainda?

KONRAD Você pode perguntar a ela?

HELLINGER *para Cecilia* Algo mais, ainda?

CECÍLIA Não. Ficou bem claro.

HELLINGER Vocês estão satisfeitos ou existe ainda uma questão?

CECÍLIA Na verdade, é o suficiente.

KONRAD Sim, é o suficiente.

HELLINGER Também acho assim. Um casal tão capaz, assim como vocês, faz o resto sozinho.

*Os dois riem.*

## LEO E HELGA: Deixo você partir, com amor

### Luto por duas mulheres falecidas

HELLINGER *para Leo e Helga* O que há com vocês?

LEO Estamos juntos há três anos e meio, vivemos juntos há três anos e meio. Desde aproximadamente um ano, constatamos quase que diariamente enormes diferenças entre nós. Nos últimos meses temos pensado se faz sentido trabalhar essas diferenças.

HELLINGER Como era antes? Deve ter acontecido algo.

LEO Tive dois relacionamentos firmes que terminaram com a morte das companheiras.

HELLINGER De que elas morreram?

LEO A primeira mulher morreu dentro de três dias de uma hemorragia cerebral. Não era casado com ela. A segunda, com a qual era casado, morreu num acidente de carro enquanto estávamos de férias, em Namíbia.

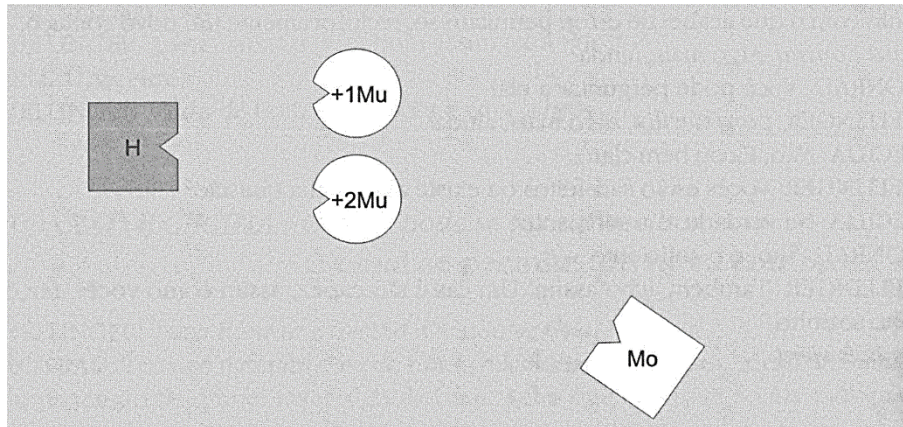
HELLINGER Quem estava dirigindo?

LEO Uma outra pessoa. Éramos sete e um do grupo estava dirigindo quando ocorreu o acidente. Foi no meio do deserto e demorou uma hora e meia até que chegasse socorro. Naturalmente que sempre surge a pergunta entre nós: até que ponto trago essa experiência para dentro do nosso relacionamento.

HELLINGER Escolha agora duas representantes para as duas mulheres falecidas e um para o motorista.

*Depois que Leo escolheu os representantes, Hellinger os coloca um em relação ao outro e em relação a Leo.*

Figura 1



**H Homem (=Leo)**

+ 1MPrimeira mulher, morreu de hemorragia cerebral

+2Mu Segunda mulher, morreu num acidente de carro

Mo Motorista do carro acidentado

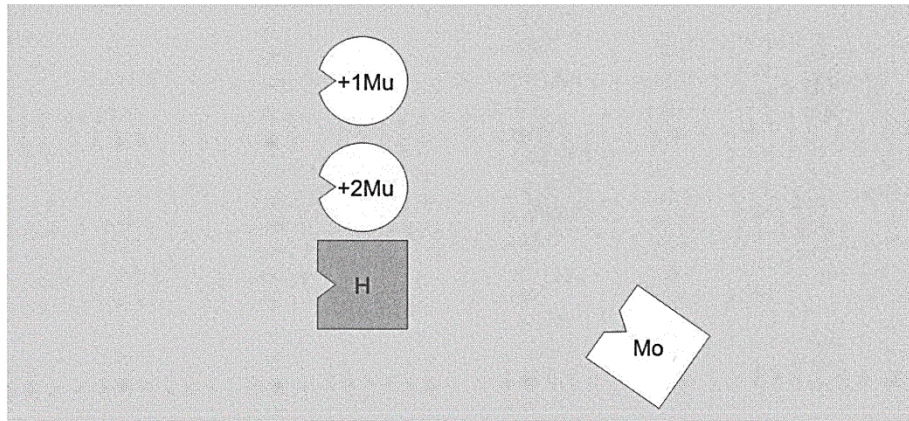
HELLINGER Agora vou esperar um pouco até que veja como vocês estão. *após um tempo, para Leo* Vá até a sua segunda mulher e a segure firme. Segure-a firme, seguindo totalmente a sua sensação.

*Ele vai até ela e ambos se abraçam, longa e intimamente. Depois se soltam do abraço e olham-se nos olhos. Depois se abraçam por um longo tempo, soltam-se e se olham novamente nos olhos.*

HELLINGER *para Leo* Coloque-se ao lado dela e coloque o braço em torno dela.

*Ele se coloca ao lado dela e ambos colocam os braços ao redor do outro, por*

*detrás.*  
*Figura 2*



*Ambos se abraçam novamente e estão profundamente comovidos.*

HELLINGER *para Leo* Siga o movimento como ele vier. Respire profundamente, de boca aberta.

*depois de um tempo, quando os dois se soltam novamente, para Leo* Agora diga para ela: "Eu deixo você partir."

LEO Eu deixo você partir.

HELLINGER "Com amor."

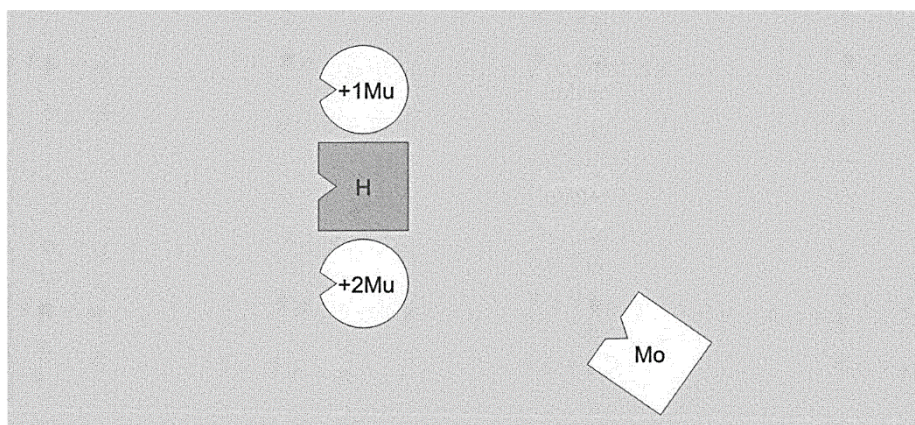
LEO Com amor.

*Leo soluça fortemente. Ambos se abraçam novamente.*

HELLINGER Ceda à dor. "Eu deixo você partir com amor."

HELLINGER *depois de um tempo, quando os dois se soltam, para Leo* Agora se coloque entre as duas mulheres e coloque o braço em torno de ambas.

*Figura 3*



*Todos os três colocam os braços ao redor do outro por detrás e se olham.*

HELLINGER *após um tempo, para Leo* Como você se sente agora?

LEO *suspira* Mais leve.

HELLINGER Você não fez luto totalmente naquela ocasião. Agora você recuperou um pouquinho. Isso honra as mulheres falecidas. O seu luto honra as mulheres falecidas. Guarde-as no coração, as duas. Então, você precisa, depois de um certo tempo, deixá-las partir de seu coração. Os mortos não têm paz quando não deixamos que partam. Existe algum sentimento com relação ao motorista que está lá atrás?

LEO *depois de alguma hesitação* Perdão.

HELLINGER O perdão não é permitido. Mas deixe que ele fique lá sem acusações.

LEO Sim.

HELLINGER É isso. Você o deixa lá sem acusações. Está bem?

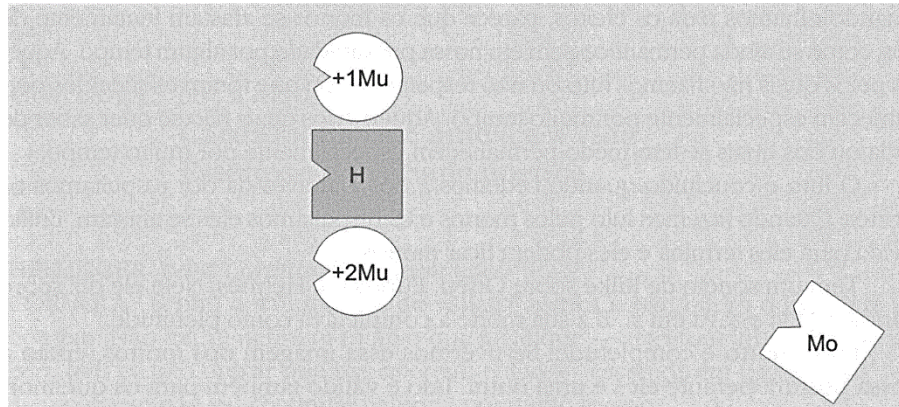
LEO Sim.

HELLINGER *para o motorista do carro* Como você se sente?

MOTORISTA Gostaria de me afastar um pouco.

HELLINGER Faça isso.

Figura 4



HELLINGER *para o grupo* Qualquer acusação iria impedir o luto. *para a segunda mulher falecida* Como você se sente agora?

SEGUNDA MULHER + Agora estou bem. Antes não estava nada bem. Existia simplesmente um forte vínculo emocional com ele. Agora está bem.

HELLINGER *para Leo* Ela não conseguia soltar porque você não fez luto, não fez luto total. Isso emergiu agora.

*para a primeira mulher falecida* Para você, agora?

PRIMEIRA MULHER + Agora está bom também.

HELLINGER Bom, foi isso, então.

*Leo se senta novamente ao lado de Helga.*

HELLINGER *para Helga* Agora você consegue entendê-lo melhor?

HELGA Agora aflorou o que já sentia há muito tempo, com relação ao luto. Já sinto isso há muito, que era isso que estava faltando.

HELLINGER Você precisa vê-lo com as mulheres falecidas. Então você o entenderá melhor e pode substituir as mulheres falecidas.

*Leo e Helga olham e sorriem um para o outro. Leo coloca o braço em torno dela. Helga coloca a mão na coxa dele.*

HELLINGER *para Helga* Tome o amor delas. Então ficará bom.

*para Leo e Helga* Olhem, sim, um para o outro. Esse não é o primeiro amor, mas um amor maduro. Tem uma outra qualidade.

*Ambos concordam com a cabeça.*

HELLINGER Bom, então, deixo assim.

## O luto

Quando olhamos para os efeitos, parece que os mortos se afastam lentamente de nós, como se ainda permanecessem em nossa proximidade por algum tempo. Aqueles pelos quais não fizemos luto ou não respeitamos ou que foram esquecidos permanecem especialmente por muito tempo. Aqueles dos quais não

se quer saber de nada ou dos quais se tem medo permanecem especialmente por muito tempo.

O luto é concluído quando cedemos à dor e através da dor respeitamos os mortos. Quando fazemos luto pelos mortos e os respeitamos eles se afastam. Então a vida para eles termina e eles podem ficar mortos.

Tem um soneto de Rilke sobre Orfeu, Eurídice e Hermes. Nele ele diz sobre Eurídice: “Ela estava em si. E a sua morte a completava como plenitude.”

Estar morto é completude. Se tivermos essa imagem dos mortos, então a nossa postura perante eles é uma outra. Isso é válido também para os que morreram bem precocemente, também para as crianças natimortas. Nós temos aqui, talvez, a ideia de que elas perderam algo. O que podem ter perdido? O essencial permanece antes e depois. Dele emergimos através da vida e nele mergulhamos de volta, depois da vida.

Se soltamos os mortos, eles atuam agradavelmente sobre nós, sem que nos importunem e sem que seja necessário um esforço especial de nossa parte. Aquele que, pelo contrário, faz luto por muito tempo, segura os mortos, embora eles queiram partir. Isto é ruim, tanto para os vivos quanto para os mortos. Frequentemente encontramos um longo luto em casos onde alguém ainda está em dívida com o morto e não reconhece isso.

Amantes não fazem luto por um longo tempo. Freud observou isso no Presidente Wilson. Quando ele se casou de novo, após um ano da morte de sua mulher, Freud escreveu: “Esse é um sinal de que ele amou muito a sua primeira mulher.” Quando se amou e se fez luto, então a vida pode continuar e os queridos mortos concordam com isso.

# DO CURSO EM HAMBURG

*CORDULA: Faça algo!*

## **Cardiopatía que ameaça a vida Estenose de válvula aórtica**

HELLINGER *para Cordula* De que se trata?

CORDULA Tenho uma estenose de válvula aórtica e não quero deixar que me operem. Não existe nenhum motivo que justifique — exceto minha resistência a isso. Mas se não deixar que me operem, então — assim dizem os médicos — o meu coração não vai continuar batendo por muito tempo.

HELLINGER Coloque duas pessoas.

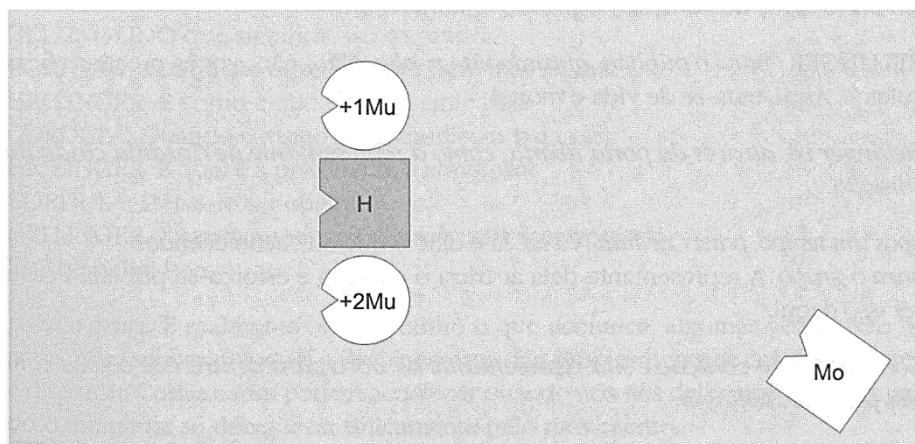
CORDULA Duas pessoas?

HELLINGER Sim, seu coração e você.

HELLINGER *para os representantes* Não vou dizer nada, deixo vocês seguirem os seus movimentos. Siga o movimento do jeito que quiserem.

*depois que Cordula escolheu os representantes* Coloque-os em relação um ao outro.

Figura 1

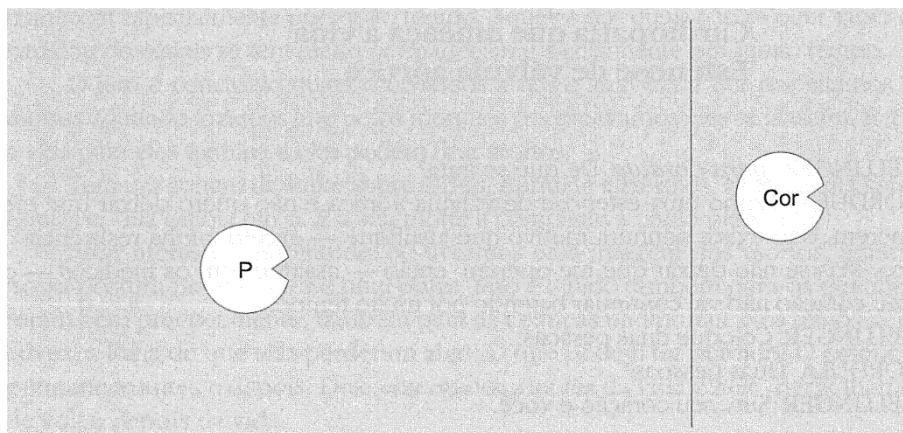


Cor Coração

P Pessoa representante de Cordula

*O representante do coração fica bem inquieto, pega no seu próprio coração, fica correndo pelo palco, de lá para cá e, finalmente, sai pela porta. Cordula também pega no seu próprio coração.*

Figura 2



HELLINGER *para a representante de Cordula, quando ela fica olhando indecisa para o coração* Sim, faça algo! Sim, vá, faça algo!  
*Ela corre atrás do coração, seguindo-o, porta afora.*

HELLINGER *para o público, quando este ri alto* Não, não, vocês precisam ficar quietos. Aqui, trata-se de vida e morte!

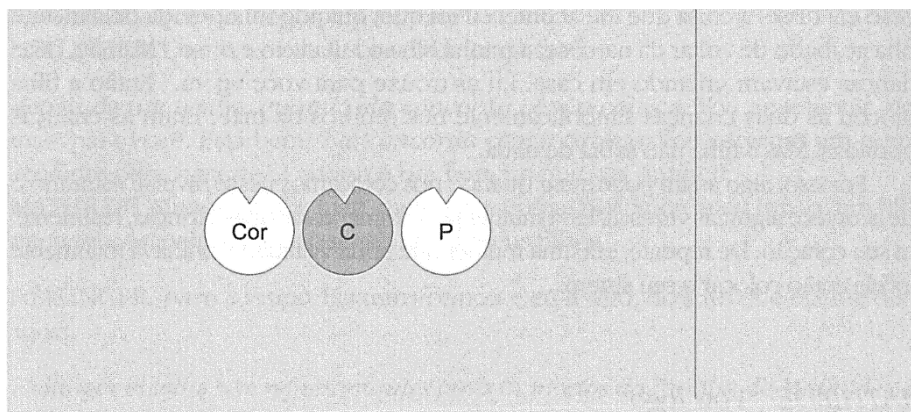
*Hellinger vê, através da porta aberta, como a representante de Cordula cuida do coração.*

*após um tempo, para Cordula* Vá até lá e olhe o que está acontecendo.

*para o grupo* A representante dela acaricia o coração e esforça-se por ele. Posso ver isso daqui.

*Cordula traz o coração e sua representante de novo para dentro e se coloca com eles perante Hellinger.*

Figura 3



### **C Cordula**

CORDULA É bem estranho para mim o que está acontecendo.

HELLINGER O que você vai fazer?

CORDULA Quero ficar com os dois juntos.

HELLINGER E como é que vai fazer isso?

CORDULA Sim, eles precisam ficar de alguma forma juntos.

HELLINGER O que significa isso na prática?

CORDULA O coração deve se sentir bem junto a mim.

HELLINGER E como é que ele consegue isso?

CORDULA Quando consigo boas condições para ele.

HELLINGER E qual é a próxima boa condição?

CORDULA Deixá-lo ser operado.

HELLINGER Exatamente, você deve deixá-lo ser operado.

Está bem. Foi isso.

*para o grupo* É realmente bem estranho o que acontece, algumas vezes. Não fiz nada, nem sequer coloquei a flecha no arco. Ela simplesmente se colocou no arco e disparou. Coisas assim podem acontecer quando nós nos deixamos levar e quando o terapeuta se deixa levar unicamente pelo movimento.

Já tive uma outra experiência estranha como essa. Em janeiro, dei um curso para doentes de câncer para a Sociedade Austríaca de Psicooncologia. Havia uma mulher que estava seriamente doente. Trabalhei com ela, mas não deu certo. Precisei interromper, pois estava totalmente fechada. No dia seguinte, ela disse “Preciso fazer algo, de qualquer jeito. Algo totalmente assustador me veio à cabeça.”

Disse para ela: “Sim, venha cá.” Ela disse que tinha se lembrado, de repente, que tinha provocado o aborto de duas crianças. Seu corpo inteiro tremia ao dizer isso. Então ela disse: a coisa que me aconteceu foi que, quando fui operada do câncer e tinha acabado de voltar da narcose, a minha filha adulta veio e disse: “Mamãe, duas crianças estavam gritando em casa. Eu as trouxe para você agora.” Então a filha colocou as duas crianças simbolicamente nos ombros da mãe. Eram as crianças abortadas. Mas a filha não sabia de nada.

Por isso, algo assim pode atuar quando nos colocamos nesse nível. É estranho o que acontece algumas vezes aí. Essa mulher pôde tomar essas duas crianças, realmente, em seu coração. De repente, era uma mulher que tinha vitalidade, brilhava totalmente e pôde então colocar o seu sistema.

*MATHILDE: Vou logo*

## **Concordando com a morte**

HELLINGER *para Mathilde* Você está bem doente?

MATHILDE Minha mama esquerda foi tirada há dois anos atrás. Eu me recuperei bem depois de um ano e meio e pensei que tinha conseguido. Mas há nove meses tive uma recidiva no mesmo lugar, e isso me deprime muito. Nos últimos tempos, seguindo conselhos, extraí também todos os dentes. Por causa disso, posso comer bem pouco. Estou pesando, no momento, 40 kg e sou só pele e ossos. *Ela está comovida.*

HELLINGER Feche os olhos, incline levemente a cabeça para frente, bem levemente e diga internamente: “Sim!”

*quando ela vira a cabeça para ele* Espere, temos tempo. Deixe o sim se espalhar em seu corpo, até que abranja tudo, o peito e o coração, a alma toda... “Sim.” E a morte... até que haja paz... Imagine os mortos de sua família e diga a eles: “Vou logo.” Diga isso internamente: “Vou logo, com amor.”

*Ela inclina a cabeça, depois de um certo tempo.*

HELLINGER É esse o movimento. Fique nesse movimento. Essa é a entrega.

*Ela inclina a sua cabeça mais profundamente.*

HELLINGER Sim, siga o movimento, bem simples. *depois de um tempo* Como você se sente agora?

MATHILDE Está ficando mais calmo.

HELLINGER Bom, exatamente.

*quando ela vira a cabeça para ele* Posso deixar aqui?

MATHILDE *hesita* Foi tudo?

HELLINGER Foi o maior.

MATHILDE Que vou logo para a morte?

HELLINGER Que você olhe e concorde com isso.

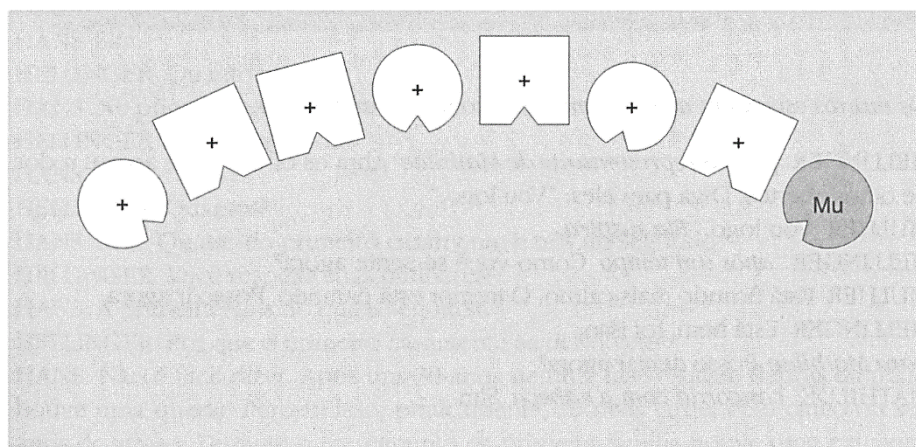
*depois de um tempo, quando ela concorda com a cabeça* Vou apresentar algo mais para você. Está bem? *Ela concorda com a cabeça.* Vou escolher um representante para a morte. A morte é um homem ou uma mulher?

MATHILDE Muitos, minha mãe, meu pai, meu pai biológico, meu irmão, um filho pequeno, os avós, todos. Só tenho ainda meus filhos.

HELLINGER *para o grupo* Ela transformou e eu a sigo, do jeito que ela me disse agora.

*Hellinger escolhe sete representantes para os mortos da família de Mathilde e os coloca um ao lado do outro. Então ele pede para a terapeuta de Mathilde representá-la, na constelação, e a coloca ao lado dos mortos.*

Figura 1



+ Mortos da família de Mathilde

**Mu Mulher (= Mathilde)**

HELLINGER *para a representante de Mathilde* Como você se sente aí?

MULHER *chora* É infinitamente triste aqui.

HELLINGER Olhe para os mortos e diga a eles: “Vou também.”

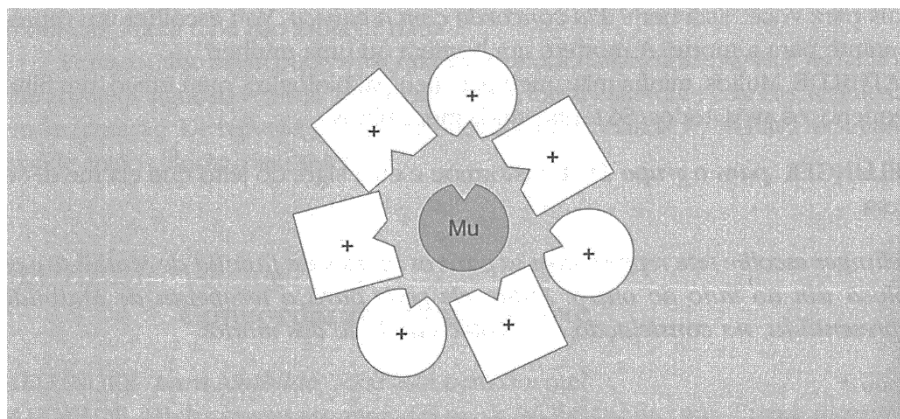
MULHER *chorando* Vou também.

HELLINGER *para os mortos* Olhem todos para cá.

MULHER Vou também. Existe aqui uma resistência. Na verdade não quero ir, não.

*Após um tempo, Hellinger coloca a representante de Mathilde em frente aos mortos e pede para fazerem um círculo estreito em torno dela.*

Figura 2



*Os mortos estendem as mãos em direção a ela e tocam-na.*

HELLINGER *para a representante de Mathilde* Abra os olhos. Olhe ao seu redor, de olhos abertos. Diga para eles: “Vou logo.”

MULHER Vou logo. *Ela suspira.*

HELLINGER *após um tempo* Como você se sente agora?

MULHER Está ficando mais calmo. O tremor está parando. Posso ir agora.

HELLINGER Está bem, foi isso.

*para Mathilde* Posso deixar agora?

MATHILDE *concorda com a cabeça* Sim.

## *HANS O respeito*

### **Poliomielite**

HELLINGER *para Hans, na cadeira de rodas* Você teve poliomielite, foi o que me disse?

HANS Sim.

HELLINGER Em que idade?

HANS Pouco antes do meu aniversário de dois anos.

HELLINGER Como você lida com a doença?

HANS No momento, estou num ponto em que percebo que não consigo encontrar paz na minha vida. As sequelas são um constante desafio com que tenho que lidar e, familiarmente, também tem muita confusão.

HELLINGER O que significa familiarmente?

HANS Familiarmente, significa que minha segunda mulher acabou de terminar o nosso relacionamento. É uma separação com uma certa abertura. Estou morando sozinho há algumas semanas. Quando olho para trás, agora, vejo que sempre existiram muitas intrigas.

HELLINGER Você já foi casado antes?

HANS Sim.

HELLINGER Quanto tempo?

HANS No primeiro relacionamento, por 17 anos.

HELLINGER Você tem filhos?

HANS Sim.

HELLINGER Quantos?

HANS Sete. Quatro do primeiro casamento e três do segundo.

HELLINGER Você respeita suas mulheres?

HANS A primeira mais do que a segunda.

HELLINGER Por que o primeiro casamento se dissolveu?

HANS Não é fácil dizer. Após uns 30 anos de uma fase estável, depois da pólio, houve uma queda. Percebi isso, praticamente, só mais tarde, com cinco ou seis anos de atraso. Durante o crescimento da primeira família houve uma exigência excessiva que me levou à fuga.

HELLINGER Por que a sua primeira mulher se casou com um homem deficiente?

HANS É difícil dizer. Desde criança ela quis ser enfermeira e acredito que sempre teve um ímpeto de ajudar.

HELLINGER Você a respeita?

HANS Sim.

HELLINGER Não!

*após um tempo, para um participante que está sentado ao lado dele* Pela maneira que falou dela, ele a respeitava?

PARTICIPANTE Não.

HELLINGER “Ela tinha, enfim, um ímpeto de ajudar!”

HELLINGER *após um tempo* Tenho uma opinião radical. É a seguinte: quando alguém tem um destino difícil como, por exemplo, poliomielite, então ele não pode impor as consequências disso a ninguém. Se alguém se prontifica a carregar isso com ele é algo inacreditável, algo bem especial, e só se pode aceitar isso com uma profunda humildade e gratidão.

*após um tempo* Aquele que recebe mais do que dá, é que parte. Ele não consegue aguentar isso. Essa é a verdadeira exigência.

HANS Você pode dizer isso de novo?

HELLINGER Quando existe um desequilíbrio no relacionamento, quando um dá mais do que recebe — quando alguém casa com uma pessoa deficiente, é sempre um caso, que então o deficiente recebe mais do que pode dar — então, aquele que recebe mais vai embora, porque não consegue aguentar isso. A não ser que tenha muita humildade. Então, pode receber e o outro pode ficar, porque o presente especial foi respeitado. Isso faz sentido para você agora?

HANS Sim, faz sentido.

HELLINGER Você tem algo a compensar com relação à sua primeira mulher. É esse respeito profundo. Você deve também isso aos seus filhos, o respeito profundo pela sua primeira mulher. E também com relação à sua segunda mulher. Deixo você por aqui. Está bem para você assim?

HANS Está em ordem.

PARTICIPANTE Gostaria de saber mais sobre a essência do desprezo.

HELLINGER Posso dizer para você como se livrar dele.

PARTICIPANTE Isso acabei de escutar.

HELLINGER É um pequeno movimento da cabeça, da cabeça erguida para uma curvada. Assim.

PARTICIPANTE Obrigada.

*MELANIE: Aqui é o meu lugar*

## **Fratura vertebral e câncer**

HELLINGER *para Melanie* De que se trata?

MELANIE Trata-se de muitas doenças, desde o começo de minha vida, que estão ficando cada vez mais graves.

HELLINGER Que doenças?

MELANIE Insuficiências imunológicas, mais tarde muitos acidentes graves, fraturas vertebrais, distrofia muscular e agora câncer.

HELLINGER Que tipo de câncer?

MELANIE Câncer de mama. O pior de tudo para mim é como lido comigo mesma, simplesmente não consigo ter apreciação e autoestima. Um outro grande tema, também, desde criança, é a dor, dor física. Não consigo me ajudar.

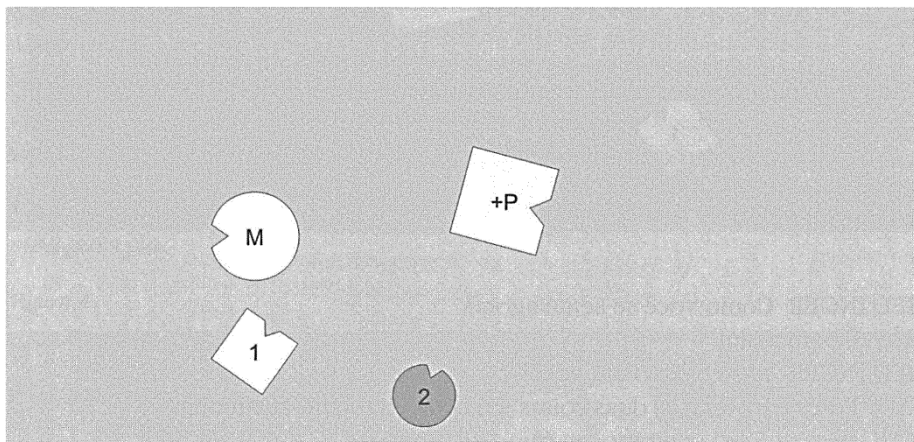
HELLINGER Você é casada?

MELANIE Há muitos anos atrás, fui casada três vezes.

HELLINGER Você tem filhos?

MELANIE Não, desde o início não foi possível por causa da fratura vertebral.  
HELLINGER Então vamos colocar a sua família de origem. Quem pertence a ela?  
MELANIE Pai, mãe, irmão.  
HELLINGER Está bem, coloque.

Figura 1



+P Pai (morto na guerra, quando Melanie tinha nove anos)  
M Mãe  
1 Primeiro filho (que teve poliomielite)  
2 **Segunda filha (=Melanie)**

HELLINGER Os pais se divorciaram?

MELANIE Não, só que meu pai morreu bem cedo.

HELLINGER Qual era sua idade na época?

MELANIE Quando ele foi para a guerra eu tinha três anos. Então, na verdade quase não o vi, e quando tinha nove anos, ele morreu na guerra.

HELLINGER A sua mãe não se casou mais?

MELANIE Não. Ela fez várias tentativas de suicídio. Meu irmão, antes de morrer, ficou totalmente paralítico devido à poliomielite.

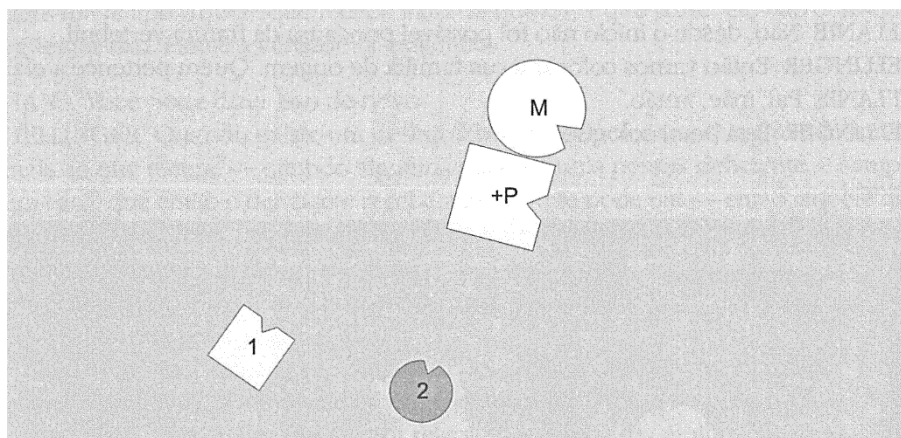
HELLINGER Isso é difícil. Esta família tem um destino difícil.

*para a representante da mãe* O que você sente?

MÃE Não consigo ficar de pé.

*Hellinger a coloca perto do marido.*

Figura 2



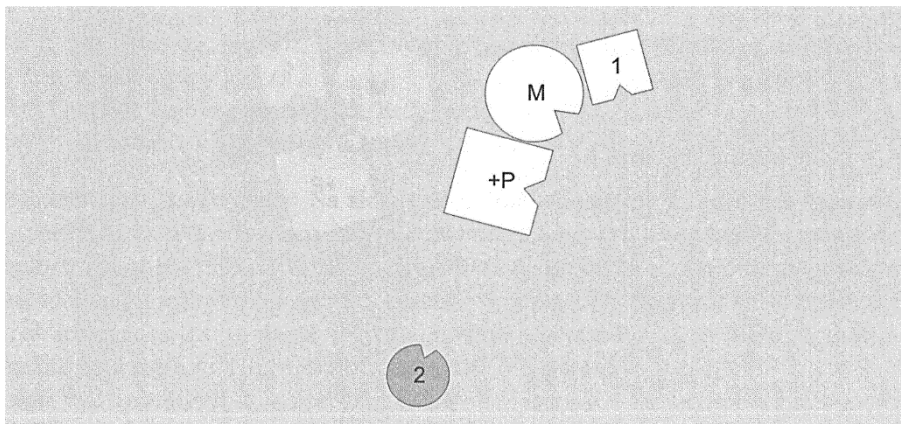
HELLINGER Como você se sente agora?

MÃE É bom assim.

HELLINGER *para o pai* Para você?

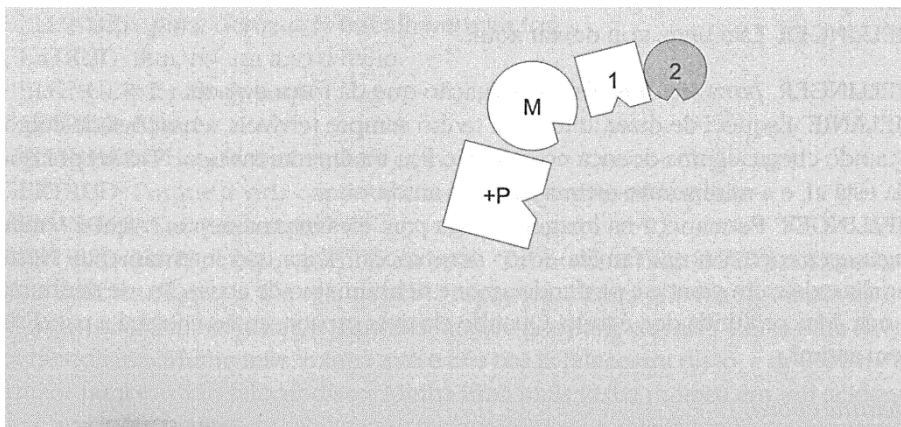
PAI + Força e tristeza, as duas coisas. Eu consigo segurá-la também. MÃE *suspira* Caso contrário, eu caio.  
HELLINGER *para o pai* Coloque o braço em torno dela. *para o filho* Coloque-se também ao lado, bem perto.

Figura 3



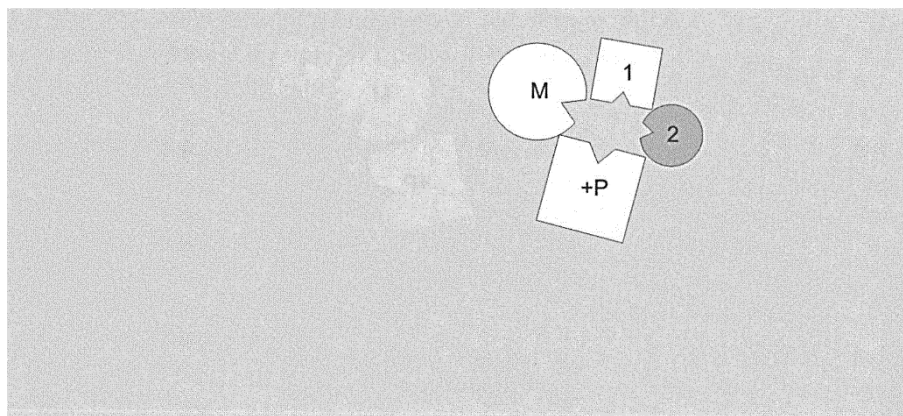
HELLINGER *para a representante de Melanie* Como você se sente?  
SEGUNDA FILHA Tenho fortes dores nas costas e estou com vontade de chorar. Mas nada vem para fora, está tudo muito bloqueado.  
HELLINGER Coloque-se ao lado de seu irmão e coloque o braço em torno dele.  
*Ela coloca o braço em torno do irmão, e esse coloca o braço em torno dela. O pai olha para ela.*

Figura 4



HELLINGER Agora vocês se abracem.  
*Eles se abraçam e colocam as cabeças juntas.*

Figura 5



HELLINGER *após um tempo, depois que eles se soltam* Como é agora?

PAI + suspira A tristeza permanece, embora seja agradável. Mas algo faz isso ficar difícil.

MÃE Sinto, apesar de tudo, uma profunda paz com todos juntos. É o certo.  
PRIMEIRO FILHO Também tenho a sensação de que é certo estarmos assim todos juntos.

SEGUNDA FILHA No começo, fiquei totalmente calma. Quando estava calma havia ligação com todos eles. Senti o meu coração e o dos outros. É uma boa sensação, com muito calor.

HELLINGER Está bem, vou deixar aqui.

HELLINGER *para Melanie* Essa é a ligação que dá força a você.

MELANIE Esqueci de dizer antes que tenho sempre terríveis sensações de culpa. Quando chega alguma doença nova, então fico totalmente maluca. Não sei por que ela está aí, e a minha autoestima cai mais ainda.

HELLINGER Permaneça na imagem e diga para eles internamente: "Aqui é o meu lugar; pertencço à nossa família e fico com vocês." Diga isso internamente. Nesta família existe um grande e profundo amor e nenhum tipo de acusação, de nenhuma forma. Mas profunda dor, é tudo. Quando ela tiver espaço, então chegará a paz. Está bem assim?

*Melanie chora.*

HELLINGER Feche os olhos... Respire fundo... Exatamente, é isso... Fique assim... Respire fundo. Assim, é isso... Respire de boca aberta... Sim, é isso... Encoste-se em mim, assim.

*Melanie encosta a cabeça no ombro de Hellinger. Este coloca o braço em torno dela. Ela chora, por longo tempo.*

MELANIE *quando se solta* Tenho a sensação de que não preciso mais lutar. Lutei a minha vida toda.

HELLINGER Agora chega a paz. Está bem?

MELANIE Muito obrigada, obrigada.

HELLINGER *para o grupo* Na alma existe uma atração em direção aos mortos e à morte. É um movimento bem suave e profundo. O movimento todo da vida é o de querer voltar para de onde ela emerge. Para lá, de onde a vida emerge, para lá a vida volta. Nós pudemos ver aqui esse movimento bem profundo e suave e como é maior e mais profundo do que a chamada felicidade. Quem segue esse movimento está em total sintonia com tudo, seja o que for.

*para Melanie* Algumas vezes, vem desse movimento, desse acompanhar esse movimento, um vento ascendente, uma corrente térmica que nos carrega para cima,

pois algumas acompanham o movimento muito cedo, antes do tempo. Isso então é ruim. Ele deve ser exatamente certo.

MELANIE Elas vão muito cedo para a morte.

HELLINGER Estou vendo que você recebeu o vento ascendente. Está bem.

*GERTRUD: A grandeza*

## **Mãe de uma criança com paralisia espástica**

HELLINGER *para Gertrud* Já trabalhamos juntos?

GERTRUD Sim, há um ano e meio.

HELLINGER E não ajudou?

GERTRUD Sim.

HELLINGER Por que você está de novo aqui?

GERTRUD Porque a vida continua e tenho perguntas, novamente.

HELLINGER De que se trata?

GERTRUD Há 13 anos que tenho diabetes. Tenho uma filha de 10 anos que tem uma deficiência grave. Ela tem paralisia espástica. Fiquei grávida algumas vezes e tive que interromper porque, na nossa família, por parte de mãe, existe uma doença hereditária. Minha mãe, minha avó e três tias já faleceram disso, e dois de meus irmãos também vão falecer disso. Minha irmã mais velha morreu em um acidente de carro, pouco antes de minha mãe morrer. Não sei o que fazer. Sinto um grande muro, uma resistência e uma culpa, ao mesmo tempo, em relação a todos.

HELLINGER Você também tem essa doença hereditária?

GERTRUD Não.

HELLINGER Qual é a doença?

GERTRUD Coréia de Huntington.

HELLINGER O que fizemos naquela época?

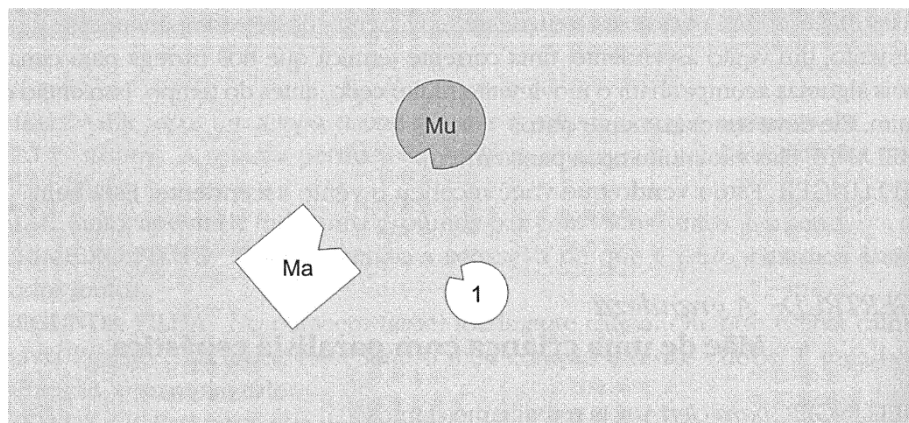
GERTRUD Você trouxe para o palco meus parentes falecidos e meu irmão, que já estava doente. Naquela época, a minha irmã que faleceu de acidente não estava lá. Eu fiz uma reverência a eles, junto com a minha filha, e disse que eu continuaria a viver um pouquinho mais.

HELLINGER O que há com o pai de sua filha?

GERTRUD Estamos separados há dois anos. Não éramos casados. Seu irmão se suicidou há alguns anos atrás e seus pais também são divorciados.

HELLINGER Vamos colocar três pessoas: você, sua filha e o pai dela.

*Figura 1*



Ma Marido

## **Mu Mulher (=Gertrud)**

1 Única filha (com paralisia espástica)

*Depois de ter colocados os representantes, Gertrud se senta e chora.*

HELLINGER *após um tempo* Já vou colocar você no seu lugar. *quando ela se encontra lá* Agora endireite-se internamente, com toda a sua grandeza. Abra os olhos e sinta todos os mortos atrás de você, afetuosos. E agora olhe para a sua filha, com essa força e diga a ela: “Querida filha.”

GERTRUD Querida filha.

HELLINGER “Tomo você para mim.”

GERTRUD Tomo você para mim.

HELLINGER “Serei sempre a sua mãe.”

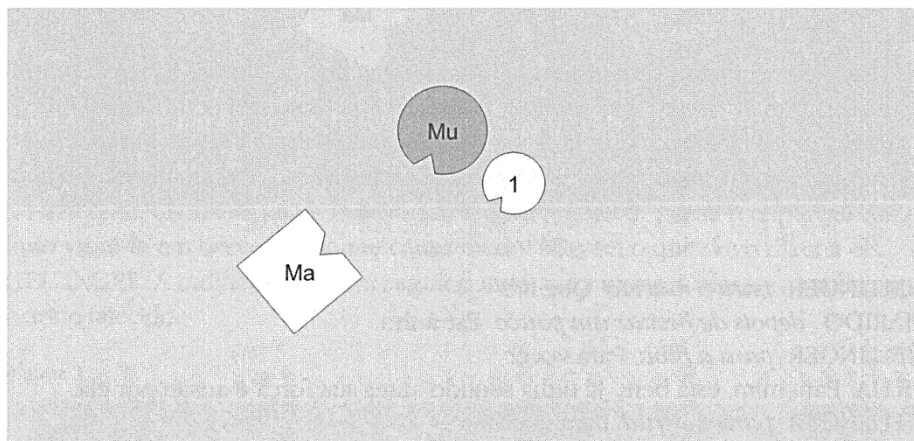
GERTRUD Serei sempre a sua mãe.

HELLINGER Tome-a para você.

*Gertrud vai até a filha e as duas se abraçam ternamente. Gertrud a embala, suavemente.*

HELLINGER *após um tempo* Coloque-a ao seu lado e o braço em volta dela.

Figura 2



HELLINGER *para Gertrud* Como você se sente?

GERTRUD Sim, um pouco mais livre.

HELLINGER Você precisa continuar sendo grande. Agora olhe para o seu marido e diga a ele: “Não importa o que você faça, continuo sendo a mãe dela.”

GERTRUD Não importa o que você faça, continuo sendo a mãe dela.

HELLINGER Que tal?

GERTRUD Fico um pouquinho maior.

HELLINGER Exatamente, a grandeza que lhe é adequada, para a filha Como você se sente?

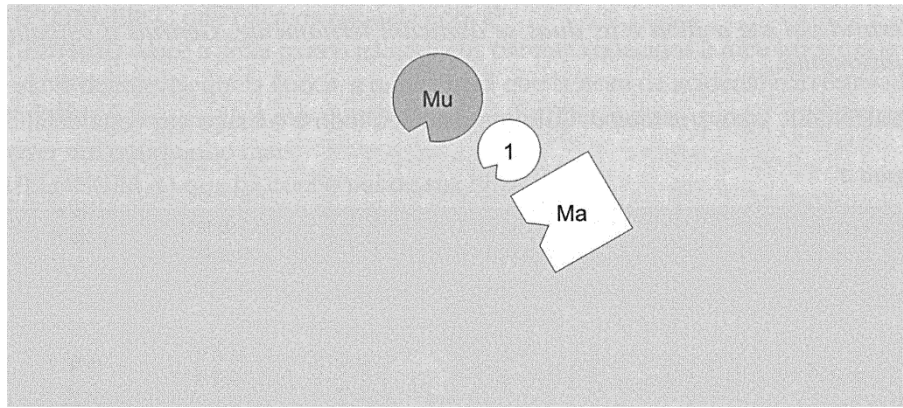
FILHA Me sinto bem ao lado dela. Houve uma grande mudança quando você falou “Pense nos mortos que estão atrás de você.” Ela cresceu muito.

HELLINGER *para o marido* Como você se sente?

MARIDO Tenho uma saudade da mulher! A filha não parece desempenhar um grande papel para mim.

HELLINGER Coloque-se ao lado da filha e coloque o braço em torno dela.

Figura 3



HELLINGER *para o marido* Que tal?

MARIDO *depois de hesitar um pouco* Estranho.

HELLINGER *para a filha* Para você?

FILHA Para mim, está bem. Já tinha sentido antes sua força e ansiei por ela.

HELLINGER *para Gertrud* Para você?

GERTRUD Em primeiro lugar, senti a posição firme deles e acho bom que ele esteja lá.

HELLINGER Olhe para ele e diga: “Por favor.”

GERTRUD Por favor.

HELLINGER *para o marido* Diga: “Sim.”

MARIDO Sim.

HELLINGER Que tal?

MARIDO Bom.

HELLINGER *olha para Gertrud* Algumas vezes acontecem milagres na alma. Posso deixar assim para você?

GERTRUD *concorda com a cabeça* Está bem.

HELLINGER Está bem, foi isso.

## DO CURSO EM ZÜRICH 2

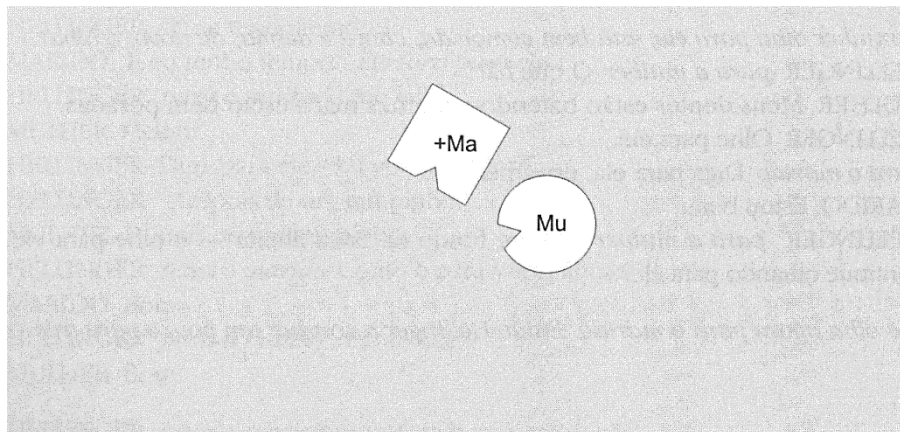
*Estou bem*

### **O marido morreu em acidente de automóvel provocado pela mulher**

**PARTICIPANTE** No outono do ano passado, um casal quis participar de um curso meu. Descobrimos recentemente que são parentes de minha mulher. Logo antes do seminário, recebi a notícia de que eles tinham sofrido um acidente na França. A mulher estava dirigindo o carro e foi culpada pelo grave acidente. O marido morreu no acidente, ela ficou seriamente ferida e quase morreu. Ela se recuperou. Estou indo visitá-la em breve, e isso me causa medo. Não sei o que devo dizer a ela.

**HELLINGER** A mulher vai querer seguir o marido na morte. Coloque a mulher e o marido falecido.

*Figura 1*



Mu Mulher

+Ma Marido morreu em acidente de automóvel provocado pela mulher

*O homem olha para a mulher e ela olha para frente. Então, ele olha para frente e ela olha para ele. Após uns instantes, os seus olhares se encontram brevemente. A mulher olha bem depressa, novamente, para frente, mas ele olha para ela longamente. Quando ela vira o olhar de novo para ele, ele se vira, então, ela olha novamente para frente. Mas ele vira bem brevemente para ela e, então, olha para o chão. Depois disso, eles olham um para o outro, mas bem breve, então, a mulher desvia o olhar de novo. A mulher respira fundo, faz um movimento sem forças com a mão esquerda e chora. O marido desvia o olhar e olha para o chão, depois vira seu olhar de novo para a mulher. Os dois se olham, um pouco mais longamente, mas a mulher novamente desvia logo o olhar. O marido olha para o chão e olha para a mulher de novo.*

**HELLINGER** Como o marido se sente?

**MARIDO** Estou muito bem. Estou em contato comigo mesmo e tenho a visão bem clara. Estou muito ligado a ela.

**HELLINGER** Diga para ela: “Estou bem.”

**MARIDO** Estou bem.

*A mulher olha brevemente para ele, suspira e desvia de novo o olhar.*

HELLINGER *para a mulher* Olhe para ele.  
*para o marido* Diga para ela, novamente: “Estou bem.”  
*quando a mulher desvia o olhar, de novo* Você precisa olhar para ele.  
MARIDO Estou bem.

*A mulher olha para ele, está bem comovida, chora e desvia, de novo, o olhar.*

HELLINGER *para a mulher* O que há?

MULHER Meus dentes estão batendo e minhas mãos estão bem pesadas.

HELLINGER Olhe para ele.

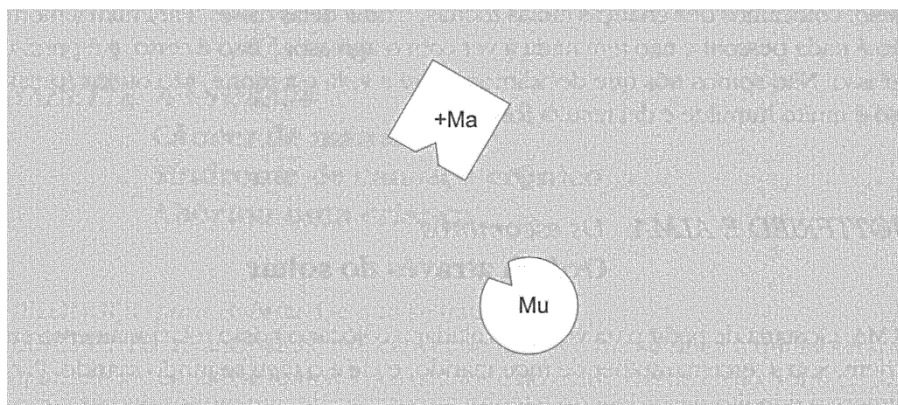
*para o marido* Diga para ela, novamente.

MARIDO Estou bem.

HELLINGER *para a mulher* Respire fundo de boca aberta — e olhe para ele, continue olhando para ele.

*Ela olha agora para o marido. Então Hellinger a conduz um pouco para trás.*

Figura 2



HELLINGER *para o marido* Como é para você?

MARIDO *depois de hesitar um pouco* Sinto agora uma rejeição.

HELLINGER Diga para ela: “Estou bem.”

MARIDO Estou bem.

HELLINGER “E eu tenho tempo.”

MARIDO E eu tenho tempo. *Ele sorri para ela.*

HELLINGER *para a mulher* Que tal?

MULHER Melhor.

HELLINGER Diga para ele: “Eu vou também.”

HELLINGER “Depois de um tempinho.”

MULHER Depois de um tempinho.

HELLINGER *para o marido* Como é para você, agora?

MARIDO Bom.

HELLINGER *para a mulher* Para você?

MULHER Bom.

HELLINGER *para o participante* Está bem para você?

PARTICIPANTE Sim.

HELLINGER *para os representantes* Bom. Foi isso.

HELLINGER *para o grupo* O procedimento é sempre o mesmo. O sobrevivente se deixa olhar pelo morto — é isso. O morto entra no seu campo de visão. Então, não é possível segui-lo. Encarar isso é mais difícil do que fechar os olhos e morrer. A grandeza nisso está em olhar. Não é bonito que os mortos digam: “Estou bem?” É assim também.

No meu curso em Hamburgo, tive recentemente uma constelação de uma

mulher cujo avô tinha atirado em crianças e mulheres judias. Ele estava na SS<sup>3</sup>. Então, colocamos dez crianças judias mortas, e uma delas disse: “Para mim a morte não é nada pessoal e não tem nada a ver com o agressor.” Isso é certo, e é preciso ver isso. Não somos nós que decidimos sobre a vida e a morte, são outras forças. Isso é muito humilde e daí resulta força.

## *GOTTFRIED E ALMA: Os escombros*

### **Ordem através do soltar**

ALMA Gostaria de pedir para você nos ajudar a colocar o nosso relacionamento em ordem. Sou a terceira mulher de meu marido, e ele é o meu segundo marido. Para mim, isso é muito desordenado e tenho a sensação de que muitos de nós não se encontram em seu lugar certo.

HELLINGER O que o marido diz?

MARIDO Estou bem ansioso e fico feliz se você puder ajudá-la. *Risadas no auditório.*

HELLINGER Ajudo com uma frase *para a mulher* Solte-o.

*após um momento de reflexão* Imagine: aqui estão dois montes de escombros. Um pertence a você e o outro a ele. Compare o tamanho dos dois montes de escombros. Qual é a relação?

ALMA Acho que o meu é menor.

HELLINGER Quanto?

ALMA Talvez um terço.

HELLINGER Boa avaliação. Mas você se comporta como se...

ALMA Como se fosse do mesmo tamanho?

HELLINGER Não, como se só você tivesse isso.

ALMA Receio que você me pegou agora. Mas não entendo isso.

HELLINGER Você assume a responsabilidade pelos escombros dele. A solução vem, quando você deixar os escombros dele, com ele.

ALMA Sim, acredito que sim.

HELLINGER Mais do que isso não faço.

ALMA Obrigada, é o suficiente.

---

<sup>3</sup> Unidade de Defesa do Exército da Alemanha Nazista.

# DO CURSO EM GLARUS

*BABETTE: A seriedade*

**Câncer de mama**

**Síndrome de cansaço crônico**

**Abortou uma criança**

HELLINGER *para Babette* De que se trata?

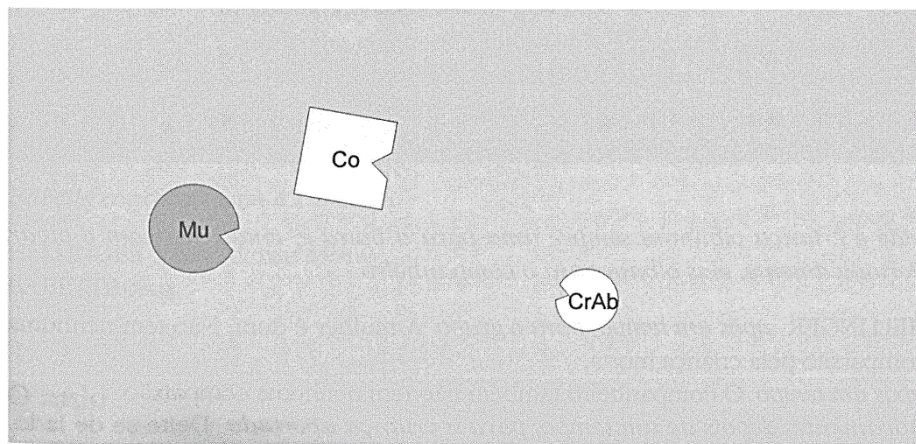
BABETTE Há 12 anos atrás, tive câncer de mama e me submeti à quimioterapia. Alguns anos depois tive tumores nos ovários e no útero. Desde então, sofro de uma síndrome de cansaço que está ficando cada vez pior.

HELLINGER Você é casada?

BABETTE Tenho um relacionamento. Já fui casada e sou divorciada. O meu ex-marido morreu. No segundo relacionamento, o meu companheiro disse que não se casaria comigo e que, se ficasse grávida, ele voltaria para o seu país natal. Eu fiquei grávida, mas não percebi e o médico também não. Recebi terapias meses a fio, porque tinha muita dor e não pude fazer nada, senão abortar. Não podia imaginar ter, sozinha, um filho que não fosse normal.

HELLINGER Vamos colocar você, o companheiro e essa criança.

Figura 1



Co Companheiro

**Mu Mulher (=Babette)**

CrAb Criança abortada

HELLINGER *para Babette* O que há?

BABETTE Estou perturbada.

HELLINGER Como a criança se sente?

CRIANÇA ABORTADA *suspira* Minhas mãos estão úmidas e o meu coração palpita. As minhas pernas não me seguram. Preciso me esforçar para ficar de pé.

HELLINGER Sente-se. *para o companheiro* Como é?

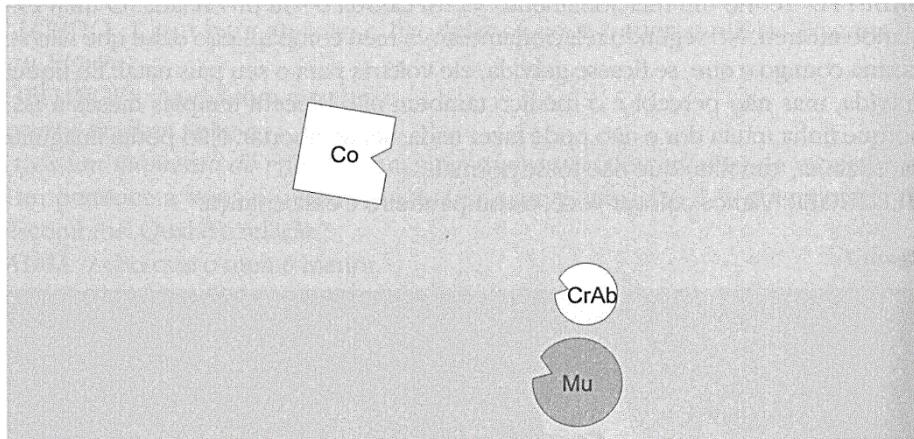
COMPANHEIRO Em primeiro lugar, tive a sensação de que queria sair. Não tenho nada a ver com isso. Havia algo bem estranho atrás de mim. Quando a criança veio, pensei, ela me interessa.

HELLINGER *para a representante de Babette* Como é para a mulher?

MULHER Tinha estranhas palpitações no coração. Agora as pernas estão bem

pesadas e estou tremendo.  
HELLINGER Sente-se ao lado dela.

Figura 2



*Mãe e criança olham-se sempre uma para a outra e, então, desviam o olhar. Periodicamente, elas olham para o companheiro.*

HELLINGER *após um tempo, para o grupo* A mulher é dura. Não tem nenhuma compaixão pela criança morta.

*após um tempo* O companheiro também não tem nenhuma compaixão. *novamente, depois de um tempo, para a criança abortada* Deite-se de lado.

*A criança deita-se de lado, no chão, de costas para a mãe.*

HELLINGER *depois de um tempo, para a representante de Babette* Como é agora?

MULHER Sinto muito que não possa reagir à criança. Na verdade, gosto dela. Mas de alguma forma não tenho sentimentos.

HELLINGER Exatamente.

MULHER Me deixa triste.

HELLINGER *para o grupo* Não é uma tristeza que tenha força. Não se pode fazer nada com a mãe. Vocês precisam imaginar de novo o que ela contou antes. Como ela explicou. Também o que o companheiro disse. Não se pode fazer nada aqui. A saída, frequentemente, é a doença e a morte. Sem amor não é possível nada aqui. Deixo assim.

HELLINGER *para a representante da criança abortada* Como você se sente agora?

CRIANÇA ABORTADA *suspira* Infeliz. Solitária. Perdida.

HELLINGER *para todos os representantes* Agora saiam dos papéis difíceis.

*depois de um tempo, para Babette* O que você diz quanto a isso?

BABETTE *chorando* De certa forma, parece não estar completo. Há dois meses atrás entrei em contato com a criança e pedi desculpas a ela, pois não via nenhuma outra saída.

HELLINGER Não se pode pedir desculpas a uma criança. Isso não é possível. Isso é autocompaixão, nenhuma compaixão pela criança.

*Babette está muito comovida e chora.*

HELLINGER *para o grupo* Portanto, a solução que vi, a única adequada à situação, depois de tudo o que aconteceu, teria sido: a mulher se deita ao lado da criança abortada, simplesmente assim e sem esperança, mas só se deita ao lado e fica lá, também pronta para a total consequência. Isso teria um efeito curativo para a alma. É uma dor infinita, se isso for realmente levado a sério.

*para Babette* Algumas vezes, essas crianças voltam como anjos para os pais.

*Babette concorda com a cabeça.*

HELLINGER Posso deixar assim?

BABETTE Sim.

## **O anjo**

PARTICIPANTE O senhor poderia dizer algo sobre a não-solução levar uma situação a um limite?

HELLINGER A chamada não-solução é um passo para um contexto maior. Não sei o que virá ainda. Mas eu levo a sério que não existiu uma solução. É importante que se leve a sério.

A doença é, algumas vezes, um anjo enviado por Deus. Podemos ver as doenças como mensageiros de Deus, mas há aquele que não olha para isso, não olha e não ouve o que está acontecendo. Aqui é um outro nível de lidar com a doença e o destino, onde todo planejamento e desejos param. Quando não se respeita o anjo, ele se recolhe. Aqui se percebe o que este trabalho, em última instância, exige e possibilita: uma transformação interna, quando nós nos expomos realmente a ele.

O terapeuta que trabalha assim é um guerreiro. Ele vai até ao limite extremo sem medo e crítica. Então, tudo recebe a seriedade que realmente tem. Nada fica amenizado. E assim pode continuar. Quando se vai ao limite, as chances para uma solução estão mais próximas do que quando se recua e encobre isso com pensamentos amáveis.

*STELLA: Por favor, segure-me firme*

## **Síndrome de Melkersson-Rosenthal**

HELLINGER *para Stella* De que se trata?

STELLA Tenho a síndrome de Melkersson-Rosenthal.

HELLINGER *para o professor doutor Kaspar Rhyner* Você pode me explicar isso?

KASPAR RHYNER É uma doença caracterizada por inflamação facial. Algumas vezes também implica em inflamação da língua, de forma que o doente não consegue falar direito ou com paralisia dos nervos cranianos.

HELLINGER Então é uma doença grave.

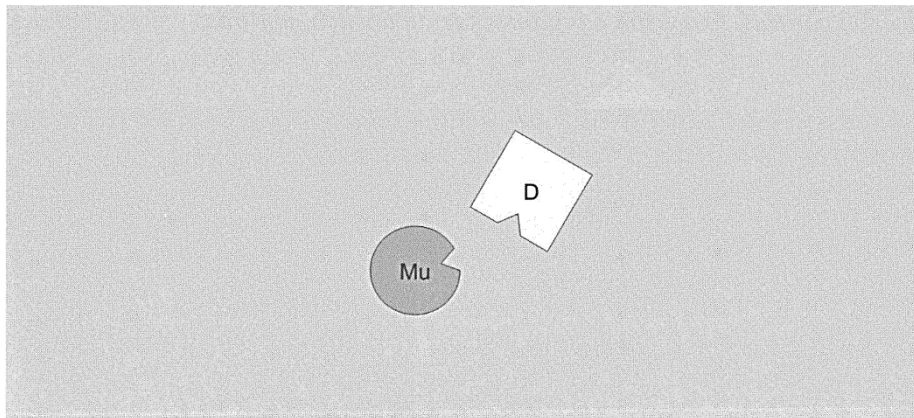
KASPAR RHYNER Sim.

HELLINGER *para Stella* Como você tem lidado com isso, até agora?

STELLA Algumas vezes um pouco melhor, outras vezes, pior. Simplesmente assim. Isso não tem sido fácil.

HELLINGER Vamos colocar duas pessoas: a doença e você. Escolha os representantes e os coloque.

Figura 1



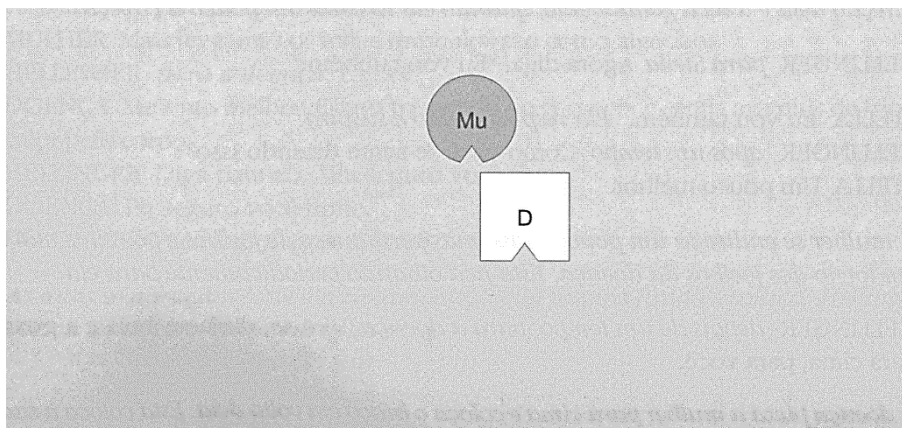
**Mu Mulher (=Stella)**

D Doença

HELLINGER *para os representantes* Vocês dois se concentrem, prestem atenção ao movimento interno e sigam-no sem dizer nada.

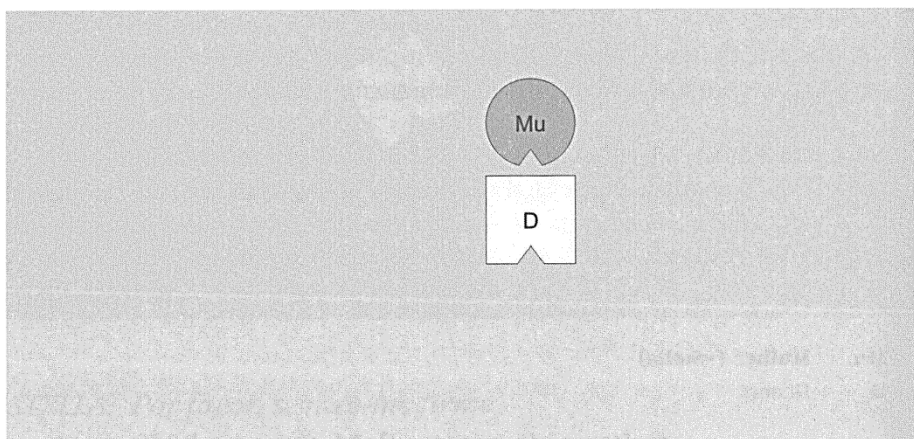
*A mulher olha continuamente para a doença. A doença movimenta o braço, sem forças, mas fica parada onde está. Então, estende a mão direita na direção da mulher. Porém esta se coloca mais de lado e se move, lentamente, para trás da doença, mais à direita.*

Figura 2



*Após um tempo, a doença olha para ela, coloca-se um pouco de lado, olha na direção dela e caminha de volta à posição anterior. Então, a mulher encosta-se à doença por trás, se ajoelha e pega nos pés da doença, por trás.*

Figura 3



*Stella começa a soluçar alto e encosta-se a Hellinger. Este coloca o seu braço em volta dela. Stella soluça numa grande dor.*

HELLINGER *para Stella* Respire agora calmamente, sem som. Bem calmamente, de boca aberta.

*Stella soluça, agora mais calmamente, e respira fundo. A doença olha para baixo, para a mulher, se inclina um pouco para ela, estende lentamente a mão direita na direção dela e a toca gentilmente, quando ela levanta um pouco a cabeça.*

HELLINGER *para Stella* Agora diga: “Eu vou também.”

STELLA Eu vou também. *Ela respira fundo e suspira.*

HELLINGER *após um tempo* Como você se sente dizendo isso?

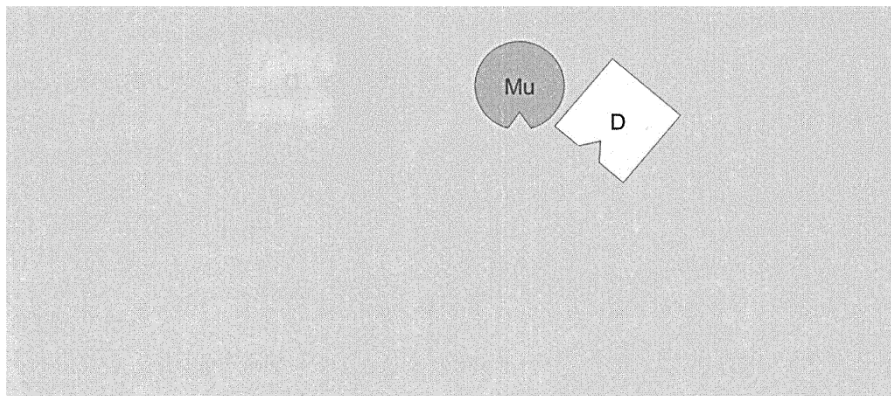
STELLA Um pouco melhor.

*A mulher se endireita um pouco mais, mas permanece de joelhos e põe suas mãos em torno dos joelhos da doença. Esta fica olhando periodicamente para ela.*

HELLINGER *depois de um tempo, para a doença* Vire-se, dirija-se a ela e a puxe para cima, para você.

*A doença puxa a mulher para cima e coloca o braço em volta dela. Esta coloca a sua cabeça no peito da doença e chora. Ela coloca a mão gentilmente na cabeça dela.*

Figura 4



*Stella, ainda encostada em Hellinger, soluça alto.*

HELLINGER *para Stella* Respire fundo, de boca aberta. Sem som, respire fundo.

HELLINGER *após um tempo* Quem você perdeu quando criança? Quem você perdeu?

STELLA Quando criança?

HELLINGER Quem morreu?

STELLA Minha mãe morreu cedo e o meu pai também.

*A mulher se solta lentamente da doença. Mas as duas ainda continuam se segurando.*

HELLINGER *para a representante de Stella* Como você se sente?

MULHER Mais leve, mas os meus músculos são como algodão.

HELLINGER *para a doença* E você?

DOENÇA Me sinto melhor. Estava tremendo no começo, e sentia arrepios de frio e calor pelo corpo.

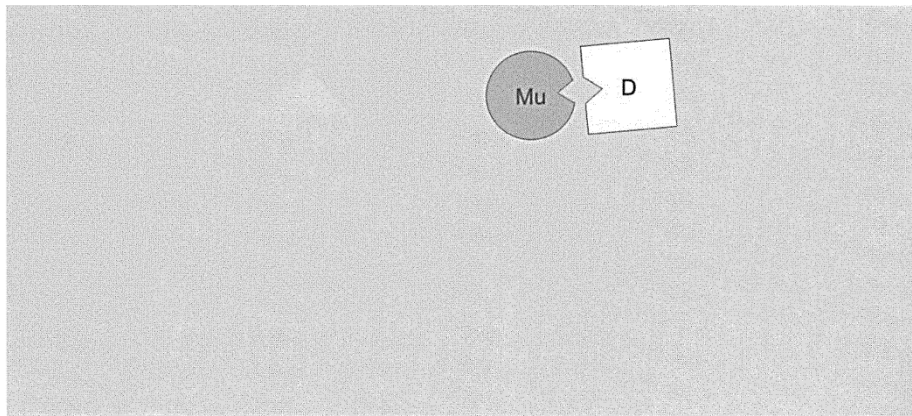
HELLINGER Diga para ela: “Eu seguro você firme.”

DOENÇA Eu seguro você firme.

HELLINGER Faça isso, segure-a firme.

*As duas se abraçam forte e intimamente. Stella respira fundo e soluça. Hellinger coloca de novo o braço em volta dela.*

Figura 5



HELLINGER *para Stella* Abra os olhos. Deixe-se segurar pelo pai e pela mãe. Abra os olhos. Olhe nos olhos deles e diga-lhes: “Por favor, me segurem firme.”

STELLA Por favor, me segurem firme.

*Stella fecha os olhos e fica calma.*

HELLINGER *após um tempo* Como você se sente agora?

STELLA Estou melhor.

HELLINGER Deixe isto atuar bem silenciosamente em sua alma. Não fale com ninguém sobre isso. Não deixe ninguém interferir ou coisa semelhante. Guarde isso em sua alma. A alma vai ajudar você. Está bem?

STELLA Sim. Obrigada.

HELLINGER Bom. Com prazer.

*para os representantes* Vocês foram muito sensíveis e prestaram a ela um grande serviço. Agradeço a vocês.

## **Amigo Hein**

HELLINGER *após um tempo, para Stella* Nós temos um grande amigo, você sabe disso? Cada um de nós tem um grande amigo especial. Sim, certamente você também o tem. Mas talvez você não tenha ainda pensado que ele seja um grande amigo.

STELLA Não, não o conheço.

HELLINGER Antigamente chamávamos esse amigo de amigo Hein. Você não conhece essa expressão aqui na Suíça, “amigo Hein”?

STELLA Não conheço.

HELLINGER É a morte.

*Stella concorda com a cabeça.*

HELLINGER É a coisa maior.

STELLA Sim.

HELLINGER E ela é bem calma.

STELLA Sim.

HELLINGER Bem calma.

STELLA Sim.

HELLINGER Podemos confiar totalmente nela.

STELLA Sim.

HELLINGER Se nós a temos ao nosso lado.

STELLA Sim.

*Hellinger e Stella se olham calma e cordialmente.*

HELLINGER Vou ainda contar a você uma história sobre esse amigo.

## O hóspede

Em algum lugar, muito longe daqui, onde antigamente era o faroeste, alguém caminha, com uma mochila nas costas, por uma vasta paisagem deserta. Depois de caminhar horas a fio — o sol já estava alto e sua sede aumentava — avista, no horizonte, uma fazenda. “Graças a Deus!”, pensa ele, “finalmente encontro alguém neste lugar ermo. Vou até sua casa, peço algo de beber e talvez a gente ainda se sente na varanda e converse, antes que eu prossiga minha caminhada.” E fica imaginando como será bom.

Porém, quando chega mais perto, vê o fazendeiro trabalhando no jardim, na frente de sua casa, e é tomado pelas primeiras dúvidas. “Talvez ele esteja muito ocupado e se eu lhe falar do meu desejo vou incomodá-lo, e ele pode pensar que sou um inconveniente.” Então, ao se aproximar do portão do jardim, apenas acena para o fazendeiro e passa adiante.

O fazendeiro, por sua vez, o avistou de longe e se alegrou. “Graças a Deus”, pensou, “finalmente aparece alguém neste lugar ermo. Tomara que ele venha à minha casa. Então vamos beber juntos e talvez a gente ainda se sente na varanda e converse, antes que ele prossiga sua caminhada.” E foi para dentro de casa para começar a esfriar a bebida.

Porém, ao ver o estranho chegar perto, começou também a ter suas dúvidas: “Ele provavelmente está com pressa, e se eu lhe falar de meu desejo irei incomodá-lo, e ele poderá achar que o estou pressionando. Contudo, talvez ele tenha sede e venha espontaneamente à minha casa. Acho melhor ficar no jardim, na frente da casa, e fingir que estou ocupado. Lá ele terá de me ver, e se realmente quiser vir à minha casa, ele certamente dirá”. Então, quando o outro apenas lhe acenou de longe e continuou seu caminho, ele disse: “Que pena!”

Mas o estranho continua a caminhar. O sol sobe ainda mais alto, a sede aumenta, e passam-se horas até que ele avista outra fazenda. Então diz a si mesmo: “Desta vez irei à casa do fazendeiro, quer isso o incomode, quer não. Tenho tanta sede, preciso beber alguma coisa”.

Entretanto, o fazendeiro também o avistou de longe e pensou: “Tomara que ele não venha à minha casa. Só me faltava essa. Tenho muito que fazer e não posso ainda me preocupar com outras pessoas.” E continuou a trabalhar, sem levantar os olhos.

O estranho, porém, o avistou no campo, foi até ele e disse: “Tenho muita sede. Por favor, dê-me algo para beber.” O fazendeiro pensou: “Agora não posso mandá-lo embora, afinal também sou um ser humano.” Levou-o à sua casa e lhe trouxe algo para beber.

O estranho disse: “Reparei em seu jardim. Nota-se que aqui trabalhou um entendedor que ama as plantas e sabe de que elas precisam.” O fazendeiro ficou contente e disse: “Pelo que vejo você também entende disso.” Sentaram-se e tiveram uma longa conversa.

Então, o estranho se levantou e disse: “Já é tempo de ir embora.” Mas o fazendeiro se opôs. “Veja”, disse ele, “o sol já baixou. Passe esta noite em minha casa. Então, vamos sentar na varanda e conversar, antes que você prossiga o seu caminho pela manhã.” E o estranho concordou.

De tardinha, eles se sentaram na varanda e a ampla paisagem parecia transfigurada à luz do crepúsculo. Quando escureceu, o estranho começou a contar como o mundo mudou para ele, desde que se deu conta de que alguém o acompanhava por toda parte. De início, não acreditou que alguém constantemente o seguia, parando quando ele parava e levantando-se quando ele se punha novamente a caminho. E precisou de tempo até entender quem o acompanhava.

“Minha companheira permanente”, disse ele, “é minha morte. Eu me acostumei tanto a ela que não quero mais sentir sua falta. Ela é minha melhor amiga, a mais fiel. Quando fico em dúvida sobre o que é certo fazer e como devo prosseguir, fico um momento em silêncio e lhe peço uma resposta. Eu me abro totalmente a ela, por assim dizer, com minha máxima superfície; sei que ela está ali e eu estou aqui. E, sem me apegar a desejos, aguardo até que dela me venha alguma indicação. Quando estou recolhido e a encaro corajosamente, vem-me, depois de algum tempo, uma palavra dela, como um relâmpago que ilumina a escuridão — e eu ganho clareza.”

Esse discurso soou estranho ao fazendeiro. Em silêncio, ele ficou olhando longamente para dentro da noite. Então, viu também sua acompanhante, sua morte — e inclinou-se diante dela. Sentiu como se a vida que lhe restava tivesse se transformado: tão saborosa como o amor que conhece a despedida e, como o amor, cheio até as bordas.

Na manhã seguinte, comeram juntos e o fazendeiro disse: “Mesmo que você se vá, fica comigo uma amiga.” Então saíram ao ar livre e estenderam-se as mãos. O estranho seguiu seu caminho e o fazendeiro voltou ao campo.

HELLINGER *para Stella* Agora contei a você uma longa história. Está bem, foi isso então. Tudo de bom para você.

STELLA Agradeço muito.

*VERENA: O luto*

## **Diagnóstico: Psicose maniaco-depressiva**

VERENA Sofro de Psicose maniaco-depressiva e tenho psoríase também.

HELLINGER Os maníacos flutuam.

VERENA Graças a Deus ainda não tive nenhuma mania mesmo. Meu médico diz que são submanias.

HELLINGER Ah sim! Mas elas ainda virão.

VERENA Espero que não.

HELLINGER Sim, se ele disse “ainda não”, então elas certamente virão.

VERENA Vivo com o medo nas costas. *Ela chora.*

HELLINGER Sim, exatamente. Isso acontece com os diagnósticos. *Verena suspira profundamente.* É assim que atuam. Você pode fazer um pacote e enviar para o seu psiquiatra. Nesse pacote, você coloca dentro um pequeno pacote, escreve em cima “As submanias” e mande de volta para ele, com cordiais saudações.

VERENA Não entendo isso.

HELLINGER Devo começar de novo pelo começo?

VERENA Não entendi.

HELLINGER Está bem. O psiquiatra deu a você um presente de grego. Ele empurrou algo para você por baixo dos panos, no caso, a submanía. Você pega isso novamente e manda de volta para ele, com cordiais saudações.

VERENA Sim, recentemente me dei conta disso. Ele me disse que provavelmente sempre que estou bem, estou numa submanía. *Risadas estrondosas no grupo.*

HELLINGER Uma pessoa se sente finalmente bem e isso é, direto, uma submanía. Você já viu alguém soltar gritos de júbilo?

VERENA Sim, muitas vezes.

HELLINGER Eles são todos maníacos. Não se pode explicar de outra forma que alguém solte gritos de júbilo ou dê piruetas. São todos maníacos, poderia se pensar assim. Portanto, mude de terapeuta. O melhor é não ter mais nenhum, agora.

VERENA As depressões são muito frequentes e voltam sempre e sempre.

HELLINGER Depressão é uma outra coisa. Você sabe o que depressão significa?

VERENA *furiosa* Acho que é raiva, agressão. *Ela chora.*

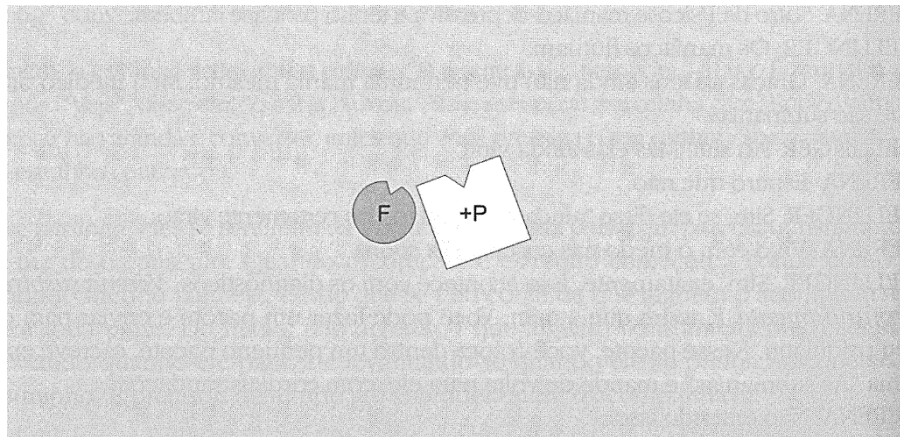
HELLINGER Isso é de novo uma interpretação. Não. Mas você ficou de repente vivaz. Isso fica bem em você. *Ela ri.* Uma pessoa fica deprimida quando lhe falta o pai ou a mãe. É esse o caso?

VERENA Sim, meu pai morreu cedo.

HELLINGER Exatamente, é isso. Você está vendo? É isso. Se você o toma agora em seu coração vai ficar de repente alegre, mas bem do tipo normal. *Ela ri.* Está bem, vamos colocar seu pai e você.

*Verena coloca os representantes um ao lado do outro. Estes colocam espontaneamente os braços em volta um do outro.*

Figura 1



P Pai, morreu cedo

F Filha (=Verena)

HELLINGER *para os representantes* Sigam os seus impulsos, simplesmente assim.

*Pai e filha encostam as cabeças um no outro, ternamente.*

HELLINGER *para Verena* Você está vendo? É isso. Essa é a solução para a depressão. Qual era sua idade quando seu pai faleceu?

VERENA Eu tinha um ano e dois meses e meio.

HELLINGER Isso é muito cedo! Uma criança tão pequena assim não consegue fazer luto, você sabia? Algumas vezes, fica furiosa em vez de fazer luto. Mas a raiva é somente amor, muito amor. Olhe para isso.

*Pai e filha se tocam bem cuidadosamente, como numa grande tristeza. Ele coloca sua mão nos cabelos dela. Ela o segura pela mão.*

*Quando Verena vê isso, soluça alto. Ela se encosta em Hellinger, e este coloca o braço em volta dela.*

HELLINGER *para Verena* Você está vendo, é isso. Algo bem simples, humano. É profundamente compreensível.

HELLINGER *após um tempo, quando Verena se acalma* Olhe para a imagem. Uma criança precisa de seu pai. Esse é o segredo todo de sua depressão.

*O pai acaricia suavemente a cabeça e o ombro da filha, como numa profunda tristeza. Verena se solta de Hellinger. Seu choro pára, mas irrompe de novo. Então, Hellinger coloca o seu braço em volta dela.*

HELLINGER *após um tempo* E quem está realmente triste?

VERENA *chora* Meu pai está triste.

HELLINGER Exatamente. Ele está triste.

VERENA Sim.

HELLINGER Diga a ele: “Eu compartilho com você.”

VERENA Papai, eu compartilho com você. *Ela chora.* Ele ficava frequentemente triste, acho eu.

HELLINGER Quando o pai morre tão cedo e sabe que a criança fica, ele fica triste. Agora, olhe de novo para ele e diga: “Você poderia obter alguma alegria através de mim.”

VERENA Papai, você poderia obter alguma alegria através de mim. Sim. *Ela soluça.*

HELLINGER Diga a ele “Eu cresci.”

VERENA Eu cresci.

HELLINGER “Você poderia obter alguma alegria através de mim.”

VERENA Você poderia ... *Ela respira profundamente e suspira.*

HELLINGER Abra os olhos. Olhe para ele. Diga com uma voz bem normal: “Papai, você poderia obter alguma alegria através de mim.”

VERENA *ainda soluçando* Papai, você poderia obter alguma alegria através de mim.

HELLINGER Diga novamente, com uma voz bem normal.

VERENA *com voz calma* Papai, você poderia obter alguma alegria através de mim.

HELLINGER “E eu guardo um lugar para você em meu coração.”

VERENA E eu guardo... *Ela soluça.*

HELLINGER Você deve olhar para ele.

VERENA *soluçando* E eu guardo um lugar para você em meu coração.

HELLINGER Diga a ele: “Em mim você pode ser até alegre.”

VERENA *com voz mais calma* Em mim, você pode ser até alegre.

HELLINGER *aponta para o representante do pai* Ele se ilumina totalmente. Você está vendo como o seu rosto se ilumina? *para o pai* Como você se sente?

PAI f Estou sorrindo de contentamento.

HELLINGER Vou deixar assim. Foi isso então. *para Verena* Está bem?

VERENA Sim.

*LUDWIG: Eu me deito ao seu lado*

## Síndrome de dores crônicas

HELLINGER *para Ludwig* De que se trata com você?

LUDWIG Fiquei gravemente doente há dois anos. Agora tenho uma síndrome de dores crônicas, que não me deixa em paz e que não me deixa nem dormir. Naquela época também desisti e perdi meu trabalho. Tive uma estafa ou síndrome de esgotamento. Quando pensei que tinha alcançado o fundo do poço, fui mais fundo ainda.

HELLINGER Feche os olhos.

*Após um tempo, Hellinger curva a cabeça de Ludwig levemente para frente e segura a sua mão nas costas dele, entre as omoplatas.*

HELLINGER Deixe os olhos fechados. Abra levemente a boca. Incline a cabeça um pouco mais. Assim.

*após um tempo* Agora, deixe-se mergulhar... até o fundo. Continue respirando... até o fundo.

*Ludwig chora.*

HELLINGER Ceda, simplesmente ceda... e agora deite-se ao lado de alguém, junto a alguém... no fundo... bem quieto.

*Ludwig se inclina um pouco mais profundamente.*

HELLINGER Ceda. Solte.

*As lágrimas rolam pelas faces de Ludwig. Após um tempo, ele soluça profundamente.*

HELLINGER Diga internamente: “Fico aqui.”

*Ludwig fica mais calmo.*

HELLINGER Exatamente. “Fico aqui.”

*após um tempo* Vá até lá onde está a tranquilidade — e fique lá.

*Um pouco mais tarde, Hellinger tira a mão que estava entre as omoplatas de Ludwig. Após um tempo, Ludwig suspira fundo. Depois disso, respira mais calmamente. Transcorrem novamente alguns minutos. Então, ele se encosta, respira profundamente e olha para Hellinger.*

HELLINGER Deixo assim. Está bem?

*Ludwig concorda com a cabeça.*

## No dia seguinte

HELLINGER *para Ludwig* Como estão as suas dores?

LUDWIG Melhor, sim. Elas ainda estão lá, mas bem menos.

HELLINGER Bom. Você é casado?

LUDWIG Sim.

HELLINGER Tem filhos?

LUDWIG Dois, não, três. Um deles é do primeiro casamento.

HELLINGER Qual é a idade deles?

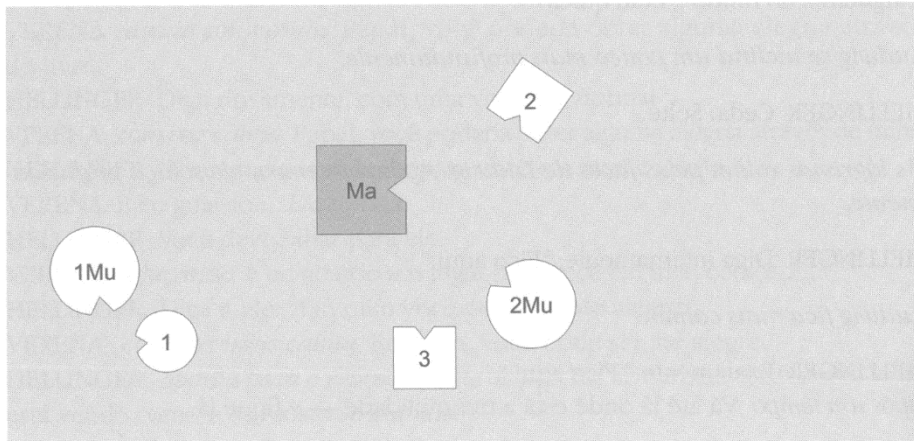
LUDWIG A filha do primeiro casamento tem 16 anos e os dois meninos do segundo casamento têm seis e oito anos.

HELLINGER Por que o primeiro casamento não deu certo?

LUDWIG Não sei. Minha primeira mulher um dia me confrontou, dizendo que estava terminado.

HELLINGER Vamos colocar o sistema atual: sua primeira mulher, você, sua filha, a segunda mulher e os dois filhos.

Figura 1



**Ma Marido =Ludwig**

1MuPrimeira Mulher

1Primeira filha

2MuSegunda Mulher

2Segundo filho

3 Terceiro filho

HELLINGER *aponta para o representante de Ludwig* Ele quer desaparecer.

LUDWIG Não sei o que quer dizer com isso.

HELLINGER Ele quer morrer.

LUDWIG Sim. Mas não exatamente só isso.

HELLINGER Oxalá! Ele se sente atraído para algum lugar. Para onde se sente atraído?

LUDWIG Na direção de minha pátria, de onde eu venho.

HELLINGER O que aconteceu na sua família de origem?

LUDWIG O que foi significativo para mim, ontem, foi que meu avô faleceu quando eu tinha 16 meses de idade.

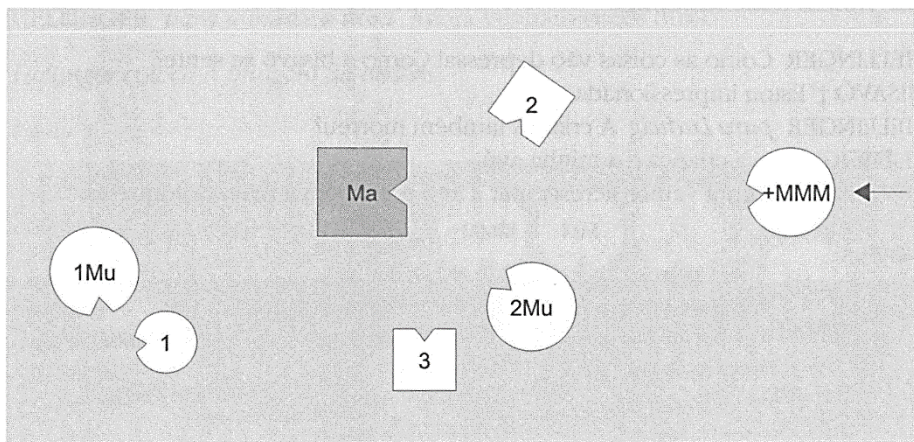
HELLINGER De quê?

LUDWIG De câncer de intestino.

HELLINGER Não, não é isso. O que aconteceu além disso?

LUDWIG Uma outra pessoa morta, que até agora não tinha importância para mim, é a bisavó, a mãe de minha avó, que foi muito importante para mim. Essa bisavó morreu de parto.

Figura 2



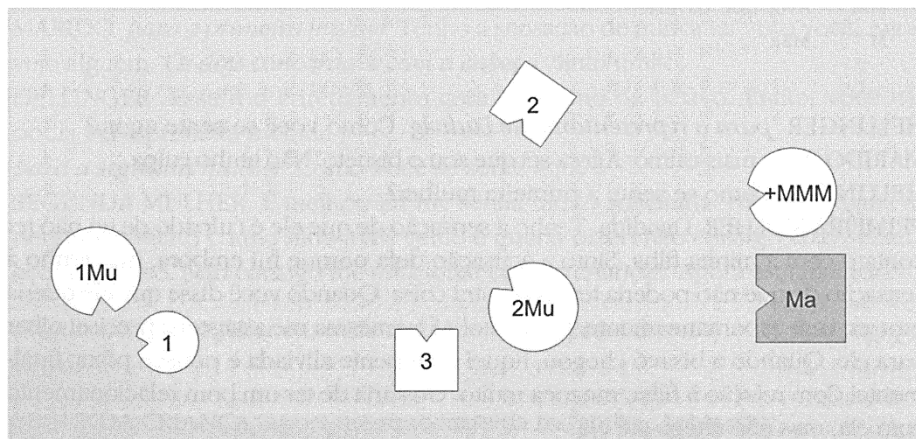
+MMM Bisavó, mãe da mãe da mãe, morreu de parto

HELLINGER *para o representante de Ludwig* Como é?

MARIDO Primeiro me senti acusado pela segunda mulher. Agora que a bisavó

apareceu, sinto-me culpado. Gostaria de me virar, não aguento isso.  
HELLINGER Coloque-se ao lado dela.

Figura 3



HELLINGER A bisavó deve pegá-lo nos braços e segurá-lo.  
*A bisavó o abraça, ele soluça alto. Depois de um tempo, ele se solta e olha para ela. Ambos estão radiantes.*

HELLINGER Como as coisas vão depressa! Como a bisavó se sente?

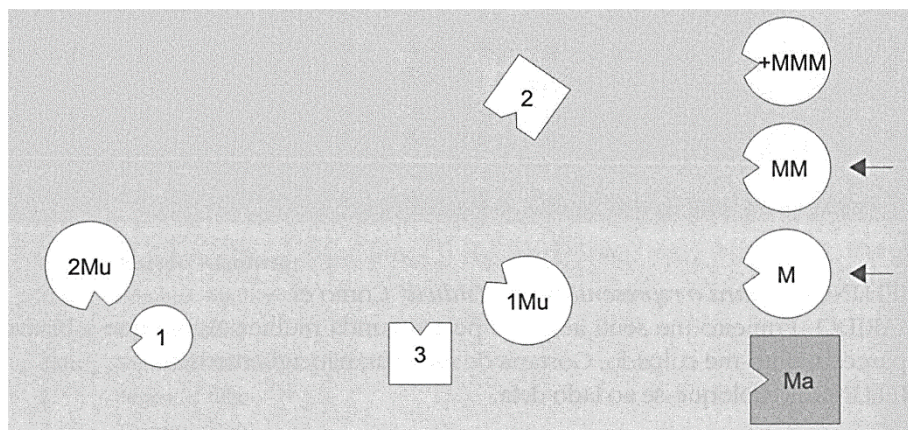
BISAVÓ + Estou impressionada.

HELLINGER *para Ludwig* A criança também morreu?

LUDWIG Não, a criança é a minha avó.

HELLINGER Agora vamos acrescentar a avó e também a mãe. Coloque-as.

Figura 4



MM Avó, mãe da mãe

M Mãe

HELLINGER *para o representante de Ludwig* Como você se sente agora?

MARIDO Bem mais calmo. Agora sei que sou o bisneto. Não tenho culpa.

HELLINGER Como se sente a primeira mulher?

PRIMEIRA MULHER Dividida. Tenho a sensação de que ele é culpado de eu não ter contato com a minha filha. Sinto a acusação dela porque fui embora, mas tenho a sensação de que não poderia ter feito outra coisa. Quando você disse que ele queria morrer, veio espontaneamente: bem feito! Aí eu mesma me assustei e precisei olhar para ele. Quando a bisavó chegou, fiquei de repente aliviada e pensei: pôxa, finalmente! Com relação à filha, me toca muito. Gostaria de ter um bom relacionamento com ela, mas não chego até ela.

HELLINGER *para a filha* E para você?

PRIMEIRA CRIANÇA Sinto-me totalmente pressionada por minha mãe. Tem tanta

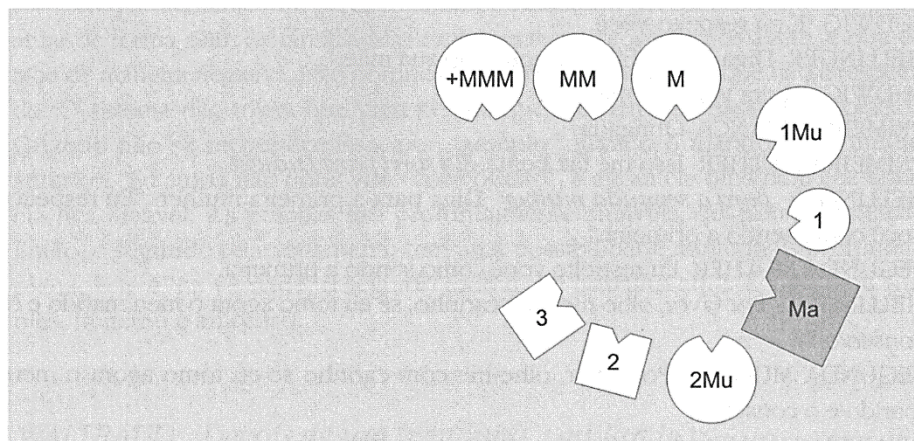
exigência. Eu me sinto como se fosse a mãe. Estou totalmente separada dos outros.

Não me toca.

HELLINGER *para a mãe e a filha* Agora venham vocês duas.

*Hellinger coloca a imagem da ordem.*

Figura 5



HELLINGER *para a filha* Como é agora?

PRIMEIRA FILHA É melhor.

PRIMEIRA MULHER É mais fácil, mas algo pressiona ainda.

MARIDO *para a primeira mulher* Tenho a sensação de nunca ter visto você. Agora vejo alguém. *Os dois concordam com a cabeça.* Sinto muito.

HELLINGER Esse é o enredamento com o destino da bisavó. Então, você não podia ver a primeira mulher.

*para a segunda mulher* Como você se sente aqui?

SEGUNDA MULHER É melhor. Eu me sentia muito solicitada. Não conseguia ter nenhum contato com o filho mais velho e queria dizer: não consigo lidar sozinha com tudo isso. Não consigo me relacionar com as crianças. Agora está melhor.

*Enquanto isso, a filha e a mãe dela riem uma para a outra e se abraçam por detrás.*

SEGUNDA CRIANÇA Agora me sinto incluída na família. Antes não.

TERCEIRA CRIANÇA Sinto a mesma coisa. Antes sentia uma pressão do lado esquerdo, da primeira mulher e da filha. Não tinha nenhum relacionamento com a mãe. Agora está melhor.

*Ludwig ocupa seu lugar na constelação e olha ao seu redor.*

HELLINGER *para Ludwig* Diga também para a sua primeira mulher: “Agora vejo você.”

LUDWIG Agora vejo você.

HELLINGER “E eu respeito você.”

LUDWIG E eu respeito você.

HELLINGER Diga para a filha: “Agora vejo sua mãe.”

LUDWIG Agora vejo sua mãe.

PRIMEIRA CRIANÇA Obrigada.

PRIMEIRA MULHER Isso me faz bem. *Ela sorri para Ludwig.*

HELLINGER *para a segunda mulher* Diga para a primeira mulher: “Eu respeito você como sendo a primeira.”

SEGUNDA MULHER Eu respeito você como sendo a primeira.

HELLINGER “Por favor, olhe-me com carinho, se eu tomo agora o meu marido e o

conservo.”

SEGUNDA MULHER Por favor, olhe-me com carinho se eu tomo agora o meu marido e o conservo.

PRIMEIRA MULHER Sim. *Ela concorda com a cabeça.*

HELLINGER *para Ludwig* Como é para você?

LUDWIG Isso vira tudo de cabeça para baixo.

HELLINGER E daí?

LUDWIG *ri* É bom.

HELLINGER Está bem.

*para a segunda mulher* Como você se sente agora que disse isso?

SEGUNDA MULHER Bem. Está saindo uma pressão de cima de mim. Eu me sinto mais livre.

HELLINGER Acho que atingimos o ponto.

*para Ludwig* Diga para cada uma das crianças: “Sou e continuo sendo o seu pai.”

LUDWIG *para cada criança* Sou e continuo sendo o seu pai.

HELLINGER Diga para a segunda mulher: “Sou e continuo sendo o seu marido.”

LUDWIG Sou e continuo sendo o seu marido. *Os dois sorriem um para o outro.*

HELLINGER Está bem, foi isso.

*para o grupo* A morte de uma mulher no parto é, para uma família, o mais decisivo dos acontecimentos. Quando existe um destino particularmente difícil, ele provoca medo. Acredita-se que, quando se pensa nisso ou se reverencia essas pessoas mortas, esse destino terrível continua. Por isso essas pessoas são temidas e excluídas.

Também, perante os mortos, temos muitas vezes o receio de que possam ser inimigos ou invejosos. A lápide sobre o túmulo é, na verdade, uma tentativa de segurar os mortos para que não saiam. Antigamente ela ficava deitada. Segurava os mortos. Esse é o profundo medo. Mas justamente com isso se provoca o que se quer evitar, e a bênção que poderia vir deles fica impedida.

Nós, aqui, seguimos o outro caminho, nós os trazemos à vista e os respeitamos. Então se pode ver como são carinhosos, quando respeitados.

Frequentemente, um parceiro anterior é excluído por medo de que ele possa atuar de forma ruim na família. Mas exatamente, se procedermos assim, é que ele atua de maneira negativa. Não porque ele seja ruim, mas sim porque não é respeitado. O sistema não tolera que uma pessoa que lhe pertence não seja respeitada. Quando não se reconhece isso, por exemplo, quando o marido diz à mulher anterior: “Eu ainda não tinha visto você direito”, e agora ele olha para ela, então ela fica amável. As pessoas são profundamente amáveis, quando respeitadas. Então, o segundo relacionamento tem uma possibilidade muito mais profunda e plena. Este é, na verdade, o segredo todo deste trabalho aqui. É algo bem simples, humano e amoroso.

*WALTRAUD: Depois de um tempinho, vou também*

## **Câncer de mama**

HELLINGER *para Waltraud, que aparentemente está sempre alegre* Devo trabalhar com você agora?

WALTRAUD Faça do jeito que você sabe.

HELLINGER O que sei eu de sua alegria? Venha cá.

*Ela se senta ao lado dele.*

HELLINGER Sabe onde se é alegre? Alguém me perguntou uma vez: o que Buda faz no Nirvana? Só pude imaginar uma coisa: ele ri.

*Waltraud sorri para Hellinger.*

HELLINGER Seus olhos contradizem a sua boca. Feche-a.

*Ela fecha a boca efica séria e triste. Depois, suspira.*

HELLINGER Sim. Respire profundamente. Exatamente.

*Hellinger coloca a sua mão entre as omoplatas de Waltraud.*

HELLINGER Incline-se bem levemente para frente.

*após um tempo* E agora chore pela sua doença — Respire profundamente — Chore pela sua doença. Incline a cabeça levemente para frente.

*Waltraud chora e respira profundamente.*

HELLINGER Deixe-se levar por essa dor.

*após um tempo* Agora se encoste aqui em mim.

*Waltraud coloca a cabeça no ombro de Hellinger e soluça. Depois de um tempo, ela se endireita e olha para Hellinger.*

HELLINGER Existe uma profunda dor dentro de você, uma dor bem profunda. Feche os olhos novamente, mas fique virada para mim. Onde é que a criança quer se encostar?

WALTRAUD Na minha família inteira.

HELLINGER Especialmente quem?

WALTRAUD No meu irmão falecido.

*Ela encosta novamente a sua cabeça no ombro de Hellinger e chora.*

HELLINGER *após um tempo* Diga a ele: “Depois de um tempinho, vou também.”

WALTRAUD Depois de um tempinho, vou também.

HELLINGER *alguns instantes depois* Como você se sente dizendo isso?

WALTRAUD Bem.

HELLINGER Exatamente. Para quem você deve ser alegre, na verdade? Quem na realidade, não aguenta a dor?

WALTRAUD Meu filho.

HELLINGER Ah, sim.

*Ela começa a chorar novamente.*

HELLINGER Imagine que ele esteja aqui em frente. Diga a ele: “Eu fico, o tempo que me for permitido.”

WALTRAUD Eu fico, o tempo que me for permitido.

HELLINGER Qual é a idade dele?

WALTRAUD 33.

HELLINGER Diga a ele: “Eu sigo o meu caminho.”

WALTRAUD Eu sigo o meu caminho.

HELLINGER “Eu fico, o tempo que me for permitido, mas eu sigo o meu caminho.”

WALTRAUD Eu fico, o tempo que me for permitido, mas eu sigo o meu caminho.  
*Ela fecha os olhos ao dizer isso.*

HELLINGER Diga seriamente. Você não deve poupar-lhe a tristeza e a dor. Não lhe compete. Você deve confiar que ele vá suportar a tristeza e a dor. Diga isso novamente para ele.

WALTRAUD Eu fico, o tempo que me for permitido, mas eu sigo o meu caminho. Eu preciso confiar que você vai suportar a tristeza e a dor.

HELLINGER “Eu confio.” Diga assim.

WALTRAUD Eu confio.

HELLINGER Exatamente. Agora teve muita força. É melhor também para ele. Devo deixar assim?

WALTRAUD Sim.

HELLINGER Está bem. Bom.

*MECHTHILD: Querida irmã, eu deixo você com a mamãe”*

### **Arranhando ininterruptamente a pele**

HELLINGER *para Mechthild* De que se trata?

MECHTHILD Faço de cada dia um inferno para mim. Eu própria me destruo.

HELLINGER Eu não entendo. Você precisa falar claramente comigo.

MECHTHILD Todo dia tenho medo de acordar de manhã. Eu própria me lanço de uma crise a outra num comportamento autodestrutivo.

HELLINGER Quem contou isso para você?

MECHTHILD Eu mesma me sinto assim.

HELLINGER Existem pessoas que pensam que, quando estão perante Deus e falam mal de si próprios, então ele vai olhar amavelmente. *Mechthild concorda com a cabeça.* Existem também terapeutas que olham amavelmente, quando o cliente se diminui. Eu não olho tão amavelmente quando alguém faz isso.

MECHTHILD Eu já sei.

HELLINGER Portanto, bem concretamente: de que se trata?

MECHTHILD Há cinco anos que arranho ininterruptamente a pele. Há dois meses que não faço nada mais do que isso, o dia todo.

HELLINGER Isso me basta. É concreto. Com isso posso começar. Qual é a sua idade?

MECHTHILD 26.

HELLINGER Você é casada?

MECHTHILD Não.

HELLINGER Você tem filhos?

MECHTHILD Não.

HELLINGER O que aconteceu na família de origem?

MECHTHILD Tenho dois irmãos mais velhos. Sei, através de minha mãe, que não lhe foi permitido ter o primeiro filho do seu primeiro parceiro, que era inglês, eles mataram a criança. Sei disso. Ela voltou da Inglaterra e não lhe foi permitido ter a criança. Foi uma vergonha para a família.

HELLINGER Eles eram beatos, naturalmente. Pessoas beatas fazem assim. Matam uma criança para escapar da vergonha. Terrível. *Mechthild concorda com a cabeça.* Os pecadores aceitam as crianças. *Mechthild concorda com a cabeça.* Era um menino ou uma menina?

MECHTHILD Uma menina.

HELLINGER Qual era a idade dela?

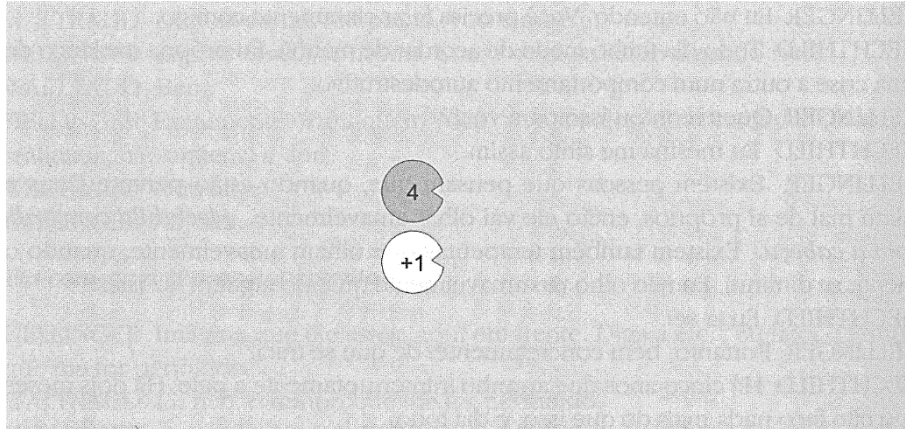
MECHTHILD Era de cinco meses. Minha mãe deu à luz. Então, minha avó e a minha tia pegaram a criança e queimaram-na no fogão.

HELLINGER A criança foi abortada?

MECHTHILD Foi abortada, mas viveu brevemente e foi queimada no fogão.

*Hellinger escolhe uma representante para a criança morta e diz para ela se deitar de costas no chão. Então diz para Mechthild se deitar de costas ao lado dessa criança.*

Figura 1



+ 1 Primeira criança (abortada no quinto mês e foi queimada no fogão)

#### **4 Quarta Filha (=Mechthild)**

HELLINGER *para a representante da criança morta* Fique de olhos fechados e deitada bem quieta.

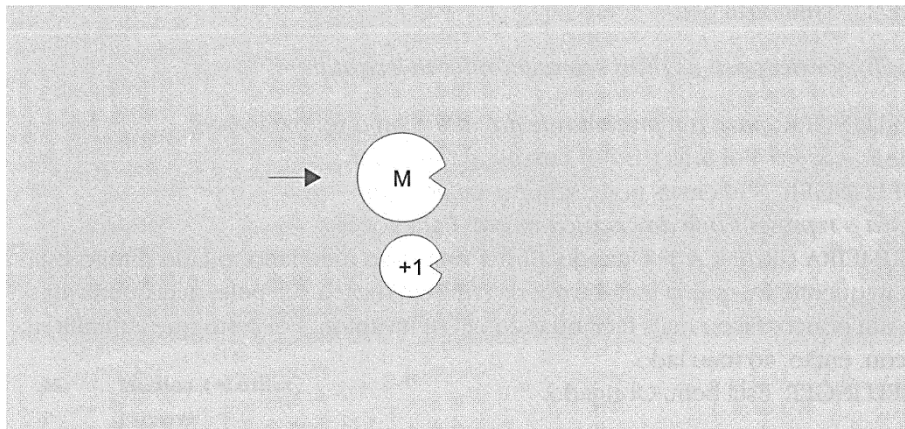
*para Mechthild* E você, olhe para ela.

*As duas ficam deitadas assim, por um tempo. Então, a criança morta olha para a sua irmã. As duas se pegam pelas mãos. Mechthild respira com dificuldade e permanece assim por um longo tempo. Então, a criança morta vira a cabeça e fecha os olhos.*

HELLINGER *após um tempo, para Mechthild* Siga o movimento, como você quiser.

*Mechthild solta a mão de sua irmã morta. Esta olha para ela. Ambas se olham. Então, Mechthild se vira de lado e fica de costas para a irmã. Esta estende a mão em direção a ela e a acaricia nas costas e na cabeça. Mechthild respira com dificuldade. Depois de um tempo, Hellinger fala para Mechthild se levantar e se sentar novamente em seu lugar. Então, escolhe uma representante para a mãe da criança e fala para ela se deitar de costas, ao lado da criança.*

Figura 2



M Mãe

*A mãe olha primeiro para a criança. Então se vira para ela, puxa-a para si e a acaricia. A criança também se vira para ela. As duas permanecem abraçadas ternamente, por um longo tempo. A mãe acaricia a criança nas costas e na cabeça.*

HELLINGER *após um tempo, para Mechthild* Sabe qual é a solução para você?  
MECHTHILD *espera séria e respira com dificuldade* Preciso deixá-la com a minha mãe.

HELLINGER Exatamente. Diga a ela: “Querida irmã.”

MECHTHILD Querida irmã.

HELLINGER “Eu deixo você com a sua mãe.”

MECHTHILD Eu deixo você com a sua mãe.

HELLINGER E diga para a mãe. Como você a chamava?

MECHTHILD Mamãe.

HELLINGER “Mamãe, eu a deixo com você.”

MECHTHILD Mamãe, eu a deixo com você.

HELLINGER “Vou agora para o meu pai.”

MECHTHILD Vou agora para o meu pai.

HELLINGER *após um tempo* Você precisa deixar a sua mãe partir. E você deve deixá-la morrer.

MECHTHILD *respira fundo e concorda com a cabeça* Sim. *Então olha para Hellinger.*

HELLINGER Agora se afaste e vá até o pai. Com o pai é o bom lugar. De acordo? *Mechthild concorda com a cabeça.*

HELLINGER Está bem.

*Hellinger diz para as duas representantes se levantarem.*

HELLINGER *para a representante da mãe* Como foi para você?

MÃE *suspira* Foi uma tristeza desvairada — e dor.

HELLINGER Nada mais pode segurar a mãe aqui. *para a representante da criança morta* Para você?

PRIMEIRA CRIANÇA † Quando a irmã estava ao meu lado, o lado direito estava bem quente. Eu queria tocá-la, queria também tocar a sua pele, mas queria afastá-la um pouco. Ficou mais fácil quando ela se levantou. Foi certo que a minha mãe ficou, então, ao meu lado.

HELLINGER Está bem. Obrigado.

*para o grupo* A maioria dos psicoterapeutas que se confrontam com tal situação se preocupam com a “pobre” mãe. Mas não se pode salvar a mãe. Não há nada a fazer, senão morrer. Como é que alguém pode continuar vivendo depois de tal coisa? É inimaginável. Ela precisa ir para os mortos. É o único lugar de paz que ainda é possível.

**LOTHAR: O limite mais extremo**

## **Foi ferido gravemente por um paciente**

HELLINGER *para o grupo* Na pausa, alguém falou comigo. Posso pedir ao médico que venha até aqui?

*para Lothar* Está em ordem, se trabalharmos agora com isso?

LOTHAR Sim.

HELLINGER *para o grupo* Vou contar brevemente o que foi. Ele é psiquiatra e foi atacado e ferido gravemente por um paciente. Esse paciente queria matá-lo. *para*

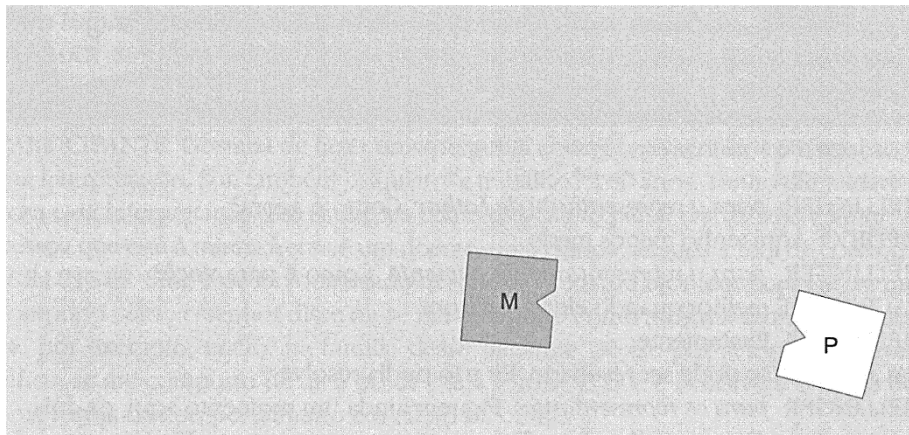
Lothar Está correto assim?

LOTHAR Sim.

HELLINGER Gostaria de colocar essa situação agora para você ver qual a dinâmica que ocorre aqui e para que possa se orientar. Vou pegar duas pessoas: o paciente e você.

*Lothar escolhe dois representantes e os coloca.*

Figura 1

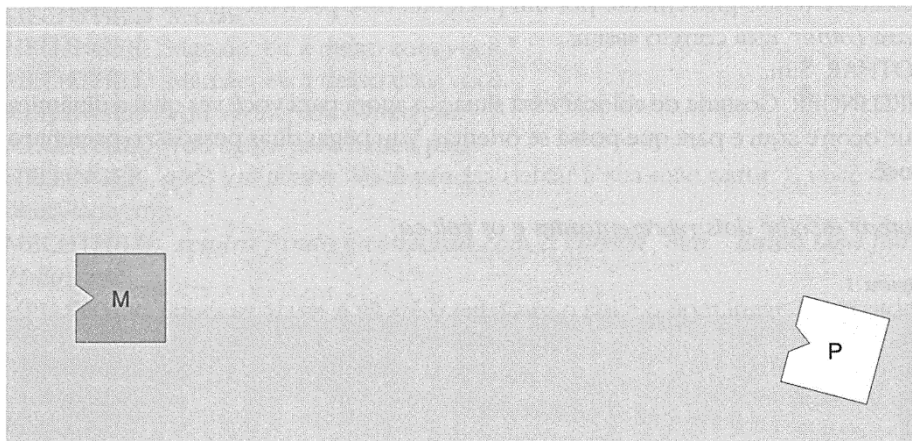


**M Médico (=Lothar)**

P Paciente

*Os dois se olham longamente. Então o médico dá um passo na direção do paciente mas, após um tempo, ele dá novamente um passo para trás. Eles olham o tempo todo um para o outro. Um pouco mais tarde, Hellinger o conduz lentamente para trás e então o vira.*

Figura 2



HELLINGER *para o representante de Lothar* Como é agora?

MÉDICO Aqui tenho menos medo.

HELLINGER *para o representante do paciente* Como é para você?

PACIENTE É melhor quando ele vai embora.

HELLINGER Exatamente.

PACIENTE Não pode ser resolvido. Eu não podia resolver.

HELLINGER *para os representantes* Fiquem ainda um momento aqui, os dois. *para o grupo* Quero explicar isso. Tivemos antes uma conversa. Ele foi mais tarde ao paciente, para se reconciliar com ele. Eu lhe disse que não se pode fazer isso nunca. Também um esquizofrênico precisa assumir totalmente as consequências de seus atos. Ele é perigoso, e para o bem-estar de todos precisa permanecer em guarda de segurança. Não se pode fazer nenhuma tentativa de livrá-lo disso.

*para Lothar* Assim, ele recebe de volta a sua dignidade. O representante do paciente mostrou que não pode fazer nada. Ele está totalmente paralisado. Depois desse ato, não se pode fazer mais nada. Você precisa deixá-lo seguir o seu destino e se afastar, como acabei de mostrar a você. Faz sentido?

LOTHAR Sim. Sinto agora uma mistura de tristeza e dor.

HELLINGER Isso não lhe compete. Você não pode ficar triste e nem pode sentir dor por ele. Isso tudo é uma degradação de sua pessoa e o faria ficar mais zangado do que ele está.

*Lothar concorda com isso.*

HELLINGER Aqui se vai ao limite mais extremo. Está claro para você agora?

LOTHAR Sim.

HELLINGER Salvei você?

*Lothar ri.*

HELLINGER Sim, é sério o que digo. Senão você estará novamente em perigo. Um guerreiro luta.

*Lothar concorda com a cabeça.*

HELLINGER Está bem, foi isso.

*para os representantes* Agora saiam de seus papéis.

*para Lothar* Está bom assim?

LOTHAR Sim.

HELLINGER *para o grupo* Alguma pergunta, talvez, quanto a isso?

PARTICIPANTE Gostaria de fazer uma pergunta concreta ao senhor, com relação à sua interpretação. Sou também psiquiatra e trabalho há 40 anos. Tenho dificuldades com essa interpretação. Em situações como essa, sinto pena, compaixão e amor. A pessoa que está à minha frente é um doente, uma pessoa alterada e fora de controle.

HELLINGER Sim, esse é o outro lado. A questão é: o que acontece com ele, se me comporto como o senhor disse ou se me comporto como mostrei? E o que acontece, por exemplo, então, na família desse paciente, se ele por acaso ainda tiver filhos, se me comporto de uma ou de outra forma? O que é decisivo é o efeito de uma forma de comportamento e o efeito da outra.

Vou dar um exemplo. Um homem esteve duas vezes num curso meu e depois veio também sua mulher. Um pouco depois, ela me escreveu uma carta dizendo que seu marido tinha estrangulado sua própria mãe de 80 anos e tinha se apresentado à polícia. Ele era um empresário. Ela me perguntou se eu não poderia ajudá-lo. Eu disse a ela que estava disposto, por respeito à vítima, a ajudá-lo a assumir a sua culpa.

Então, fui chamado pela polícia para fazer um relatório de que ele não estava em sã consciência e que não era responsável pelos seus próprios atos. Eu recusei. Enquanto o processo andava, um de seus filhos adotivos sofreu um acidente fatal. O homem foi liberado, por piedade, porque foi considerado que ele não era responsável pelos seus atos.

Eu disse para a mulher: você deve se divorciar dele. Você não deve ficar com ele, não pode ficar com um assassino.

Um dia, ele veio até mim e quis fazer-me acusações. Eu deveria ter visto que ele era bastante agressivo. Eu disse para ele: você deveria estar na prisão, esse é o lugar digno para você. Se você não está lá dentro, deveria pelo menos se comportar como se estivesse. Ele ficou bravo comigo e se foi.

Depois de um tempo, escutei comentários de que ele tinha fundado uma instituição. Ele era rico. Era um empresário e bastante responsável. Deu o nome de seu filho à instituição, não o nome de sua mãe. Ela estava totalmente

excluída.

Agora, há algumas semanas atrás, escutei que a sua mulher tinha suicidado, mas de forma bem misteriosa. Isso é o que acontece quando se tem pena.

*FRITZ: Mamãe fique, por favor*

## **Ataques de medo**

FRITZ Tenho ataques de medo.

HELLINGER Desde quando?

FRITZ Há dez anos, talvez.

HELLINGER O que aconteceu logo antes disso?

FRITZ Eu me separei de minha namorada.

HELLINGER Aconteceu algo entre vocês?

FRITZ Não.

HELLINGER Como se manifestam esses ataques de medo?

FRITZ Tenho horror quando as pessoas me dirigem a palavra.

HELLINGER Tive isso também, durante 30 anos. Eu me acostumei a isso e então esqueci. *Fritz ri.* Agora feche os olhos e imagine que alguém lhe dirige a palavra de forma que lhe cause medo. Sinta brevemente o horror. Preste atenção qual era a sua idade, quando você estiver sentindo isso.

HELLINGER *após um tempo, quando Fritz faz um movimento involuntário* Sim, que idade?

FRITZ *sacode a cabeça* Me parece que ainda não estava aqui, como se eu não estivesse ainda aqui.

HELLINGER Pode ser. Aconteceu algo durante a gravidez de sua mãe?

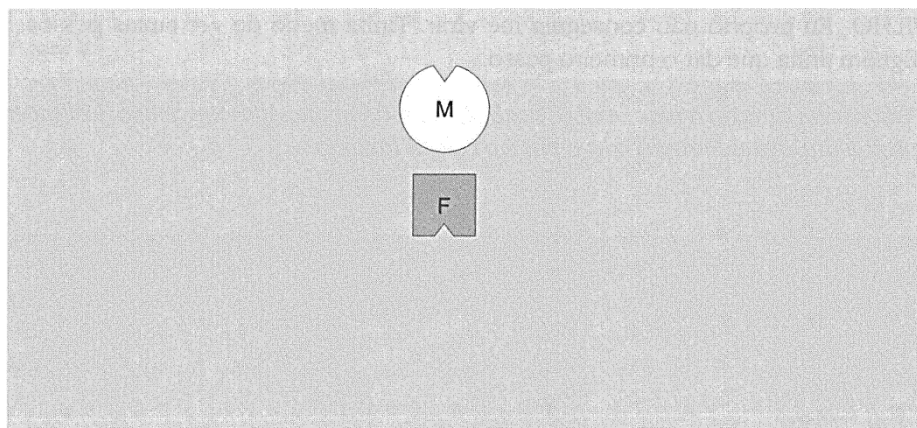
FRITZ Isso não sei. Meus pais já são falecidos.

HELLINGER Você ouviu algo, talvez uma desgraça?

FRITZ Não, não sei disso.

HELLINGER Vamos colocar agora sua mãe e você. Escolha os representantes e os coloque.

*Figura 1*



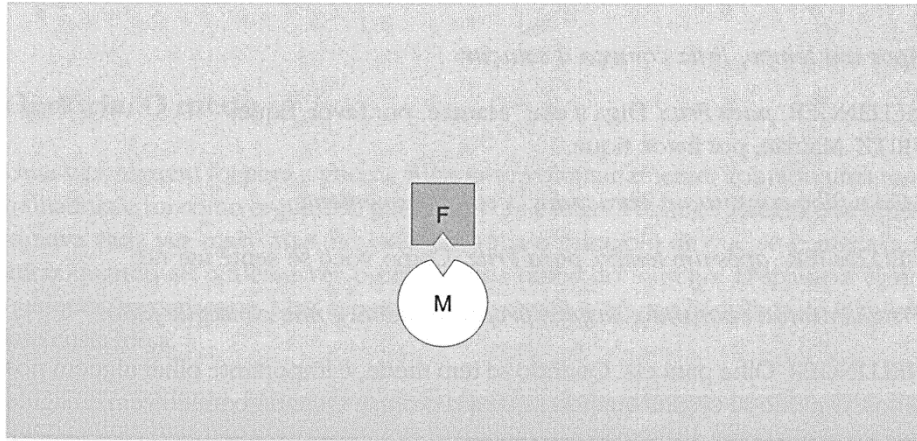
**M** Mãe

**F** Filho (=Fritz)

*Ambos permanecem imóveis, um tempo. Então, a mãe se vira, coloca as mãos nas costas do filho e se coloca na frente dele. Ambos se abraçam ternamente e a mãe acaricia a sua cabeça.*



Figura 2



HELLINGER *após um tempo, para Fritz* Como você se sente quando vê isso?  
FRITZ Eu tremo internamente. Não consigo acreditar nisso.

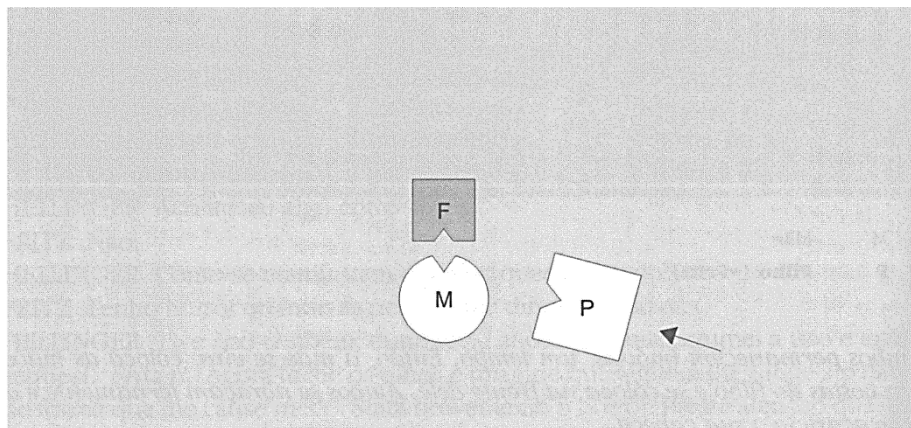
HELLINGER Vá você mesmo até lá.

*para o representante de Fritz* Como você se sentiu?

FILHO Eu próprio não conseguia me virar. Tinha medo de ver tantas pessoas. Alguém tinha que dar o primeiro passo.

*Fritz vai em direção à mãe. Ambos se abraçam fortemente. Após um tempo, Hellinger escolhe um representante para o pai e o coloca ao lado.*

Figura 3



P Pai

*Após um tempo, Fritz começa a soluçar.*

HELLINGER *para Fritz* Diga a ela: “Mamãe, por favor, fique.”

FRITZ Mamãe, por favor, fique.

*Mãe e filho continuam abraçados, terna e firmemente.*

HELLINGER *após um tempo, para Fritz* Como você se sente agora?

*Fritz continua chorando, suspira profundamente e não consegue falar.*

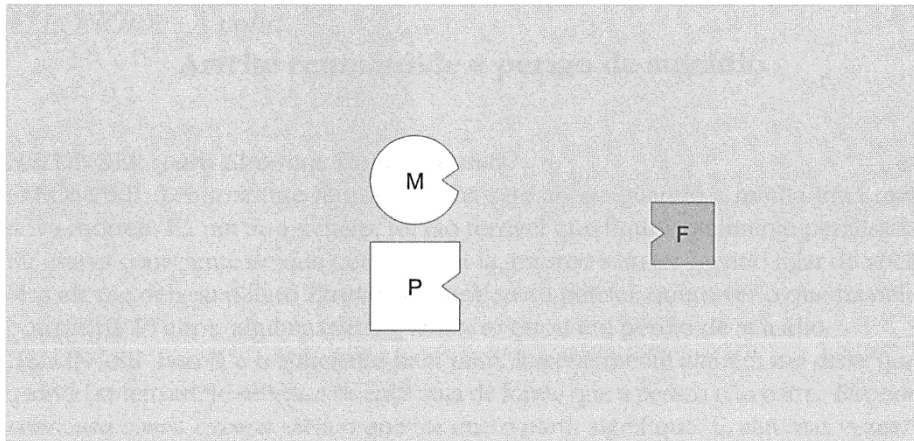
HELLINGER Olhe para ela. Quando se tem medo, é importante olhar alguém nos olhos. O medo se origina quando se desvia o olhar. Quando o medo vem, imagine que você olha para a sua mãe nos olhos.

*Ele olha para ela nos olhos e ri.*

HELLINGER Você está vendo? É isso.

*Fritz e a mãe se abraçam novamente. Então, ele a beija no rosto. Hellinger coloca então, o pai ao lado da mãe e Fritz na frente deles.*

Figura 4



HELLINGER *para Fritz* Agora, olhe também o seu pai nos olhos.

*Fritz olha para o pai nos olhos e ri.*

HELLINGER Acho que encontramos para você. De acordo?

FRITZ Sim.

## **História: O medo**

Uma vez, alguém foi para a guerra. Alistou-se voluntariamente, arranjou uma metralhadora e foi como orgulhoso guerreiro para a luta. O inimigo atacava e se aproximava cada vez mais. Mas, no exército, valia o princípio de que se começava a atirar quando se pudesse ver o branco nos olhos do inimigo. Disparar a esmo qualquer um consegue. Mas, esperar até que se veja o branco nos olhos do inimigo, isso custa força.

O inimigo, portanto, se aproximava e o homem já via o branco no olho dele. Ele queria atirar, mas não conseguia. Sua metralhadora emperrou. Ele começou a tremer e, quando o inimigo estava bem perto, reconheceu nele o seu amigo.

# DO CURSO EM FRANKFURT

*ELEONORE: A volta*

## **Artrite reumatóide e perigo de suicídio**

HELLINGER *para Eleonore* De que se trata?

ELEONORE Tenho artrite reumatóide há sete anos. Quando a minha irmã mais nova morreu, há um ano e meio, foi tão terrível que fiquei totalmente paralisada. Eu estava consciente de que queria segui-la, mesmo sem ter ouvido falar de você. Mas ela me deixou o livro *Zweierlei Glück*<sup>4</sup>, e eu pensei: quero ver o que há nele, porque há 15 anos, algumas vezes, também estou em perigo de suicídio.

HELLINGER Isso já é o suficiente para mim. Recentemente alguém me disse que, quando se tem artrite severa, a doença atua de forma que a pessoa não parte. *Eleonore concorda com a cabeça.* Seja o que for que o partir signifique. E, algumas vezes, a doença vai, quando a pessoa fica.

ELEONORE *ri* Na verdade, depois que li o livro é que decidi ficar, mais do que tinha desejado nos últimos 15 anos. Por isso, também estou aqui.

HELLINGER Você é casada?

ELEONORE Sou divorciada.

HELLINGER Você tem filhos?

ELEONORE Não.

HELLINGER Por que você se divorciou? Somente as razões externas.

ELEONORE Na verdade, foi um casamento muito feliz e longo.

HELLINGER Aconteceu algo?

ELEONORE Tinha uma outra mulher lá. Mas também, porque meu marido ridicularizava o meu caminho espiritual. Não tive paciência suficiente para aguentar isso.

HELLINGER *ri* Eu também ridicularizo isso, algumas vezes.

ELEONORE Eu também.

HELLINGER E agora?

ELEONORE Eu chego até a me divertir, fazendo isso.

HELLINGER Não iria tão longe. *Risadas no público. Eleonore também ri alto.*

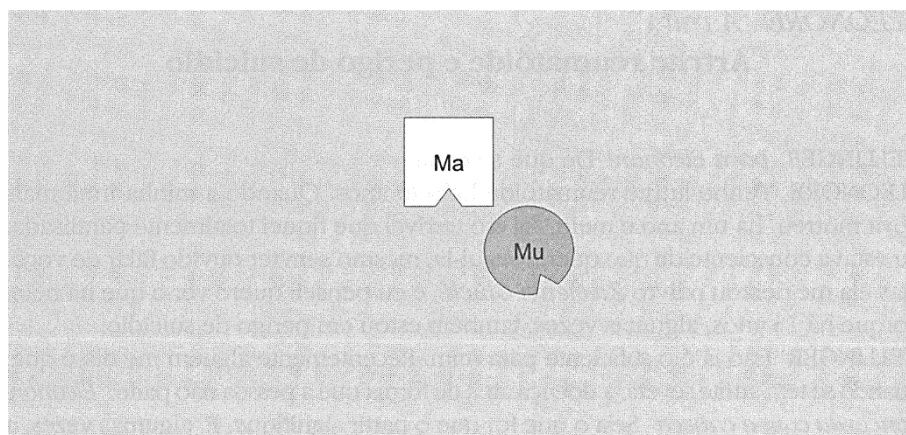
ELEONORE Queria dizer mais uma coisa. Meu pai era alcoólatra e suicidou enquanto estava numa clínica psiquiátrica. Desde então, tenho medo de ficar louca. A irmã dele também ficou 10 anos numa clínica psiquiátrica e morreu lá. Isso era também um problema subjacente.

HELLINGER Vou começar com você e seu marido. Escolha representantes para os dois e os coloque.

---

<sup>4</sup> *A simetria oculta do amor.* Livro publicado na língua portuguesa pela editora Cultrix.

Figura 1



Ma Marido

**Mu Mulher (=Eleonore)**

*A mulher olha para o chão. O marido sacode a cabeça. Após um tempo, ele olha para ela, mas ela não se mexe. Ela curva a sua cabeça mais profundamente ainda e ameaça cair para frente. O marido a pega pelo braço esquerdo, para segurá-la, mas ela não se mexe. Ele sacode a cabeça e a solta novamente. Ele olha ainda um certo tempo para ela, então olha para a frente.*

HELLINGER *para Eleonore* O que você diz disso?

ELEONORE *chorando, mostra para a constelação* Estou muito triste. Não fico tão segura e ereta como antes. Meu marido está simplesmente aí e ainda me apoiou. Isso também é claro.

HELLINGER Não existe nenhuma compaixão de sua parte em relação a ele.

ELEONORE Sim, eu me sinto de certa forma bem triste e sinto muito pelo que fiz a ele.

*Enquanto isso, o marido olha novamente para a mulher.*

HELLINGER Da maneira que você fala, está totalmente concentrada em si mesma e não tem olhos para o marido.

*O marido olha para o chão e sacode a cabeça. Então, olha novamente para a mulher, sacode a cabeça e olha para o chão. A mulher permanece o tempo todo imóvel, mas ameaça cair para a frente.*

ELONORA Tenho sim, um olhar para ele.

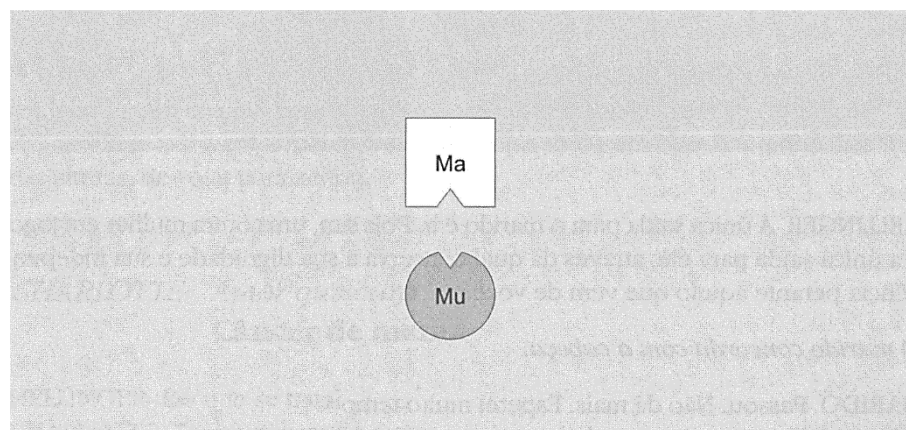
HELLINGER Você falou sobre ele quase que sem um sentimento de compaixão.

ELEONORE Agora eu cuido também dele.

HELLINGER O que é isso?! O que serve o seu cuidado por ele?! Olhando para essa imagem, é arrogante dizer que você cuida dele.

*Hellinger coloca-a diante do marido.*

Figura 2



O marido sorri amavelmente para ela, mas ela continua olhando para o chão.

HELLINGER para Eleonore Ele é amável e ela é fechada.

O marido sacode a cabeça, olha para o chão e, novamente, para a mulher.

ELEONORE Isso não é certo.

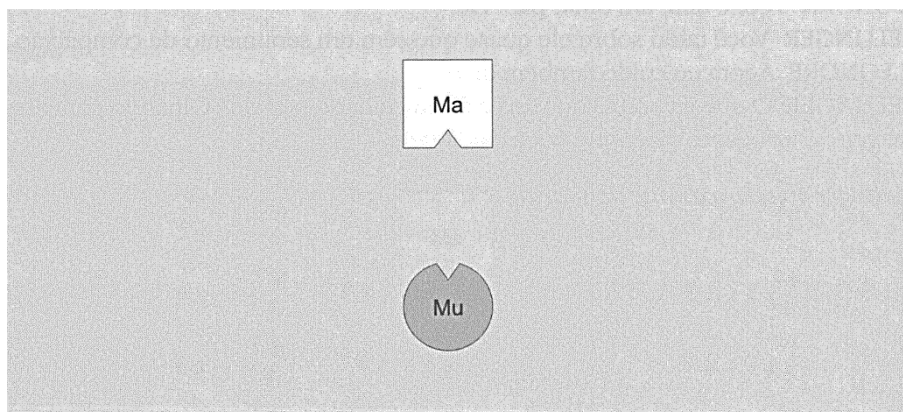
HELLINGER Mas nós estamos vendo isso. Estamos vendo isso aqui. Nos está sendo apresentado. O desrespeito por uma pessoa é o começo de um caminho espiritual. Isso nos está sendo mostrado.

ELEONORE Não consigo entender isso direito.

HELLINGER Você fala demais, em vez de se deixar tocar por essa imagem.

O marido recua, então, um passo. A mulher também recua um passo e olha para o marido.

Figura 3



HELLINGER A única saída para o marido é ir. Pois sim, uma outra mulher em jogo! É a única saída para ele, através da qual conserva a sua dignidade e sua independência perante aquilo que vem de você.

O marido concorda com a cabeça.

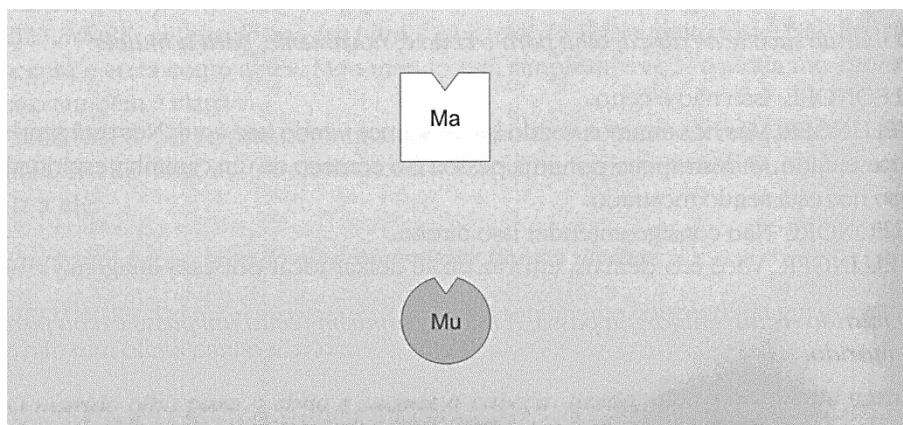
MARIDO Passou. Não dá mais. Esperei muito tempo.

HELLINGER Aqui não se pode fazer nada.

MARIDO Eu preciso me virar.

HELLINGER Sim, faça isso.

Figura 4



HELLINGER para os representantes Vocês podem se sentar.

após um tempo, para Eleonore, que está chorando O retorno começa com o respeito pelo seu marido. Eleonora concorda com a cabeça. Então se pode continuar a ver. Está bem?

ELEONORE Sim.

HELLINGER Bom, deixo assim.

*para o grupo* Ela me ofereceu para olhar para a família de origem dela. Isso teria sido uma substituição.

*para Eleonore* Começa-se pelo presente. Quando isso fica resolvido, pode-se voltar à família de origem e resolver o que ainda não está resolvido lá.

*para o grupo* Alguma pergunta em relação a isso?

PARTICIPANTE Pensei que o caminho espiritual não fosse tão ruim. Quando você falou antes da fenomenologia, pensei que isso seria talvez como um caminho espiritual.

HELLINGER *olha longamente para ela* Existe ainda um outro caminho. Ele vem das alturas, de volta para a terra.

## *CHARLOTTE: Amor que cura*

### **Câncer de mama**

HELLINGER De que se trata?

CHARLOTTE Tenho câncer de mama.

HELLINGER Desde quando?

CHARLOTTE Fui operada há dez meses.

HELLINGER Como você se sente agora?

CHARLOTTE Estou bem, de acordo com as circunstâncias. Recuperei-me bem.

HELLINGER O que você quer de mim?

CHARLOTTE Se puder, gostaria de obter apoio no sentido de acreditar e confiar que posso continuar curada. Tenho medo de ficar doente de novo, que continue.

HELLINGER Com razão. Imagine que você estaria agora convicta de que ficará saudável para sempre. Como se sentiria então?

CHARLOTTE Isso seria algo irreal, é claro.

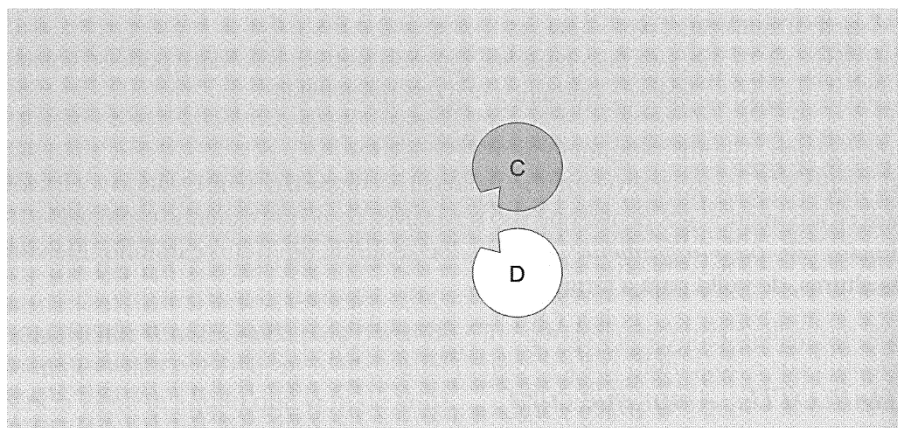
HELLINGER Seria também terrível. Para a alma, seria terrível. O procedimento é que você tome a doença em seu coração e a trate com cuidado, com respeito e com temor.

Fiz um exercício de imaginação com a primeira de minhas clientes cancerosas com a qual trabalhei. Deveria imaginar o câncer até que tivesse uma imagem dele. Ela viu um polvo com muitos tentáculos. Então, disse para ela escutar o que o polvo dizia. O polvo disse: você não sabe, então, quão perigoso eu sou? Assim ela voltou à realidade. Isso foi há muitos anos. Ela vive até hoje. Mas essa é a postura adequada aqui: o respeito também pelo perigo.

CHARLOTTE Eu sei quão perigosa é a doença.

HELLINGER Exatamente. Tenho uma imagem bem simples: coloque a doença e você ao seu lado.

Figura 1

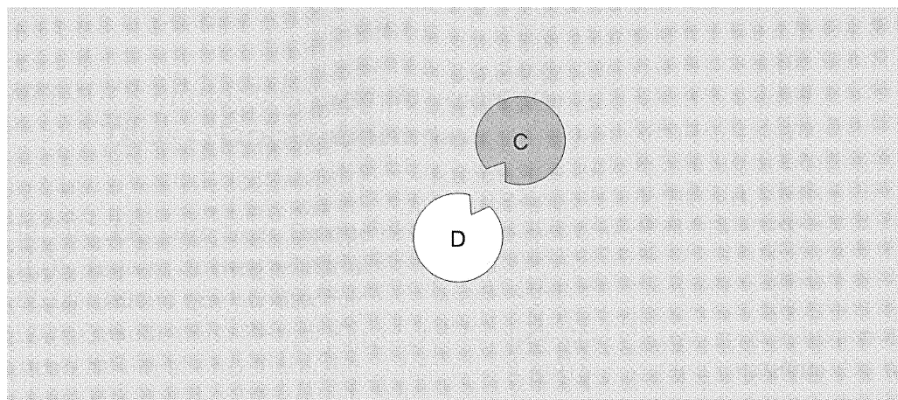


D Doença  
C Charlotte

HELLINGER *para Charlotte, quando esta está ao lado da doença Pegue-a pela mão.*

*A doença olha para Charlotte. Esta chora e respira profundamente. Então, a doença se coloca na frente dela.*

Figura 2



*Ambas se olham longamente nos olhos. A doença concorda com a cabeça amavelmente. Após um tempo, Charlotte vai em direção a ela e se abraçam ternamente. Charlotte está muito comovida. Depois de um tempo, elas se soltam uma da outra e se olham novamente nos olhos.*

HELLINGER *Está bem, bom.*

*para Charlotte e a representante da doença Vocês duas mostraram lindamente. Isso também é um exemplo para os outros, de como lidar com isso. Eu ainda tive uma imagem. Quem é então a doença na realidade? Quem pode ser?*

CHARLOTTE *Não tenho a mínima ideia.*

HELLINGER *Eu vi a mãe.*

CHARLOTTE *Sim, isso faz sentido. Ela está muito comovida.*

HELLINGER *Observei no câncer de mama que muitas mulheres que têm esta doença, preferem morrer a fazer uma profunda reverência perante sua mãe. A reverência e o amor curam. para Charlotte Está bom assim?*

CHARLOTTE *Sim.*

# DO CURSO EM LINZ

## *HEDI: Os mortos precisam de libertação*

### **Duas crianças abortadas**

HELLINGER *para Hedi* De que se trata?

HEDI Trata-se de meu relacionamento.

HELLINGER O que aconteceu?

HEDI Quando tinha 19 anos, fiquei grávida, após uma relação de uma única noite. Então, fiz um aborto. Enquanto ainda estava grávida, conheci alguém. Nós nos apaixonamos. *Ela começa a chorar.*

HELLINGER O que aconteceu?

HEDI Queríamos nos casar e eu tive um grave acidente de moto. Por isso, o relacionamento terminou.

HELLINGER O que aconteceu no acidente de moto?

HEDI Tive uma fratura exposta de terceiro grau na parte inferior da coxa. A perna pôde ser conservada. Mas, aproximadamente há quatro anos, essa cicatriz abriu de novo. Então fiz uma constelação familiar de minha família de origem com uma terapeuta, e assim, a ferida começou a se fechar novamente.

Depois desse primeiro relacionamento, vivi 12 anos com um namorado e fiquei novamente grávida. Aqui havia uma indicação médica para interromper a gravidez. Depois disso, engordei muito. Antes disso já tinha essa tendência, mas agora é horrível.

HELLINGER E o que devo fazer?

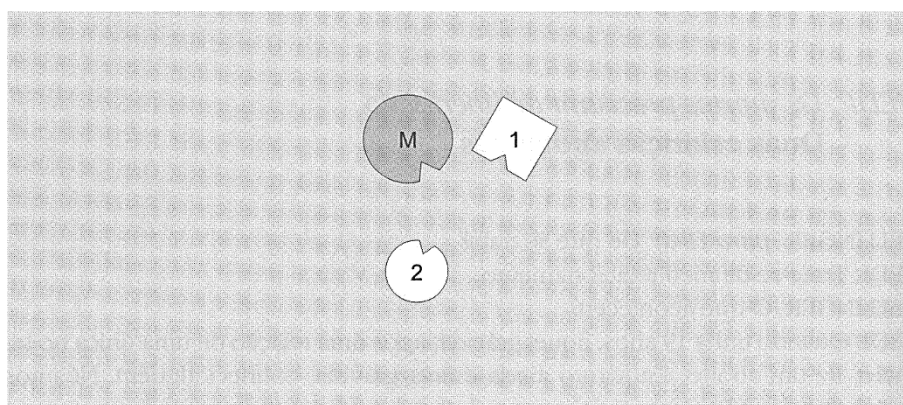
*após um momento, porque Hedi não responde* Quero dizer algo a você, como é que se fica gordo. Fica-se gordo quando algo falta. O que falta?

HEDI O namorado.

HELLINGER Não. Estão faltando as duas crianças.

HELLINGER *depois de um longo silêncio* Está bem, coloque alguém para você e as duas crianças.

*Figura 1*



**M Mãe (=Hedi)**

1 Primeira criança abortada, filho

2 Segunda criança abortada, filha

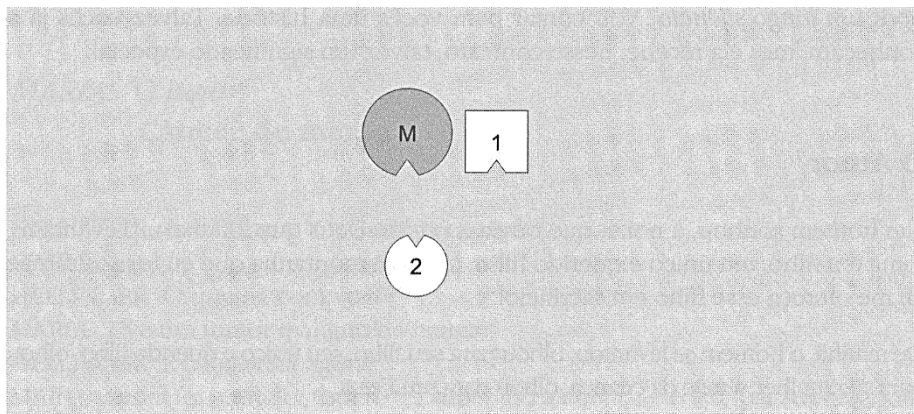
*Hellinger não dão nenhum tipo de indicação para os representantes. O representante da primeira criança olha para o chão, começa a respirar com dificuldade, ele se agita como se quisesse vomitar. A mãe, entretanto, olha somente para a filha abortada.*

Então, Hellinger vira a cabeça da mãe em direção ao filho abortado. Os dois se olham. O movimento do filho fica ainda mais violento. A mãe se vira para ele e coloca o braço a sua volta. O filho chega mais perto, encosta-se à mãe, soluçando violentamente, e esta o abraça ternamente. Ambos se seguram fortemente. Os soluços do filho ficam cada vez mais fortes. Então, ele se vira para a mãe e fica um pouco mais calmo. No meio, olha para ela, mas imediatamente a abraça de novo.

Então, mãe e filho pegam-se pelas mãos e se abraçam novamente. O filho cai no chão, ajoelha-se perante a mãe, envolve o joelho dela e pressiona cabeça no seu colo. A seguir, encolhe-se. Ele permanece assim por um longo tempo e envolve de novo o joelho da mãe. Depois se endireita e abraça a mãe, de pé.

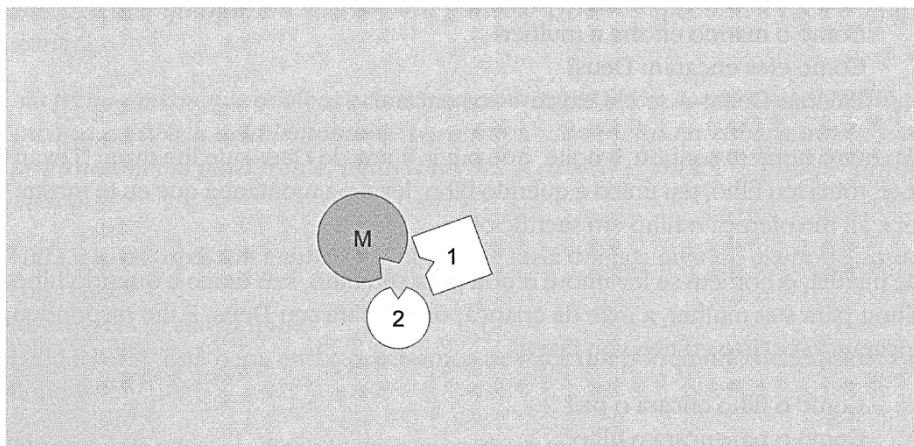
Depois de um tempo, Hellinger coloca os dois, um ao lado do outro, de forma que a mãe precise olhar também para a filha. Mãe e filho se entrelaçam por trás e o filho coloca sua cabeça na cabeça da mãe.

Figura 2



Então, a mãe vai em direção à filha, enquanto segura o filho. A filha fica, inicialmente, imóvel. A mãe acaricia a sua cabeça e a puxa para si. Então, a filha também coloca o braço em volta da mãe e os três se abraçam ternamente.

Figura 3



HELLINGER após um tempo, para os representantes Está bem, vou deixar assim. Agradeço a vocês três.

para Hedi Está bem para você?

Hedi concorda com a cabeça.

HELLINGER para o grupo Os mortos precisam frequentemente de libertação. Aqui vocês viram o que isso significa.

após um longo silêncio Vou contar para vocês uma história. Talvez vocês já a conheçam, mas ela recebe, nesse contexto, talvez um significado especial.

## O Amor

Um homem sonhou, à noite, que ouvia a voz de Deus que lhe dizia: “Levanta-te, toma teu filho, teu único e querido filho, leva-o à montanha que eu te mostrarei e ali me ofereça esse filho em sacrifício!”

De manhã, o homem se levantou, olhou para seu filho, seu único e querido filho, olhou para sua mulher, a mãe da criança, olhou para seu Deus.

Tomou o filho, levou-o à montanha, construiu um altar, amarrou as mãos do filho, puxou a faca e queria sacrificá-lo. Mas, então, ouviu outra voz e, em vez de seu filho, sacrificou uma ovelha.

Como o filho encara o pai?  
Como o pai encara o filho?  
Como a mulher encara o marido?  
Como o marido encara a mulher?  
Como eles encaram Deus?  
E como Deus — se ele existe — os encara?

Um outro homem sonhou, à noite, que ouvia a voz de Deus que lhe dizia: “Levanta-te, toma teu filho, teu único e querido filho, leva-o à montanha que eu te mostrarei e ali me ofereça o filho em sacrifício!”

De manhã, o homem se levantou, olhou para seu filho, seu único e querido filho, olhou para sua mulher, a mãe da criança, olhou para seu Deus. E lhe respondeu, encarando-o: “Isto eu não vou fazer!”

Como o filho encara o pai?  
Como o pai encara o filho?  
Como a mulher encara o marido?  
Como o marido encara a mulher?  
Como eles encaram Deus?  
E como Deus — se ele existe — os encara?

# DO CURSO EM FREIBURG

*MARIA: O lugar*

## **Câncer de mama**

HELLINGER *para Maria* Você está preparada?

MARIA Sim.

HELLINGER O que há com você?

MARIA Tive um tumor maligno na mama.

HELLINGER E como está agora?

MARIA Agora foi retirado. Espero ter superado a doença e continuar superando-a.

HELLINGER Você pode colocá-la na cama consigo.

MARIA Na minha cama, comigo?

HELLINGER Você pode colocar a doença na cama consigo. Que tal?

*ela se espanta, e ri* Imagine isso. Feche os olhos.

*Ela fica calma e centrada.*

HELLINGER *quando ela quer se virar para ele* Dê-se tempo, dou a você o tempo integral.

*Ela fecha novamente os olhos e continua centrada. Depois de um tempo, Hellinger inclina a cabeça dela lentamente para frente. Ela inclina a cabeça ainda mais profundamente para frente, agita uma vez a cabeça e, então, respira profundamente.*

HELLINGER *após um tempo* Que tal, o que faz a doença quando ela pode dormir com você?

MARIA Ela se alarga muito.

HELLINGER Está bem, então precisamos de mais um pouquinho de tempo. Continue.

*Ela fecha de novo os olhos e inclina sua cabeça profundamente para frente.*

HELLINGER Ela pode dormir com você, na sua cama.

*Após um tempo, Maria começa a respirar profundamente, de novo.*

HELLINGER Dê-lhe o espaço todo que ela reivindica.

*após um tempo* Qual é a idade dela, quando está lá deitada?

MARIA *hesitante* 35 (*idade de Maria*).

HELLINGER Está bem, continue.

*Ela fecha os olhos de novo e continua, longa e profundamente, centrada.*

*No meio, ela suspira algumas vezes fundo e se endireita.*

HELLINGER *após um longo tempo* Que tal agora?

MARIA Ela estava em cima de mim como um cobertor e agora se enrolou no pé da cama, como um cobertor enrolado.

HELLINGER Exatamente. Assim é, quando se dá a ela um lugar.

MARIA Ela vai ficar deitada lá? *Ela ri.*

HELLINGER Ela vai ficar deitada lá — a menos que você a expulse. Aí ela se alarga de novo.

MARIA Me dá muito medo ver dessa forma.

HELLINGER Você se esqueceu de que esteve à beira da morte.

MARIA Sim, é verdade.

HELLINGER Isso você não poderá mais esquecer. Você lhe dá agora espaço. Então a sua vida terá uma outra profundidade.

*Ela está muito comovida e abre os olhos novamente.*

MARIA *após um tempo* Isso faz bem.

HELLINGER Exatamente. Está bem. Foi isso, então.

## *LUTZ: Pai e filho*

### **Vício**

HELLINGER *para Lutz* O que há com você?

LUTZ O problema é que tenho uma forte sensação de que não vivo a minha própria vida. Tenho a sensação de que existe um corpo estranho dentro de mim, bem escondido, que me impede e contra o qual não consigo fazer nada. Tenho a sensação de que, se não conseguir me livrar dele, não terei simplesmente nenhuma chance. *Ele está muito comovido.* Na verdade, se olho para trás, a minha vida toda decorreu por caminhos destrutivos, e também não posso mudar nada em relação a isso.

HELLINGER O que significa caminhos destrutivos?

LUTZ Quando criança, com seis anos, já tinha fantasias de suicídio. Mais tarde, comecei a tomar muita bebida alcoólica, fiquei viciado em várias drogas. Houve também algumas tentativas de suicídio, duas no início dos meus 20 anos e, então, mais uma vez, há seis anos. Depois, fiz terapia e fiquei bom por um tempo. Agora, desde há algum tempo as coisas velhas insinuam-se furtivamente, de novo.

HELLINGER Você é casado?

LUTZ Não, solteiro.

HELLINGER Você tem filhos?

LUTZ Não, também não.

HELLINGER O que aconteceu na sua família de origem?

LUTZ O que eu sei da família de minha mãe é que seu irmão mais velho ficou desaparecido na Rússia, isto é, não voltou da guerra. Meu avô, por parte de pai, era médico e pertencia à SS. No fim da guerra, quando estava previsível que tudo iria desmoronar, ele se envenenou e a toda sua família, exceto o meu pai.

HELLINGER Isso basta.

*Lutz chora e fecha os olhos.*

HELLINGER *quando Lutz quer se defender do sentimento* Continue na sensação e olhe para todos os mortos.

*Hellinger pede para um homem para se colocar atrás de Lutz, que está sentado ao seu lado.*

HELLINGER *para o homem* Coloque as mãos nos ombros dele. Você agora é o pai dele.

*Lutz coloca as mãos no rosto e soluça violentamente.*

HELLINGER *após um tempo, para Lutz* Imagine que, na sua frente, estão deitados o avô e todos os envenenados e, atrás dele, as outras vítimas de seu avô. Agora olhe para todos eles.

*Lutz olha para frente e chora. Então, fecha os olhos.*

HELLINGER Olhe para ele, olhe para todos eles. Lentamente, olhe de um para o outro e deixe-se ser olhado também por eles.

*O representante do pai, atrás de Lutz, começa a ficar intranquilo e olha pra o lado.*

HELLINGER *para o representante do pai* Você não consegue olhar? Então se deite lá.

*Ele se deita em frente de Lutz, de costas, no chão.*

HELLINGER *para Lutz* Ele desviou o olhar, seu pai não consegue olhar. Diga para ele: “Eu olho por você.”

LUTZ Eu olho por você.

HELLINGER E olhe para lá.

LUTZ *após um tempo* Eu me sinto atraído para os mortos.

HELLINGER Exatamente. Imagine que você se deita agora junto a eles, por um tempo. Mas somente imagine. Olhe para todos eles e imagine que você se deita agora junto a eles, com amor e respeito.

*Hellinger vai agora até o representante do pai que está deitado no chão e vira a sua cabeça de lado, na direção oposta à de Lutz.*

HELLINGER *para o representante do pai* Vire-se também para os mortos e abra os olhos.

*O representante do pai soluça.*

HELLINGER *após um tempo, para Lutz* Como você está agora?

LUTZ O alívio está tomando conta de mim, assim como o desejo de ir para o meu pai.

HELLINGER Vá para ele.

*Lutz deita-se à esquerda, perto de seu pai. Então, ele o abraça e coloca a cabeça no seu peito. O pai continua olhando, ainda, para os mortos. Eles permanecem assim por longo tempo. Então, o pai olha para o seu filho.*

HELLINGER Agora levantem-se os dois.

*Eles se levantam, ficam um ao lado do outro e colocam por trás os braços, um em volta do outro.*

HELLINGER *para o representante do pai* Que tal para você agora?

PAI Tenho a sensação de que olho por ele, também. Recebo tanta força! Quero que ele fique bem. Olhar para os mortos me deu força. Antes só queria desaparecer, e quando o escutei falar percebi: não, preciso olhar para lá. Quero protegê-lo e assumo o que for necessário.

HELLINGER *para Lutz* Que tal para você agora?

LUTZ Me dá muita força que ele esteja comigo, perto de mim e que me apoie também.

*Pai e filho sorriem um para o outro.*

LUTZ É como se fosse uma coisa que nunca tinha acontecido.

HELLINGER Está bem, acho que deixamos aqui?

LUTZ *ri* Sim, obrigado.

*KATJA: Está bem assim*

## **Suicídios do marido e do filho**

HELLINGER *para Katja* De que se trata?

KATJA Faz sete anos que meu marido e meu filho se suicidaram num intervalo de três meses. Não consigo ainda permitir totalmente a dor.

HELLINGER Principalmente porque você está zangada com eles.

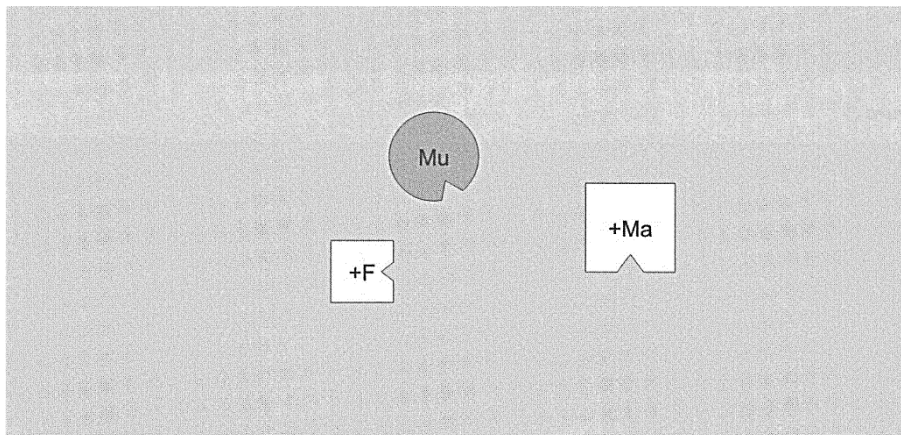
KATJA Não estou zangada. Eu procuro, frequentemente...

HELLINGER Quando a dor não para é porque alguém está zangado. Quando se perde alguém que se amou realmente, então a dor passa depois de um tempo. Mas quando se está zangado com ele, por exemplo, porque ele suicidou, a dor não passa. Não é uma dor pelo outro, mas a dor por si próprio, e então não existe nenhuma solução. O que você diz quanto a isso?

KATJA Preciso primeiro começar a ver por este lado.

HELLINGER Vamos colocar três pessoas: seu marido, seu filho e você. Escolha os representantes e coloque-os um em relação ao outro.

*Figura 1*



**Mu Mulher (=Katja)**

+Ma Marido que suicidou +F Filho que suicidou

*O filho olha o tempo todo para o chão.*

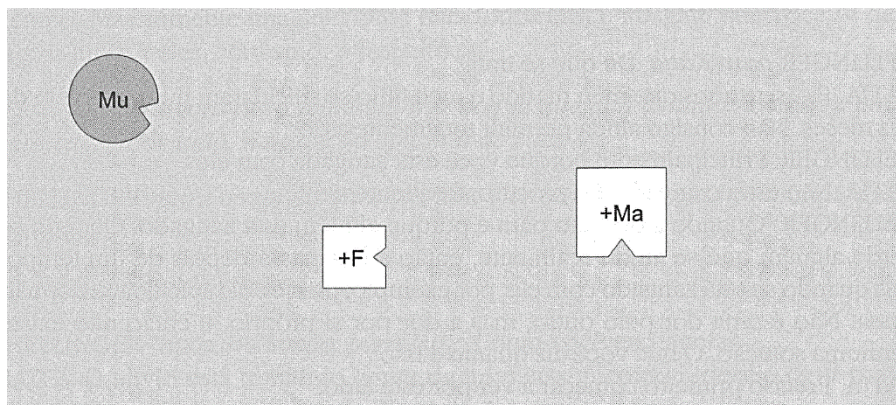
HELLINGER *após um tempo, para a representante de Katja* Como você se sente?

MULHER Eu me sinto como espectadora do que acontece aqui.

HELLINGER Exatamente.

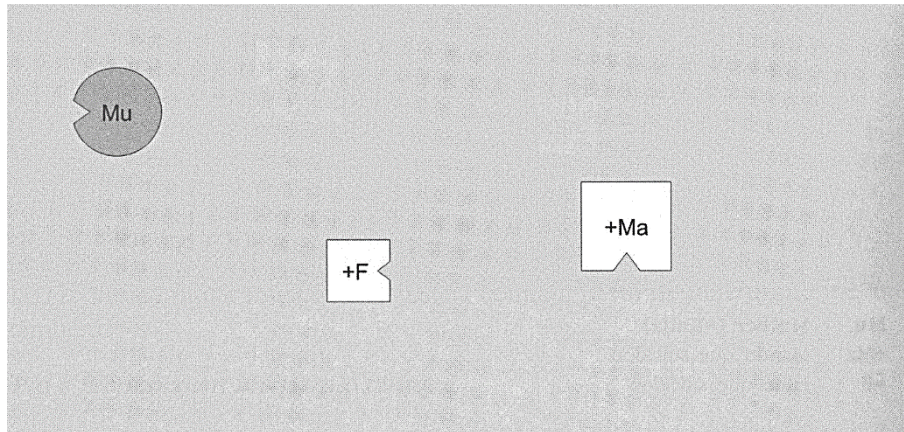
*Hellinger a leva para trás.*

*Figura 2*



HELLINGER Que tal?  
MULHER É melhor. Assim vejo os dois.  
*Hellinger vira Katja para longe.*

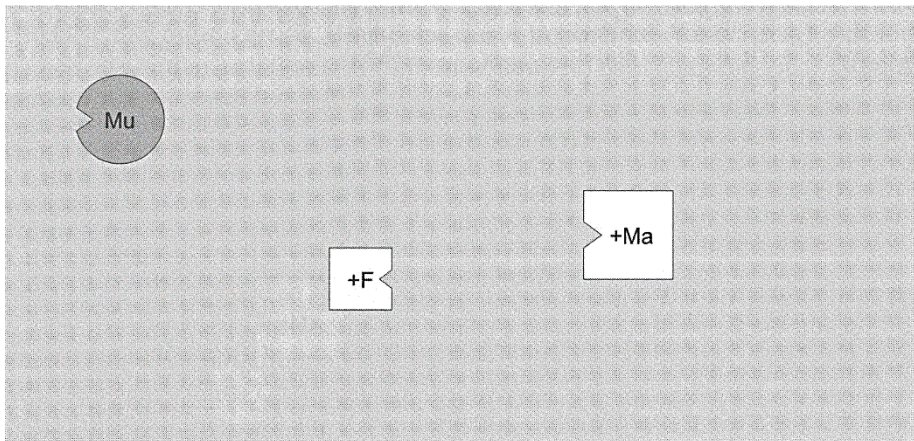
Figura 3



HELLINGER Que tal?  
MULHER Não vejo nada mais mas, *suspira* na verdade é melhor assim.  
HELLINGER Exatamente.  
*para Katja* Essa é a solução. Você não pode interferir aí.  
HELLINGER *para o marido* Que tal para você?

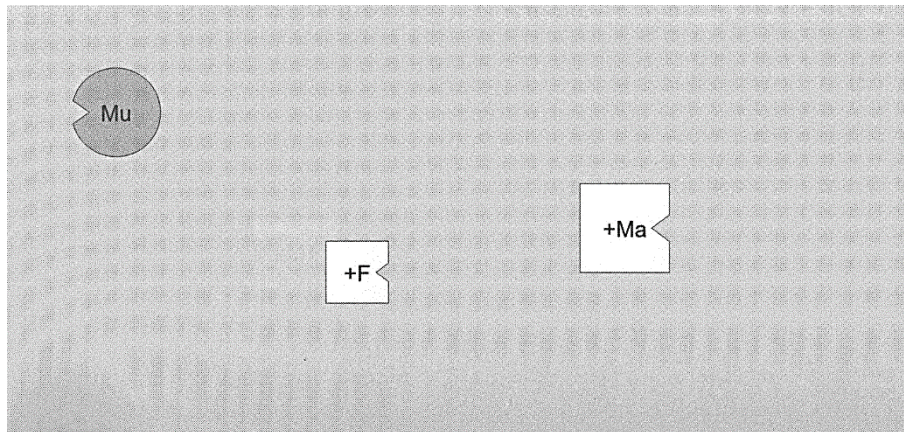
MARIDO **+** Não me sinto bem. Não sei o que está acontecendo atrás de mim.  
Esquisito!  
*Hellinger vira-o para o filho e para a mulher.*

Figura 4



HELLINGER Que tal?  
MARIDO **+** Não consigo lidar com isso.  
*Hellinger o vira novamente para longe deles.*

Figura 5



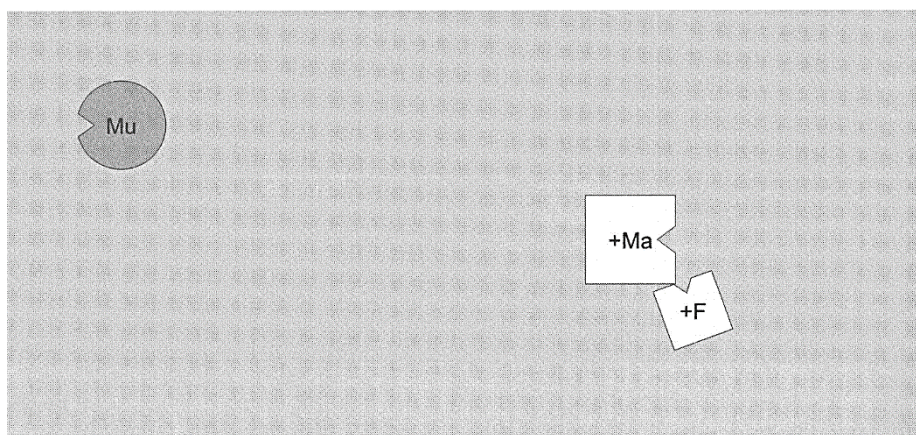
HELLINGER Que tal?

MARIDO + Um certo alívio.

HELLINGER *para o filho* Para você?

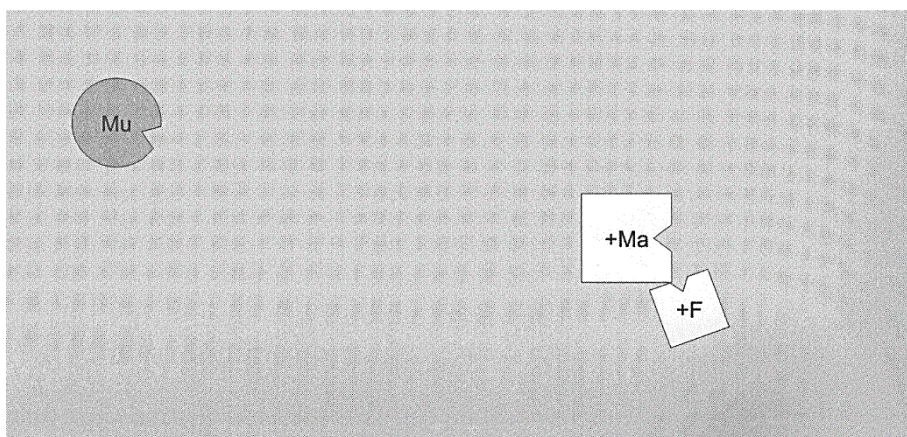
FILHO + É totalmente horrível. Eu me sinto totalmente sem proteção, observado, como se estivesse nu. Só quero me afundar no chão, estar morto, estar fora.  
*Hellinger o conduz para seu pai. Ele vai de cabeça baixa e braços pendurados e coloca a cabeça no peito do pai. Este coloca o braço em volta dele. O filho soluça alto.*

Figura 6



HELLINGER *após um tempo, para a representante de Katja* Vire-se de novo para que você veja.

Figura 7



MULHER *após um tempo* Isso foi importante para mim agora. De certa forma

sentia que havia algo aí, mas que não tinha nenhuma parte nisso.

HELLINGER *para o filho* Como você se sente agora?

FILHO f Eu me sinto um pouco acolhido. Aqui é tão quentinho e eu ouço o coração dele. Isso é bom.

HELLINGER *para o marido* E para você?

MARIDO f É melhor, sim.

HELLINGER *para o grupo* Uma coisa que é importante, numa situação dessas: parece que podemos influenciar os mortos, tanto no bem quanto no mal. Quando não os deixamos partir, é terrível para eles. Seja lá o que tenha sido, juntos eles encontram a paz.

*para Katja* Está bem para você?

KATJA Sim.

HELLINGER *para os representantes* Agora saiam de novo de seus papéis.

*para Katja* Como você se sente agora?

KATJA Agora me sinto melhor. Foi realmente assim. Eu me sentia como se estivesse num filme. O filho queria ir totalmente para o pai, e eu não queria acreditar nisso. Está bem assim. Obrigada.

HELLINGER E, agora, o importante é se virar, afastar-se deles e ir em direção ao futuro.

## Soltar os mortos

HELLINGER *para o grupo* Com relação a suicídios, os sobreviventes têm, frequentemente, a ideia de que poderiam tê-los impedido. Frequentemente, se sentem, então, culpados, como se eles os tivessem assassinado. Mas aquele que suicida, o faz por si mesmo. Não se pode nunca empurrar isso para outra pessoa, pois não sabemos o que atua por detrás disso. Praticamente é sempre um emaranhamento.

Quando, numa família, o destino de um morto não é respeitado — e isso pode ter acontecido há muito tempo atrás, algumas vezes, várias gerações — então se origina nos descendentes uma pressão, inexplicável para eles, de se matar. E eles não sabem o porquê.

Quando o pai ou a mãe morrem cedo, as crianças frequentemente têm o desejo ardente de segui-los na morte. Ou quando eles veem que um dos pais quer morrer, então dizem: “Eu faço em seu lugar.”

Isso também vale entre parceiros, se um dos parceiros percebe que o outro quer se matar, faz isso em seu lugar. Atrás disso atua um profundo amor e respeito, mas totalmente inconsciente.

Para aqueles que sentem que estão em perigo de suicidar, um exercício que cura é quando eles vão aos mortos das suas famílias. Que eles imaginem que se deixam afundar no reino dos mortos e se deitam ao lado de todos esses mortos. Isso é, por assim dizer, um suicídio antecipado. Vai-se até os mortos, fica-se um tempo deitado junto a eles e espera. Então vem dos mortos, via de regra, uma indicação ou uma força, que serve à vida. O coração se abre para isso e, então, vai-se novamente de volta à luz. Esse é um exercício que cura.

Ao contrário, alguns se sentem atraídos para os mortos porque têm a ideia de que é bom para os mortos se eles forem até eles. Não se expõem àquilo que vem dos mortos. Isso atua de modo terrível. E existem alguns que ficam permanentemente com os mortos no pensamento.

*para Katja* Você fez assim. Ficou junto aos mortos, em vez de ficar junto aos

vivos. Isso também é terrível.

## O olhar

Existe um conflito interno entre o olhar e as imagens que criamos, os sentimentos, as esperanças e os medos que temos. Quem olha não tem nenhum medo. Essa é a primeira coisa. Quem se encontra tomado pela emoção e, então, olha, percebe que essa sensação se modifica para algo bem simples, algo singelo.

O terapeuta trabalha assim: ele conduz o cliente para lá, para que veja independentemente de suas imagens, de seus medos, de suas esperanças, seja lá o que for. O terapeuta, ele próprio, é um olhador que não se deixa influenciar pelos medos ou sensações ou esperanças de um cliente. Ele olha o que é, no momento, e leva isso a sério.

Quando alguém se deixa tomar por emoções violentas, frequentemente fecha os olhos. Essas sensações estão ligadas a imagens internas, por isso a pessoa fecha os olhos. Se abrir os olhos, não pode mais segurar essas imagens. Então, a sensação muda e se alcança o fundo, onde então se pode fazer algo.

### *VERONIKA: Uma tragédia basta*

## **Psicose maníaco-depressiva**

HELLINGER *para Veronika* Como vai você?

VERONIKA Eu tenho pensado que estou doente. Sou maníaco-depressiva.

HELLINGER Você sabe o que maníaco significa?

VERONIKA Sim.

HELLINGER O que significa?

VERONIKA Estar bem em cima.

HELLINGER Estar no céu, é o que significa. No céu se está morto, você sabe disso? Todos que estão no céu estão mortos. Quem quer ir para o céu, quer morrer e quem quer morrer quer ir para o céu, depende. Eu descobri que o maníaco está conectado com uma pessoa morta e quer ir com ela para o céu. Faz sentido para você?

*Veronika concorda violentamente com a cabeça e começa a chorar.*

HELLINGER Agora vamos ver a realidade. Eu sou real e você é real. Olhe para mim. Portanto, quem é o morto ou os mortos?

VERONIKA A morta é a primeira mulher de meu avô, por parte de mãe.

HELLINGER O que aconteceu com ela?

VERONIKA Ela se queimou na banheira. *Ela soluça.*

HELLINGER Preste atenção. Ela fez isso. E o que você faz?

VERONIKA Eu me mato.

HELLINGER Olhe agora para ela na banheira.

*quando Veronika sacode a cabeça e se defende* Você precisa olhar. Não acabei de contar algo sobre o olhar? *Ela ri.* Exatamente. Olha-se isso nos olhos.

*Ela olha então, calmamente, para frente.*

HELLINGER *após um tempo* Uma pessoa só faz algo assim por desespero.

*Veronika concorda com a cabeça e continua olhando para frente. Então, inclina a cabeça e chora.*

HELLINGER *após um tempo* Imagine que você estivesse na banheira e tivesse se queimado. E então vem alguém, duas gerações depois, e quer pular da janela por

causa disso. Se você soubesse disso, como é que você se sentiria na banheira?

VERONIKA Isso não iria me perturbar.

HELLINGER Entre realmente dentro dela, você ainda não está realmente dentro.

*Ela olha novamente para a frente.*

HELLINGER Você é casada? *Ela concorda com a cabeça.* Você tem filhos?

*Ela sacode a cabeça, negando.*

HELLINGER Você pode imaginar como se tivesse filhos? Como seria?

VERONIKA Não tenho filhos por causa da doença.

HELLINGER Está bem. Mas imagine que você tivesse agora filhos e netos e você mesma está à janela e quer pular. De repente você pensa que, duas gerações mais tarde, alguém quer se queimar na banheira por sua causa, por amor a você.

Como você se sente aí na janela?

VERONIKA Então, não pulo.

HELLINGER E o que você diria à sua neta, se você realmente pulasse?

*Ela reflete longamente.*

HELLINGER Eu posso dizer a você. Devo dizer a você? Sim?

*Ela concorda com a cabeça.* Uma tragédia basta!

*Veronika ri e concorda com a cabeça.*

HELLINGER Ela teria dito isso a você também, certamente.

VERONIKA Sim.

HELLINGER Ela ainda diz isso a você.

*Ela inclina a cabeça e chora.*

HELLINGER *após um tempo* Não sou nenhum especialista, mas me disseram que o maniaco-depressivo pode ser curado. De acordo?

VERONIKA *ri* OK.

# DO CURSO EM BERN

*FERDINAND E MONIKA: Ela é nossa filha*

## **Pais de uma criança com deficiência grave**

HELLINGER *para Ferdinand e Monika* De que se trata?

FERDINAND No momento, não sei nem por onde começar. O nosso relacionamento está em crise. Temos uma filha de três anos. Foi um parto muito difícil. Ela é bem deficiente.

HELLINGER Qual é a deficiência?

FERDINAND Uma deficiência chamada leucodistrofia. É uma lesão cerebral. Falta uma determinada substância, chamada mielina, e isso retarda consideravelmente o desenvolvimento, tanto físico quanto mental. Os médicos não conseguem nos dar prognósticos de como vai continuar. A criança exigiu muito de nós, nos últimos três anos. No começo a criança usava uma sonda, e nós tínhamos quase que uma unidade de tratamento intensivo em casa, com assistência médica, ainda por cima. Nesse ínterim, a criança melhorou, mas nós nos afastamos no nosso relacionamento. Eu percebo que conseguimos nos apoiar pouco, emocionalmente. Não conseguimos, principalmente, compartilhar bem os sentimentos difíceis, como a tristeza, o desamparo, a falta de perspectiva e se origina então, uma forte solidão.

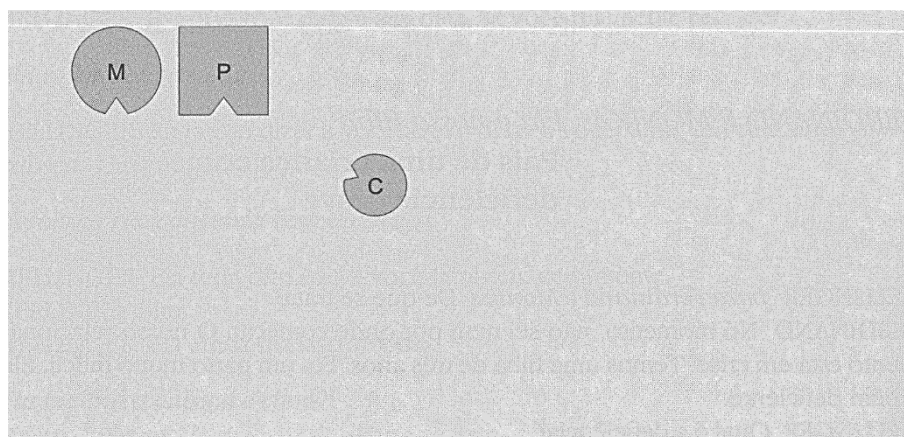
HELLINGER A mulher quer acrescentar algo?

MONIKA Essa criança foi a minha quarta tentativa de ficar grávida. Desta vez foi bem sucedida. Antes tive com Ferdinand dois abortos espontâneos. Durante a gravidez tive muito medo de perder também essa criança. Na verdade, desde o primeiro aborto que vivenciamos juntos, a distância entre nós cresceu. Nós dois nos sentimos solitários no relacionamento. Apesar de tudo, gostaríamos de ficar juntos. HELLINGER Vamos colocar agora apenas a criança, portanto, uma representante para essa criança.

*para Monika* Você quer escolher alguém?

HELLINGER *para a representante que Monika escolheu* Você já viu como tal coisa acontece? *Ela concorda com a cabeça.* Está bem. Agora, primeiro, centre-se, na perspectiva da criança em relação a seus pais e deixe acontecer o que quiser acontecer.

Figura 1

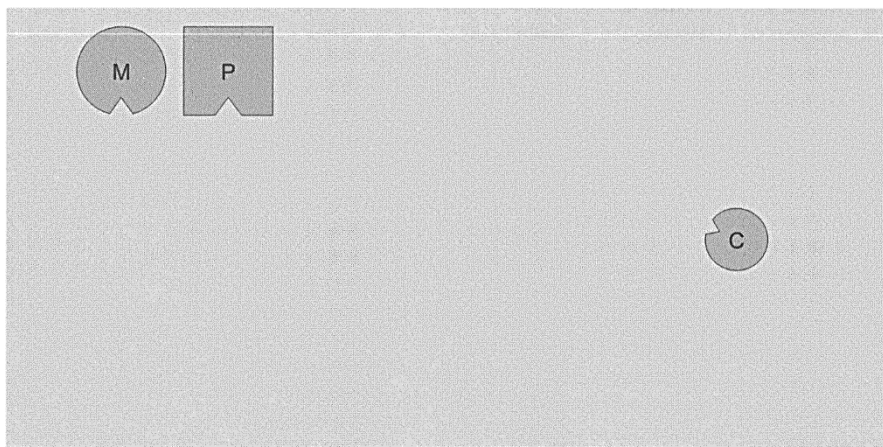


C Criança, deficiente grave  
P **Pai (=Ferdinand)**  
M **Mãe (=Monika)**

*A representante da criança respira profundamente, olha para o chão e, então, para os pais, que estão sentados ao lado de Hellinger. Ela soluça alto, mas continua olhando para os pais. Após um tempo, Hellinger se levanta e a conduz alguns passos para trás, longe dos pais. Ele segura o seu braço, enquanto ela continua olhando para os pais.*

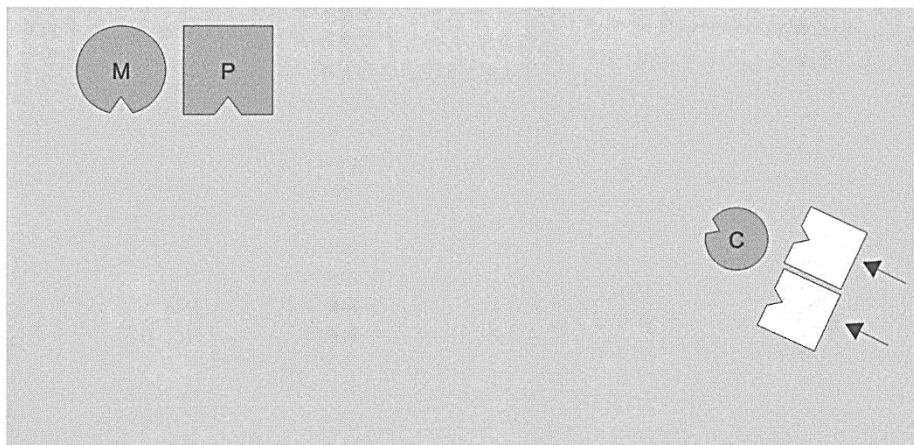
*Então ele a conduz novamente uns passos para trás, continua segurando-a pelos braços e, depois de um tempo, a conduz a mais alguns passos para trás. E assim ela fica parada por um longo tempo.*

Figura 2



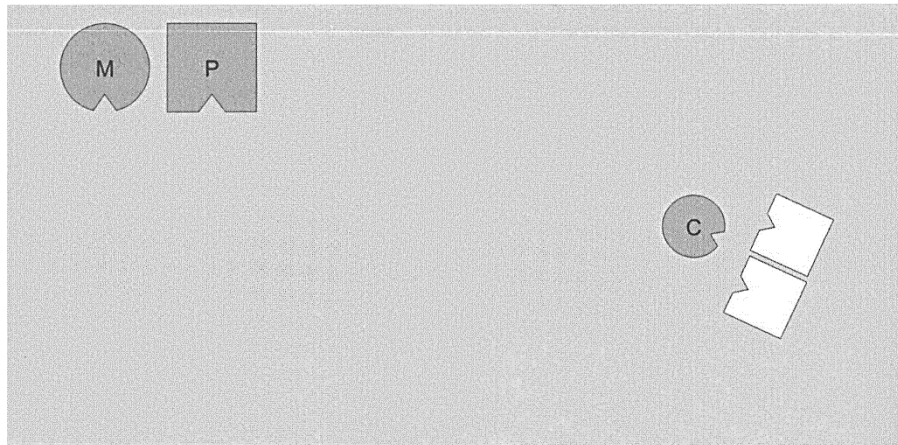
*Após um tempo, Hellinger escolhe dois representantes para as crianças abortadas e as coloca atrás da criança deficiente que soluça alto. Uma das crianças abortadas olha constantemente para o chão.*

Figura 3



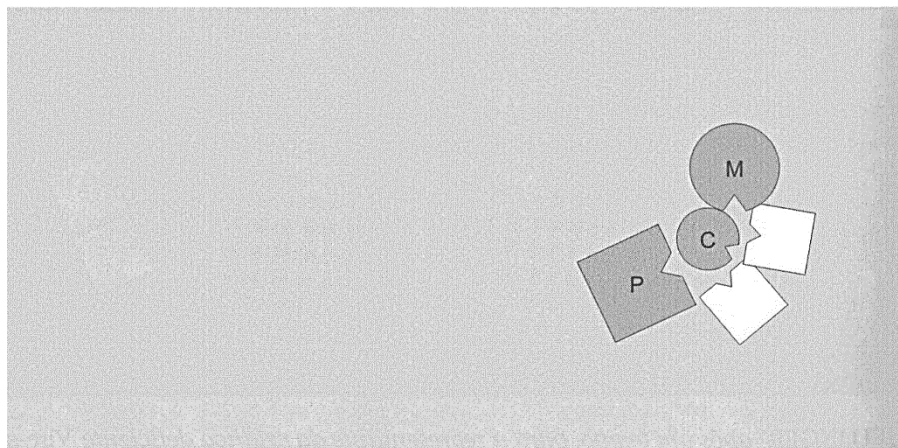
HELLINGER após um tempo, para a representante da criança deficiente Vire-se.

Figura 4



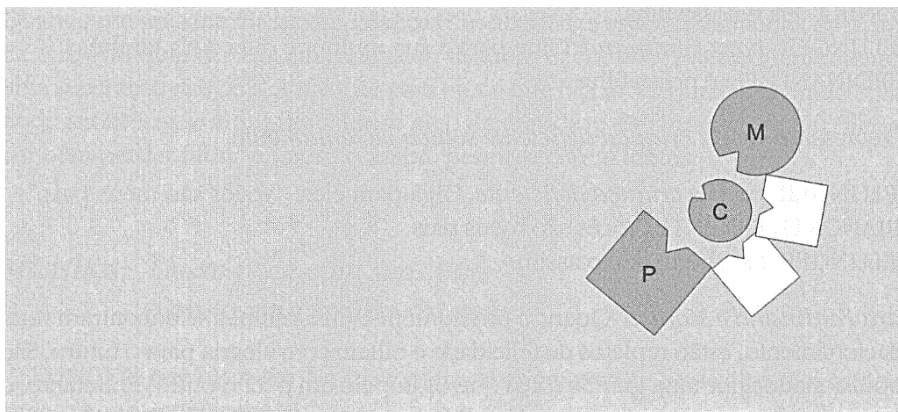
A criança deficiente olha para as crianças abortadas e chora. Então, fica mais calma. As crianças abortadas se pegam pelas mãos e colocam o braço em volta da irmã. Depois de um tempo, Hellinger conduz a irmã para bem perto dos irmãos abortados. Estas se abraçam ternamente. Hellinger chama os pais. Eles abraçam as suas crianças, soluçando alto.

Figura 5



HELLINGER após um tempo, para a representante da criança deficiente Agora vire-se de forma que você possa ver os seus pais e se encoste nos irmãos abortados.

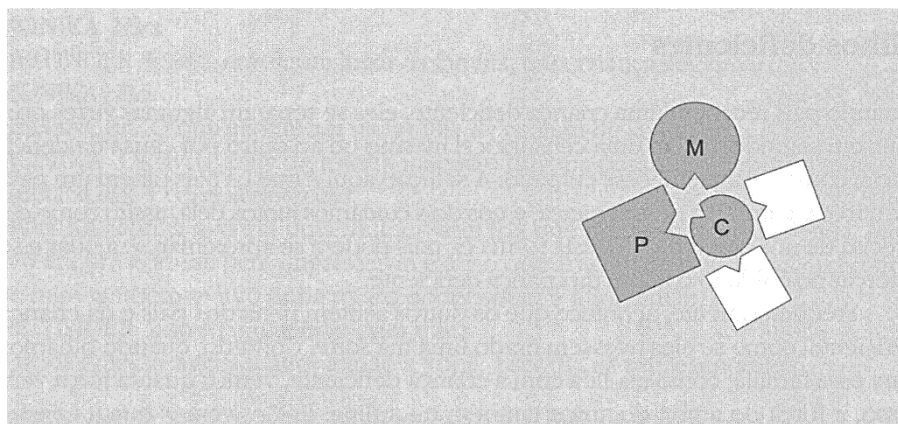
Figura 6



A criança deficiente coloca os braços em volta do pai e da mãe. Então, todos fecham novamente o círculo e se abraçam longamente.



Figura 7



HELLINGER *após um tempo, para a representante da criança deficiente* Como você se sente?

CRIANÇA DEFICIENTE Muito bem.

HELLINGER A mãe?

MONIKA Eu me sinto muito apoiada. Nós estamos juntos.

HELLINGER E o pai?

FERDINAND Sinto muito amor e me sinto totalmente conectado.

HELLINGER *para Monika* Diga para o seu marido: “Ela é nossa filha.”

MONIKA Ela é nossa filha.

HELLINGER *para Ferdinand* Olhe para a sua mulher e diga a ela também.

FERDINAND Ela é nossa filha.

*A representante da criança deficiente soluça violentamente.*

HELLINGER *para a criança deficiente* Diga para eles: “Vocês são meus pais.”

CRIANÇA DEFICIENTE Vocês são meus pais.

HELLINGER Está bem, deixo assim.

*para Ferdinand e Monika* Quando um homem e uma mulher se encontram num relacionamento, estão repletos de felicidade e olham com alegria para o futuro. São impulsionados por uma grande força que os impele um para o outro. Entretanto, o que está subjacente em força, profundidade, amor e exigência, ainda lhes fica oculto. Vem lentamente à luz — como agora para vocês — o que isso realmente significa. Quando se entra em contato com essa força, a felicidade que está em primeiro plano parece pequena. Vocês podem se reencontrar através da ligação com essa força e sua profundidade.

## Filhos deficientes

Quando pais recebem uma criança deficiente, eles se separam algumas vezes porque, em segredo, fazem uma censura a si mesmo ou ao outro por causa da deficiência, como se alguém fosse culpado. A solução aqui é que os pais olhem um para o outro e digam: “É a nossa criança, e nós dois cuidamos juntos dela, assim como ela precisa de nós como pais.” Desta forma os pais podem se aproximar, se ajudar e se reforçar no cuidado comum da criança deficiente.

Frequentemente, acontece que os outros sentem pena dos pais e da criança deficiente, como se eles tivessem tirado uma má sorte. Contudo, quando olhamos para essa família, como ela lida com a criança deficiente, vemos quanta força vem disso, a força do amor, doçura e também disciplina. Então, vemos que a criança deficiente significa algo de especial para essa família. A família com uma

criança deficiente ilumina aqueles que estão à sua volta. Muitas ilusões que se fariam sobre a felicidade e a vida são abafadas e dão lugar a uma profunda reverência à vida assim como é, também com seus limites.

## **Abortos espontâneos**

Quando em uma família muitas crianças são abortadas espontaneamente, uma atrás da outra ou quando nascem mortas ou morrem cedo, isso leva frequentemente a uma separação dos pais. A solução para eles é que façam luto juntos. Quando o luto pode acontecer, o amor flui. Mostra algo da grandeza da paternidade, ter filhos e também perder filhos e, mesmo assim, permanecerem juntos.

*MONIKA: Deixo você com seus pais*

### **Abuso na família da mãe**

HELLINGER *para Monika* Na sua família de origem existe ainda algo não solucionado. O que aconteceu?

MONIKA Por exemplo?

HELLINGER Quantos filhos vocês são?

MONIKA Quatro.

HELLINGER Algum morreu?

MONIKA Não.

HELLINGER Algum de seus pais já teve um relacionamento firme anterior?

MONIKA Não.

HELLINGER Existe, em algum lugar na família, uma criança ilegítima?

MONIKA Não.

HELLINGER O que aconteceu na família de origem de sua mãe?

MONIKA Os avós, pais de minha mãe são difíceis para mim e minha mãe.

HELLINGER O que aconteceu?

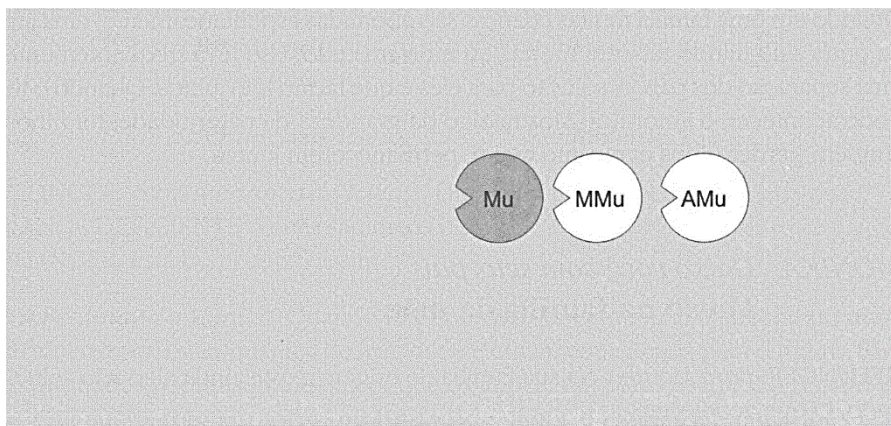
MONIKA Minha avó era uma mulher bem fria que precisou lutar pela vida. Meu avô era um homem bem imprevisível e acho que abusou de suas filhas. Acho que de mim também. A avó tinha muito poder sobre a minha mãe.

HELLINGER Isso é o suficiente para mim.

Vamos colocar agora a avó, a mãe e você. Escolha as representantes.

*Depois que Monika escolheu as representantes, Hellinger as coloca.*

Figura 1

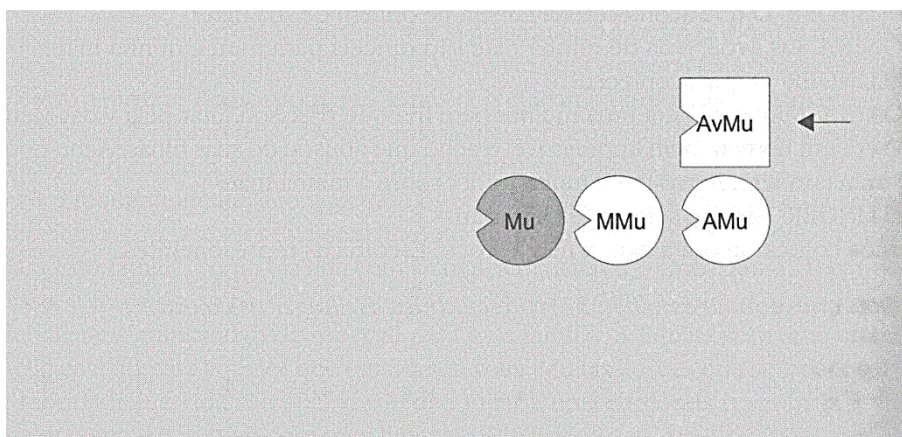


**Mu Mulher (=Monika)**

MMu Mãe da Mulher AMu Avó da Mulher

*A mãe de Monika encosta-se na avó e a representante de Monika na mãe. A mãe de Monika começa a tremer. Hellinger escolhe um representante para o avô e o coloca ao lado da avó.*

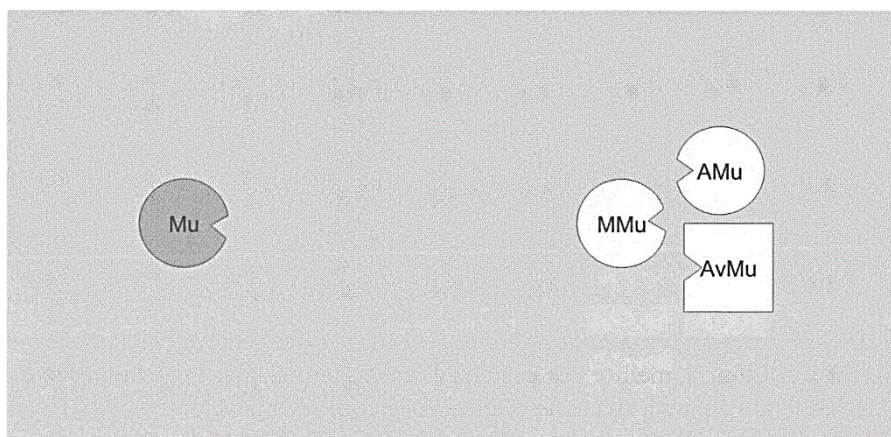
Figura 2



AvMu Avô da Mulher

*A mãe de Monika treme mais violentamente. Ela ameaça cair para a esquerda e sucumbir. Todo seu corpo treme, e os outros a seguram firme. Hellinger conduz a representante de Monika para longe. Os pais da mãe a seguram, enquanto ela continua tremendo. Então, ela se acalma um pouco. Hellinger pede que ela se dirija para os seus pais e coloque o braço em volta deles.*

Figura 3



A mãe de Monika recomeça a tremer violentamente e grita alto. Ambos os pais a abraçam e a seguram fortemente. Então, ela se acalma, lentamente.

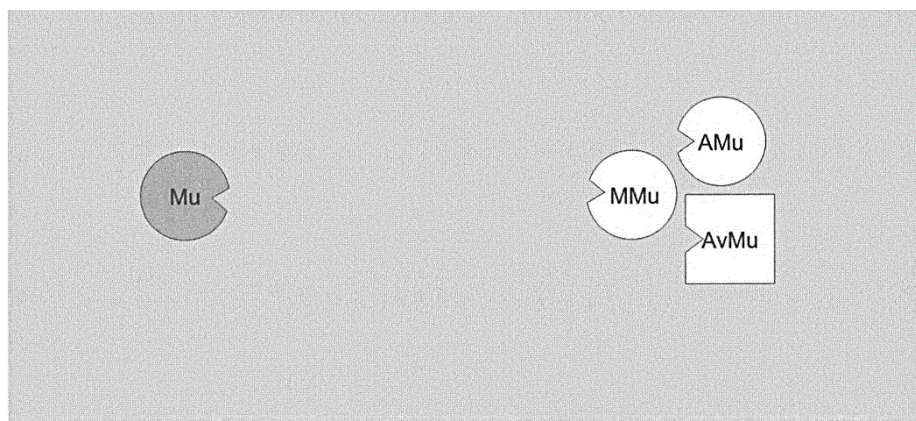
HELLINGER após um tempo, para a mãe de Monika Agora olhe para os seus pais e diga para cada um deles: “Sim.”

Ela olha longamente para os dois e diz para cada um dos pais, depois de hesitar um pouco Sim.

HELLINGER para a mãe de Monika Agora encoste-se novamente de costas em seus pais e olhe para frente.

Ela se encosta nos pais e estes a seguram nos ombros.

Figura 4



HELLINGER para a representante de Monika Como você se sente agora?

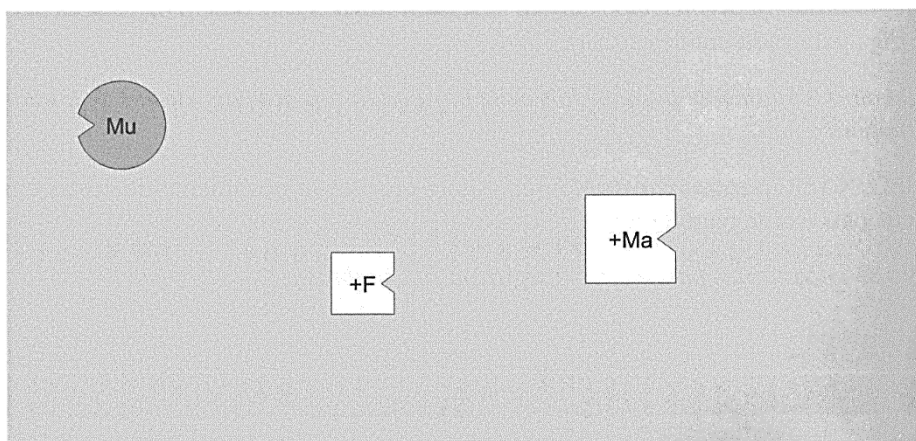
MULHER À distância, melhor. Antes tinha as costas tensas. Mas me é indiferente.

HELLINGER Diga para a sua mãe: “Deixo você com seus pais.”

MULHER Deixo você com seus pais.

Hellinger escolhe um representante para o pai de Monika e o coloca à vista, na constelação.

Figura 5



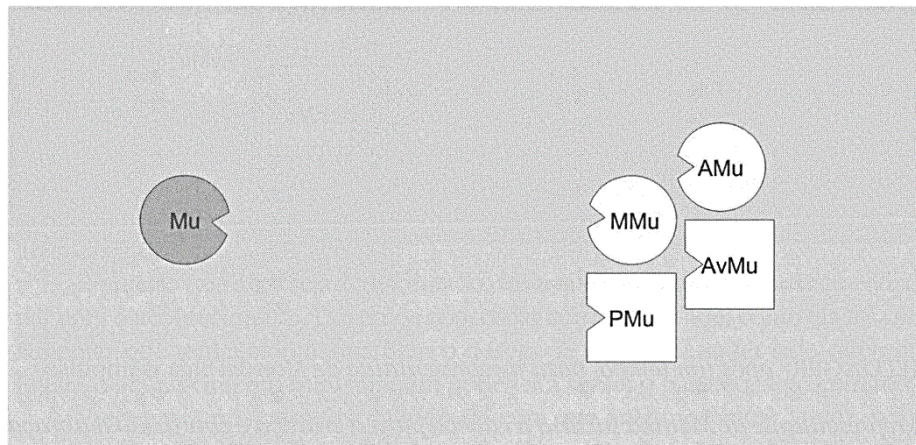
PMu Pai da Mulher

HELLINGER para a mãe de Monika Como você se sente quando ele está lá?

MÃE DA MULHER Não tenho certeza. Mas agora que tem alguém lá, a parede entre mim e a minha filha não é mais tão forte. Por mim, você pode se aproximar mais um pouco agora.

Hellinger coloca então, o pai de Monika ao lado da mãe dela.

Figura 6



HELLINGER para a mãe de Monika Que tal?

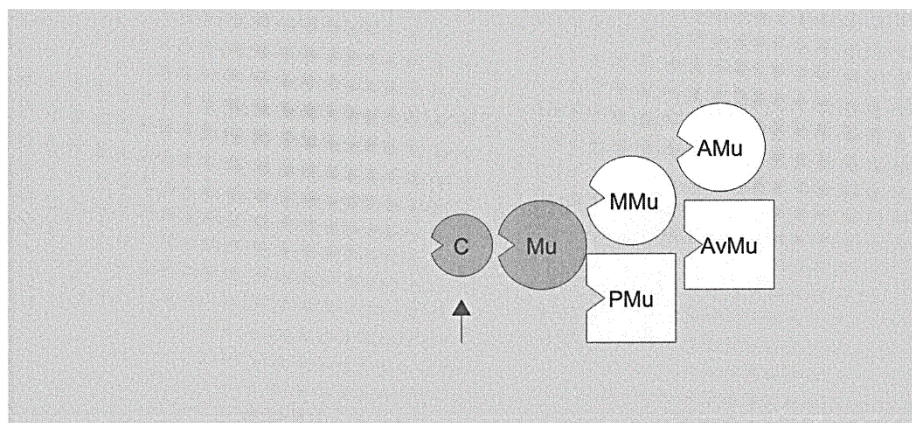
MÃE DA MULHER Isso me agrada muito mais.

HELLINGER para a representante de Monika E para você, agora?

MULHER Eu me sinto ainda indiferente.

*Hellinger conduz a representante de Monika para os pais dela e a encosta de costas nos dois. Após um tempo, ele traz novamente a representante da criança deficiente e a encosta de costas na mãe.*

Figura 7

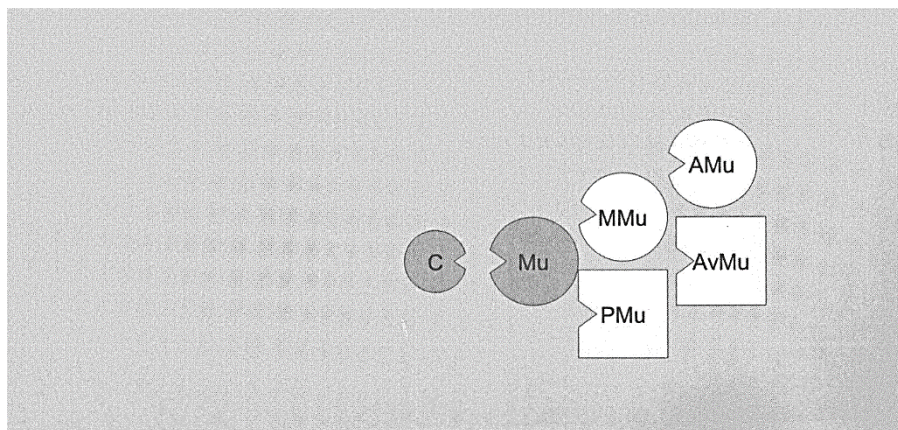


C Criança, filha deficiente grave

HELLINGER após um tempo, para a representante de Monika Siga o impulso.

*A representante de Monika inclina a cabeça para a criança e chora. Ela a abraça por trás. Ambas estão muito comovidas. A criança inclina para trás, coloca a cabeça nos ombros da mãe, se encosta de costas, docilmente, na mãe e suspira profundamente. Depois de um tempo, Hellinger a coloca de frente para a mãe.*

Figura 8



*A criança acaricia a face da mãe. As duas se olham longamente. Então, a criança sorri para a mãe. As duas se seguram pelas mãos. A mãe respira fundo.*

HELLINGER *Está bem, foi isso.*

*para Monika* *Está bom para você?*

*Monika concorda com a cabeça.*

## Recordações que libertam

HELLINGER Gostaria ainda de dizer algo sobre as recordações.

Acontecimentos traumáticos, como abuso sexual, são frequentemente reprimidos de tal forma que não estão mais na consciência. Freud disse que a cura é possível quando se traz à luz o conteúdo reprimido. Mas isto não basta. O trazer à luz não basta.

É preciso que algo seja acrescentado, foi o que vimos aqui. Devemos concordar com o acontecimento. Devemos concordar com a realidade, como ela foi. Sem lamentar que tenha sido assim. Sem o desejo de que poderia ter sido diferente. Então, o acontecimento ruim também pode vir a ser algo pacífico, algo com força.

Precisamos nos despedir da ideia de cura que tínhamos antes, talvez, pois a grandeza é assustadora. Quem olha e concorda com isso, vem para ele, do assustador, algo escondido à luz: um amor inacreditável. Isto é que é o estranho nisso.

*para Monika* *Agora olhe para o seu marido nos olhos.*

*Ambos se olham longamente nos olhos. Ferdinand concorda, com a cabeça. Então, coloca o braço em volta dela e ela coloca sua mão no joelho dele.*

HELLINGER *para Monika e Ferdinand* *Vou deixar assim. Tudo de bom para vocês!*

*para o grupo* *Aqui vimos várias camadas da recordação. Em primeiro lugar, as crianças abortadas não tinham sido lembradas. Pudemos ver o que acontece quando os mortos que são esquecidos, porque tê-los perdido doeu muito, podem, de repente, estar presentes. E o que acontece quando se permite que eles vão em paz. Porque os mortos estão presentes. Caso contrário, eles não poderiam ter esse tipo de efeito sobre os vivos. Eles estão presentes de uma forma oculta. Podemos reconhecer a sua presença, à medida que nos juntamos a eles, talvez mais ainda se nos deitamos junto a eles.*

*para Monika e Ferdinand* *Vocês poderiam, por exemplo, imaginar que essas*

crianças estão deitadas na cama entre vocês dois. O que acontece de estranho é que, depois de um tempo, elas irão embora do meio de vocês. O que foi reconhecido e amado se afasta, depois de um tempo. Se essas crianças são reconhecidas dessa forma, vem delas algo que os fortalece de tal forma que vocês terão força para a criança deficiente. Esta é uma camada da recordação.

Temos, como segundo ponto, a recordação de um agressor, o avô. Nós não precisamos e nem queremos entrar em detalhes. Não precisamos fazer isso. Também os agressores são frequentemente excluídos e expulsos do coração.

Existe um exercício que ajuda. Quando nos recordamos de nossos próprios caminhos da vida, chegamos àquele lugar onde fomos culpados, no qual ferimos alguém, no qual fomos maus, agredimos. Muitas vezes não queremos aceitar e, então, reprimimos isso, que se toma uma sombra nossa que negamos.

Quando, agora, sabedores de nossa própria culpa e da coisa terrível que nós mesmos provocamos, nos deitamos ao lado do agressor, ao lado do agressor morto até que fiquemos calmos e tomemos uma unidade com ele, ficamos reconciliados. O agressor fica reconciliado porque a sua coisa terrível termina, na medida em que os outros se deitam junto a ele. E nós ficamos reconciliados, porque o estranho é que, na concordância com o agressor, termina também o próprio mau.

Mais algo que deve ser ainda pensado: as vítimas e os agressores estão conectados em algo que atua através deles. Por isso, interferimos brevemente, quando olhamos somente para os agressores e as vítimas ou para os vivos e os mortos. Atrás deles atua algo maior que não podemos compreender. Eu denomino isso de *grande alma*. Nela estamos todos acolhidos.

*para Monika* Agora você parece muito mais feliz do que antes. Está bem, foi isso.

## *JÜRGEN E FRANZISKA: O respeito*

### **Casal com problemas de relacionamento**

HELLINGER *para Jürgen e Franziska* De que se trata com vocês dois?

JÜRGEN Nós levamos uma vida de casados há 20 anos e temos duas crianças. Os primeiros anos, na verdade, foram bons. Com o tempo, fomos nos afastando cada vez mais. No momento, vivemos simplesmente como irmãos, na mesma casa, não existe nenhum fogo mais. Percebo isso na minha energia. O casamento exige energia demais de mim. Estou sempre cansado. Na profissão e no esporte também não tenho a energia que tinha antes. Mas quando estou fora do casamento, com uma namorada, tenho força novamente, a minha energia sobe.

HELLINGER Você tem uma namorada?

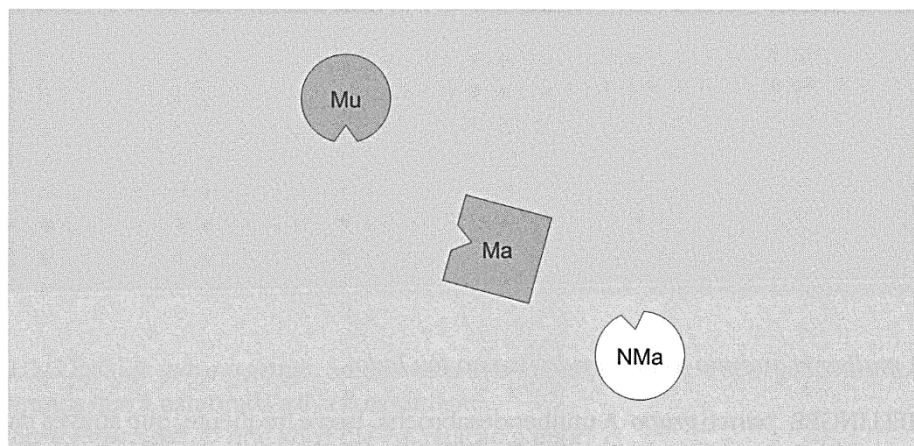
JÜRGEN Sim.

HELLINGER Já há quanto tempo?

JÜRGEN De tempos em tempos. No início, tinha uma má consciência, mas, agora, com o tempo, acho justo.

HELLINGER Antes de perguntar para a mulher, vou colocar alguém para você, sua mulher e para a namorada.

Figura 1



Ma Marido

**Mu Mulher**

NMa Namorada do marido

HELLINGER Como a mulher se sente?

MULHER Quero ver mais a namorada. O marido atrapalha um pouco o caminho. *Risadas no público.*

HELLINGER Como o marido se sente?

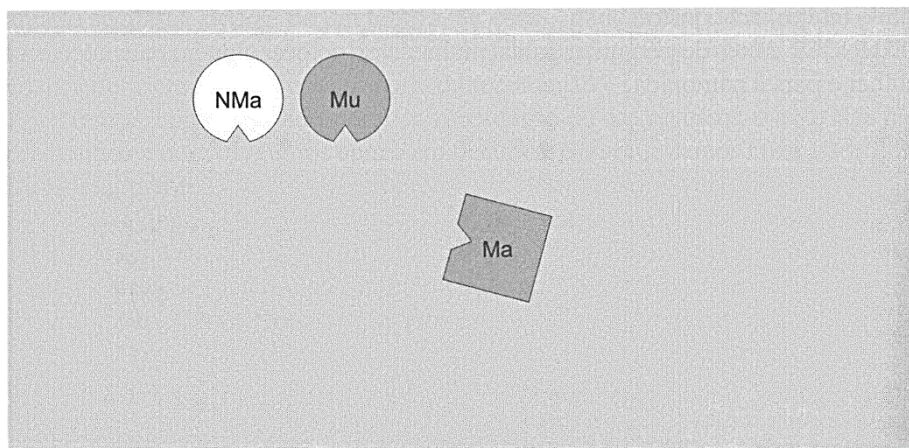
MARIDO Sinto algo atrás nas costas. Preferia ir lá para frente, mas algo me segura. Também, preciso sempre ficar olhando para a minha mulher.

HELLINGER Como a namorada se sente?

NAMORADA DO MARIDO Acontece o mesmo comigo, gostaria de fugir daqui. Apesar de tudo, gostaria de conhecer a mulher ou saber quem ela é.

HELLINGER Coloque-se ao lado dela.

Figura 2



*A mulher ri quando a namorada fica ao seu lado.*

HELLINGER *para o grupo* A mulher desabrocha. Isso é frequente, que através da namorada do marido, a mulher desabroche. Isso é estranho!

*As duas mulheres sorriem uma para a outra.*

HELLINGER *para o marido* Como você se sente agora?

MARIDO Atrás de mim está livre e as duas lá, acho engraçado. *Ele ri.*

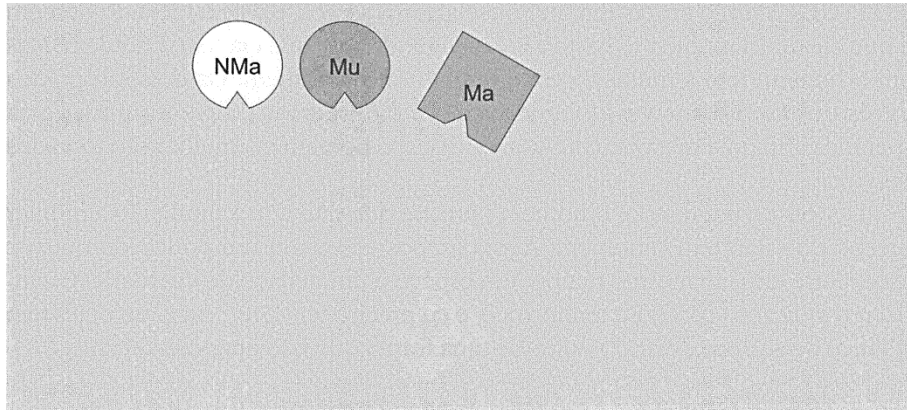
HELLINGER Exatamente.

*Hellinger o leva mais próximo da mulher.*

HELLINGER Experimente quão próximo você quer ficar.

MARIDO Está bom aqui.

Figura 3



HELLINGER *para o grupo* Se olhamos isso imparcialmente e sem preconceitos, vemos que a namorada salva o casamento.

*para Franziska* O que você diz em relação a isso?

FRANZISKA Isso posso acompanhar muito bem. Penso que é assim.

HELLINGER *para os representantes* Agradeço-lhes, vocês podem se sentar novamente.

*para Jürgen* O que você diz em relação a isso?

JÜRGEN Entendo mais ou menos, porque a parte que me falta é substituída pela namorada.

HELLINGER Como você se sentiu quando viu isso?

JÜRGEN Bem.

HELLINGER Gostaria de revelar algo ainda que ajuda: quando você tem a namorada, tenha-a com respeito pela mulher. Está bem?

*Jürgen concorda com a cabeça.*

HELLINGER *para Franziska* Você gostaria de dizer algo ainda?

FRANZISKA Isso tudo ainda me custa um pouco de esforço, é claro. Temos nossos problemas já há 22 anos. Nunca tive coragem de ir, embora não me sintam bem. De certa forma, temos algo a resolver um com o outro, mas eu não sei o quê. Por isso, estamos aqui para ver o que pode mudar para melhor, também para nossos filhos.

HELLINGER Vou deixar aqui, por enquanto. Isso precisa atuar em vocês primeiro.

## **Despedida de reivindicações**

HELLINGER *para o grupo* Em muitos relacionamentos, existe a ideia do homem de que ele tem a mulher. E existe a ideia da mulher de que ela tem o homem. Mas nem o homem tem a mulher, nem a mulher tem o homem. Os dois são unidos através do instinto, através do amor, através da esperança. Esse instinto e essa esperança têm uma meta oculta. Através deles, o homem e a mulher são tomados a serviço.

Depois de um tempo, o homem percebe que não tem a mulher, e a mulher percebe que não tem o homem. Agora ambos se soltam um pouco do outro e nasce, entre eles, ao mesmo tempo, um espaço e um pedaço de liberdade. Quando a reivindicação para: “Eu tenho você, e eu preciso ter você”, cada um deles tem a chance de se aproximar do outro de uma forma que não era possível antes.

## ERNST E LIESELOTTE: A decisão

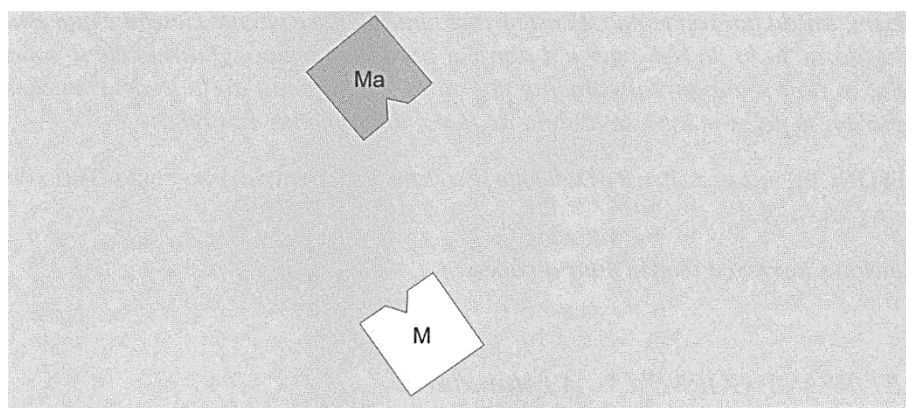
### O marido fala frequentemente da morte

HELLINGER *para Ernst e Lieselotte* O que há?

LIESELOTTE O que me aflige é que desde o outono passado meu marido fala frequentemente da morte, que sente que ela está bem próxima. Isso me dá muito medo. Seu pai faleceu há alguns meses atrás e também perdemos duas crianças. Desde então, sinto um abismo entre nós. Não consigo me comunicar com ele.

HELLINGER *para Ernst* Escolha um representante para a morte. Coloque-o e coloque-se você mesmo em relação a ele.

Figura 1

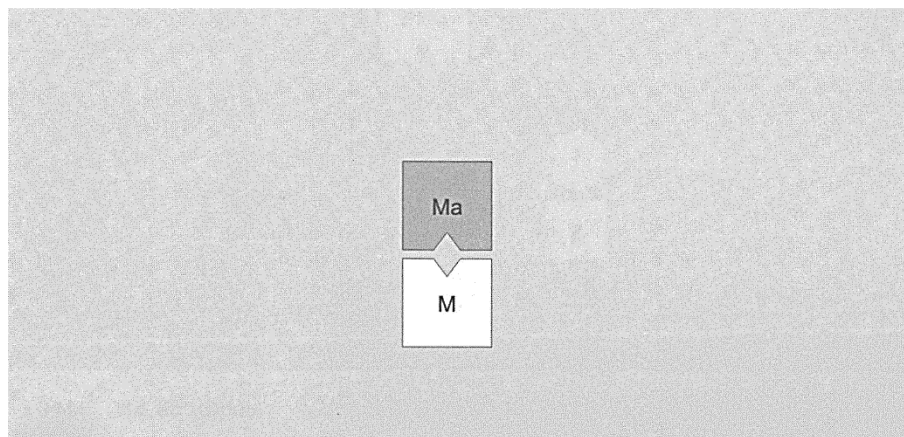


M Morte

**Ma Marido (=Ernst)**

*A morte e Ernst se olham nos olhos, por um tempo. Então, se viram um para o outro e se aproximam, em pequenos passos, um do outro. Eles se dão as mãos, enquanto continuam se olhando nos olhos. A morte coloca uma mão sobre o ombro de Ernst. Ele coloca a cabeça no ombro da morte e os dois se abraçam, terna e longamente. Ernst está muito comovido.*

Figura 2



*Ernst se solta lentamente da morte. Os dois se olham de novo nos olhos e continuam segurando as mãos. Eles vão lentamente para trás, ficam parados e se olham, ainda por um tempo. Ernst vira-se lentamente e vai até Lieselotte que está sentada ao lado de Hellinger e a abraça, por longo tempo. Quando ele se solta dela, os dois se olham longamente nos olhos. Ele se senta ao lado dela, os dois seguram-se pelas mãos e se olham, de novo, longamente, nos olhos.*

HELLINGER *quando Ernst e Lieselotte se soltam* Está bem, foi isso então. Tudo de

bom para vocês!

*Lieselotte sorri e concorda com a cabeça.*

## ANDREAS E CORNELIA: A humildade

### O marido não consegue abraçar seus filhos

HELLINGER *para Andreas* O que há ainda?

ANDREAS Peço-lhe para me ajudar a encontrar o caminho para o meu filho e para a minha filha. Não consigo abraçar meus filhos.

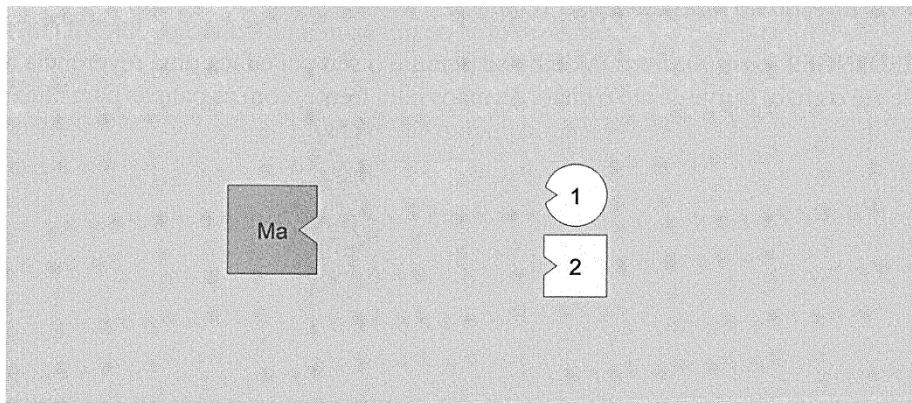
HELLINGER As crianças são de um relacionamento anterior ou deste agora?

ANDREAS Deste agora.

HELLINGER Então escolha representantes para as crianças.

*Andreas escolhe os representantes. Hellinger os coloca um ao lado do outro e coloca Andreas na frente deles.*

Figura 1

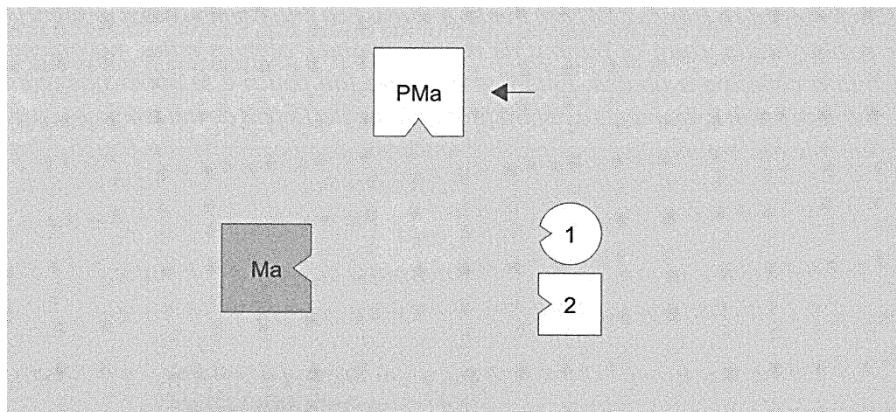


**Ma** Marido (=Andreas)

- 1 Primeira filha
- 2 Segundo filho

*Após um tempo, Hellinger escolhe um representante para o pai de Andreas e o coloca à vista.*

Figura 2



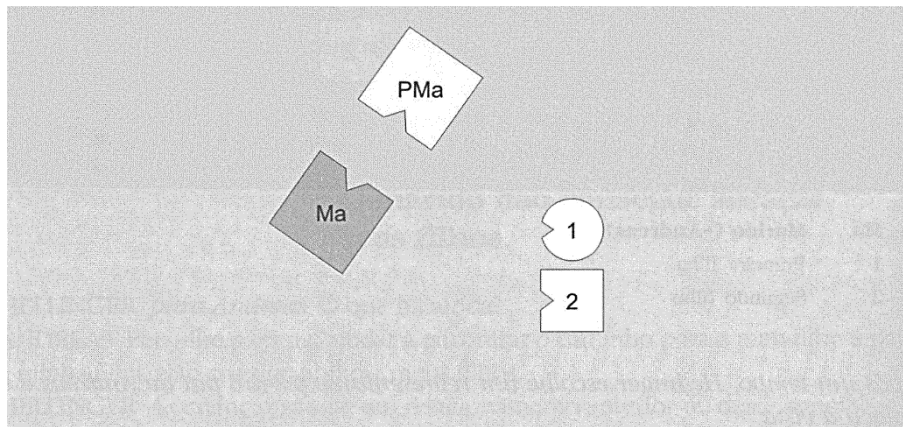
PMa Pai do marido

*Andreas olha, por um tempo, para seu pai, depois para os seus filhos e novamente para o pai. Hellinger o vira para o pai, e ambos se olham. Quando o pai quer ir na direção do filho,*

*Hellinger o impede.*

HELLINGER *para Andreas* Ajoelhe-se perante o seu pai e faça uma reverência a ele até o chão. Curve-se até o chão. As mãos para frente, com as palmas para cima. Incline bem a cabeça, bem profundamente, até o chão.

Figura 3



*Hellinger inclina a cabeça dele para frente. Andreas fica muito tempo nessa reverência. Ele respira fundo, cerra os punhos de vez em quando, abre as mãos, novamente, levanta a cabeça e a abaixa. Então, se endireita um pouco e se apoia nas mãos. Permanece assim longamente e respira profundamente. Depois de um tempo, se curva novamente até o chão, fecha os punhos, endireita-se novamente um pouco e luta consigo mesmo. Seus filhos olham e colocam espontaneamente os braços em volta um do outro.*

*Andreas enxuga as lágrimas dos olhos, inclina-se de novo, profundamente, e ao fazer isso fecha os punhos. Então ele abre as mãos e se deita no chão. Ele se endireita um pouco, novamente, enxuga as lágrimas e se apoia de novo nos braços. Ele respira fundo. Durante esse tempo, o seu pai está de mãos abertas diante dele. O processo todo dura mais de cinco minutos.*

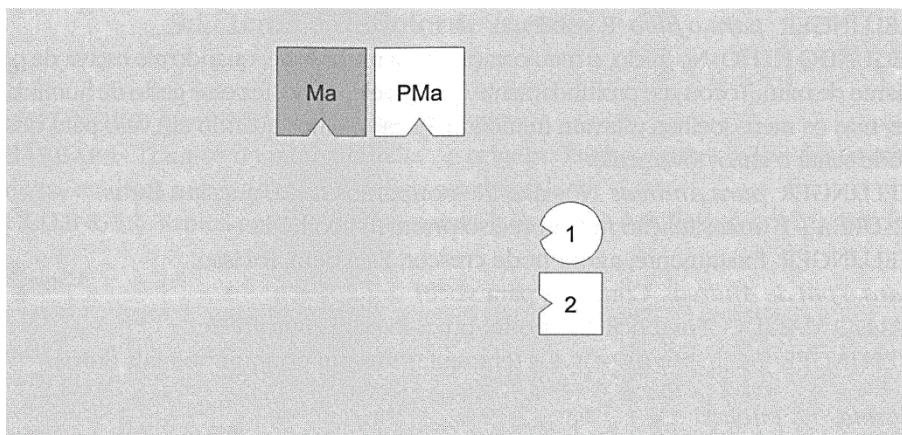
HELLINGER *para o pai de Andreas* Agora puxe-o para cima.

*O pai inclina-se para o filho, o pega pelas mãos e o levanta para junto de si. Eles se olham nos olhos. Andreas luta ainda consigo mesmo, então puxa o pai para si.*

*Andreas gasta ainda de um tempo até ceder ao pai e, então, coloca a cabeça no peito do pai. Ele respira fundo. Depois, coloca também os braços em volta do pai.*

HELLINGER Agora coloquem-se um ao lado do outro.

Figura 4



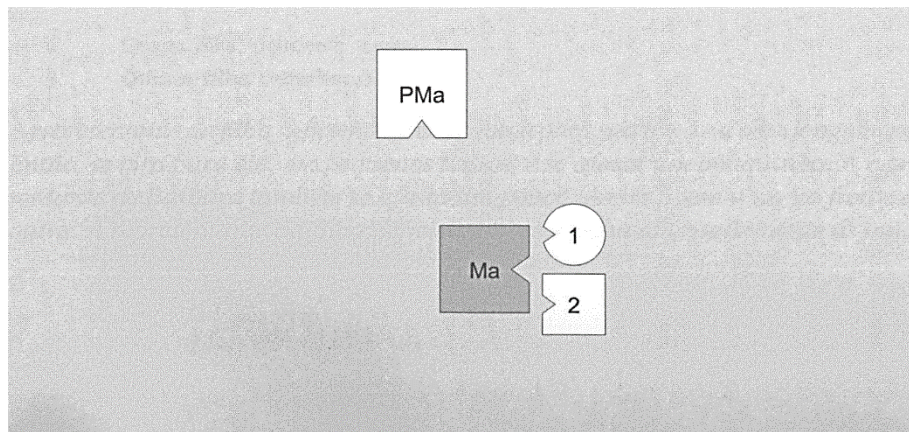
ANDREAS Não sinto nenhuma sensação mais nos braços.

HELLINGER Posso dizer a você como isso volta. Venha comigo.

*Hellinger o leva até o filho dele e os dois se abraçam ternamente. Cornelia, que está olhando, chora e está muito comovida. Andreas puxa a filha para si. Os três*

*se abraçam ternamente.*

Figura 5



HELLINGER *para Andreas* Como você se sente agora?

ANDREAS *respira fundo* Melhor.

HELLINGER A filha?

PRIMEIRA FILHA Bem. No início havia uma barreira. Logo que o pai dele chegou, ele ficou bem grande para mim. Quando ele se curvou e teve essa luta consigo mesmo, fiquei muito orgulhosa dele.

HELLINGER *para o filho* E você?

SEGUNDO FILHO No início, o meu coração batia muito forte, quando ele estava de pé diante de mim. Tocou-me profundamente quando ele, então, fez esse gesto de humildade, mas os meus joelhos estavam tremendo. Ficou melhor quando ele veio para nós. Pude sentir o chão novamente.

HELLINGER *para Andreas* Nós não lhe poupamos nada, graças a Deus.

ANDREAS É uma situação nova, preciso primeiro acolhê-la.

HELLINGER Exatamente, agora pode crescer. Está bem, foi isso.

*para o pai de Andreas* Como foi para você?

PAI DO MARIDO Foi difícil não poder puxá-lo para cima antes.

HELLINGER Assim são os pais. Os terapeutas são um pouquinho mais duros.

*Risadas no público.*

*Andreas e Cornelia se abraçam. Ela coloca sua cabeça no ombro dele.*

# DO CURSO EM WIEN

*BÁRBARA: Se você precisar estarei aí para você*

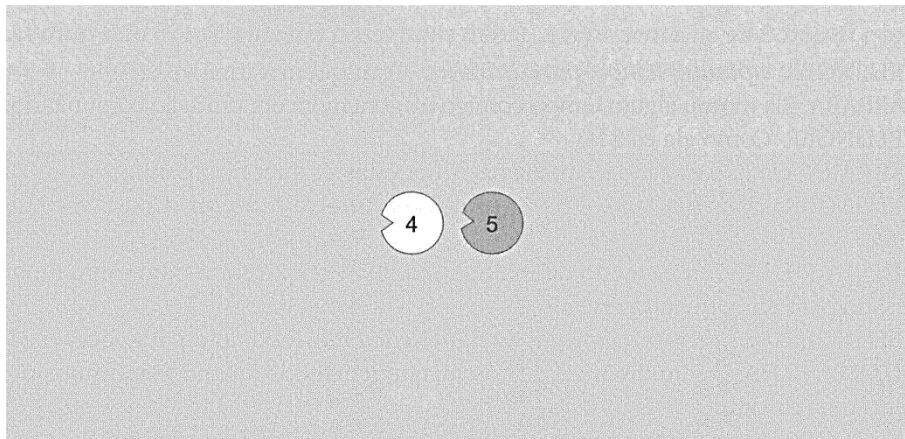
## **Sua irmã é deficiente mental**

HELLINGER *para Bárbara* De que se trata?

BÁRBARA Trata-se de minha família de origem. Tenho cinco irmãos. Sou a mais nova, e a irmã antes de mim é deficiente mental.

HELLINGER Vamos colocar duas pessoas: a irmã que é deficiente mental e você.

*Figura 1*

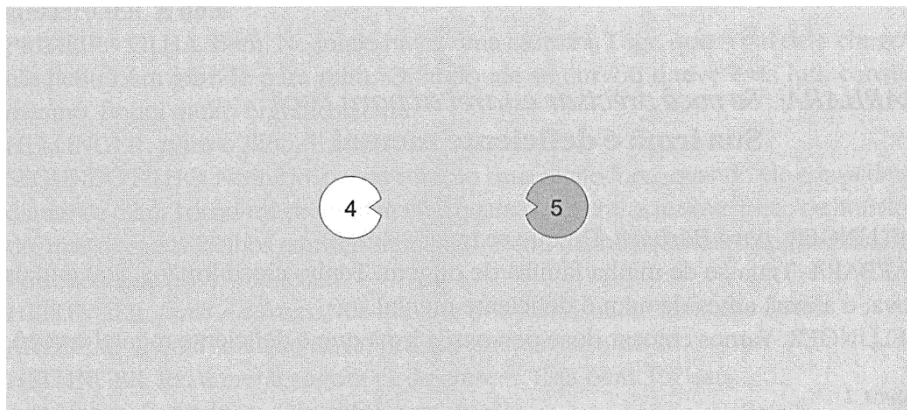


4 Quarta filha, deficiente mental

5 **Quinta filha (=Bárbara)**

*A representante da filha deficiente vira a cabeça para sua irmã e a olha longamente. Então, se vira para ela, em pequenos passos, e se afasta um pouquinho. A representante de Bárbara também se afasta um pouco. Assim ficam uma na frente da outra. A representante da filha deficiente abre e fecha alternadamente as mãos.*

*Figura 2*



HELLINGER *após um tempo, para Bárbara* Com quem a irmã vive?

BÁRBARA Ela morou algum tempo comigo e agora mora em um asilo comunitário.

HELLINGER Como ela está lá?

BÁRBARA Ela não está tão bem. Ela não quer estar lá, quer ficar comigo.

HELLINGER *após um tempo, para a representante de Bárbara* Como você se

sente?

QUINTA FILHA Tenho medo da minha irmã. Ela é muito forte para mim. É um desafio para mim, quando está ali.

HELLINGER *para a representante da filha deficiente* E como é para você?

QUARTA FILHA Quero distância dela. Senti também medo, quando estávamos tão perto uma da outra.

HELLINGER *para a representante de Bárbara* Diga a ela: “Sou sua irmã.”

QUINTA CRIANÇA Sou sua irmã.

HELLINGER “E tenho saúde.”

QUINTA CRIANÇA E tenho saúde.

HELLINGER “Tomo isso como um presente especial.”

QUINTA FILHA Tomo isso como um presente especial.

HELLINGER “E deixo você participar disso.”

QUINTA FILHA E deixo você participar disso.

HELLINGER “Se você precisar de mim, estarei aí para você.”

QUINTA FILHA Se você precisar de mim, estarei aí para você.

HELLINGER “Serei sempre a sua irmã.”

QUINTA FILHA Serei sempre a sua irmã.

HELLINGER *para a representante da filha deficiente* Como você se sente, ouvindo isso?

QUARTA FILHA Isso me comove. Sou reconhecida como realmente sou.

HELLINGER *para a representante de Bárbara* Para você?

QUINTA FILHA Ela é tão forte! Ela é mais forte do que eu.

HELLINGER *para a representante da criança deficiente* Diga para a sua irmã: “Por favor.”

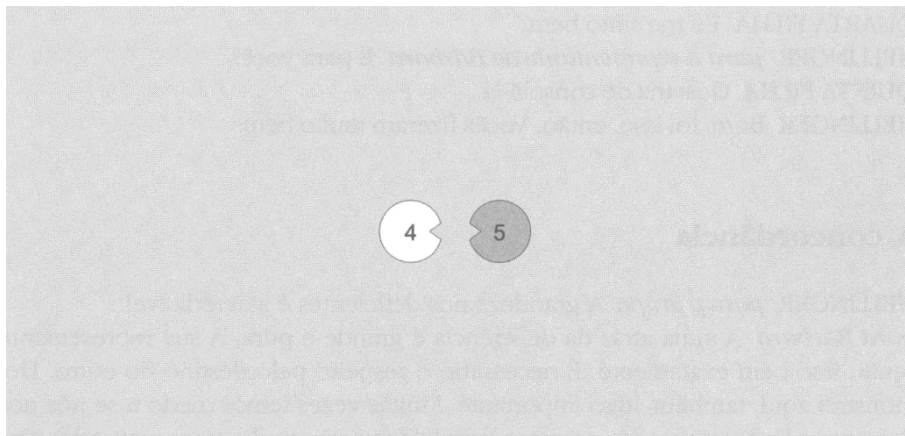
QUARTA FILHA Por favor.

*As duas irmãs se olham por um longo tempo e se dirigem lentamente uma para a outra. No meio, hesitam e param. Ambas mostram o nervosismo, na medida em que abrem e fecham as mãos alternadamente.*

HELLINGER *após um tempo, para a representante de Bárbara* Ouse dar ainda mais um passo.

*As duas dão novamente um passo para frente. A representante de Bárbara estende as mãos para a irmã. Após um tempo, elas se dão as mãos e se olham.*

Figura 3



HELLINGER *após um tempo, para a representante de Bárbara* Agora diga para ela: “Sim.”

QUINTA FILHA Sim.

*As irmãs continuam se olhando nos olhos, mas ficam paradas.*

HELLINGER *para a representante de Bárbara* Como você se sente?

QUINTA FILHA Ainda estou um pouco insegura. Existe algo entre nós ainda. Gostaria de me aproximar dela, mas tenho um medo tão grande de ser exigida, agarrada.

HELLINGER Diga a ela: “Faço tudo por você.”

QUINTA FILHA Faço tudo por você.

HELLINGER “Tudo de que você precisar.”

HELLINGER “Você poderá sempre contar totalmente comigo.”

QUINTA FILHA Você poderá sempre contar totalmente comigo.

HELLINGER “Sou sua irmã.”

QUINTA FILHA Sou sua irmã.

HELLINGER Como você se sente?

QUINTA FILHA Me dá força.

HELLINGER Exatamente.

*para a representante da filha deficiente* E para você?

QUARTA FILHA Isso me comove muito.

*As duas irmãs sorriem uma para a outra e caem nos braços uma da outra.*

HELLINGER *após um tempo, para a representante da filha deficiente* Que tal agora?

QUARTA FILHA Eu me sinto bem.

HELLINGER *para a representante de Bárbara* E para você?

QUINTA FILHA Gostaria de consolá-la.

HELLINGER Bom, foi isso, então. Vocês fizeram muito bem.

## **A concordância**

HELLINGER *para o grupo* A grandeza nos deficientes é inacreditável.

*para Bárbara* A alma atrás da deficiência é grande e pura. A sua representante sentiu isso bem exatamente. É necessário o respeito pelo destino do outro. Demonstrei aqui, também, algo importante. Muitas vezes temos medo e se nós nos deixarmos levar totalmente, seremos envolvidos e não poderemos mais estar presentes para nós mesmos.

Vou contar um exemplo. Uma vez, veio um médico para mim que dirigia uma clínica para alcoólatras. Um paciente antigo tinha lhe telefonado e solicitado fazer novamente terapia com ele. O médico ficou com medo de que o paciente fosse ocupá-lo com muitos atendimentos e hesitou em lhe marcar uma hora. Minha sugestão foi que ele dissesse para o paciente: “Para você faço tudo.” Quando ele se defendeu contra isso, eu o encorajei a experimentar uma vez qual seria o efeito, se ele dissesse: “Para você faço tudo” e também sentir isso. Quando eu o encontrei novamente, ele me contou que o paciente veio para ele somente uma vez.

Portanto, quando existe a concordância total, não se tira proveito dela. Mas onde existirem restrições, virá algo ruim no relacionamento que fará os dois infelizes.

Isto é válido para crianças que têm medo de que precisarão cuidar dos velhos pais mais tarde e que, agora, já ficam imaginando o que virá de encontro a eles. Mas existe uma solução bem simples para eles. Eles dizem para os pais: “Se vocês precisarem de mim, quando estiverem idosos, farei tudo por vocês — assim, da maneira que for certa.” Essa é uma delimitação importante.

Isso também é válido em relação à sua irmã. Você diz a ela: “Vou fazer tudo da maneira que for certa.” O certo quase sempre pode ser feito. Então, ficamos

livres das ideias ruins. Disse para você o essencial?  
BÁRBARA Sim.

## A COMPREENSÃO ATRAVÉS DA RENÚNCIA

Talvez você se pergunte qual o caminho do conhecimento que conduz às compreensões e soluções descritas neste livro. Eu o denomino o caminho fenomenológico do conhecimento. O que quero dizer com isso e como ele se diferencia de outros caminhos de conhecimento, conto, de preferência, em forma de histórias. A primeira se chama:

### O conhecimento

Alguém finalmente quer saber. Monta em sua bicicleta, pedala para o campo aberto e encontra, fora do caminho habitual, uma outra trilha.

Como não existe sinalização, ele tem de confiar apenas no que vê com os próprios olhos diante de si e no que seu passo pode medir. O que o impulsiona é uma certa alegria de descobrir. E o que para ele era antes um pressentimento, agora se transforma em certeza.

Eis, porém, que o caminho termina diante de um largo rio e ele desce da bicicleta. Sabe que, se quiser avançar, deverá deixar na margem tudo o que leva consigo. Então, perderá o solo firme, será carregado e impulsionado por uma força que pode mais do que ele, à qual precisará entregar-se. Por isso, hesita e recua.

Pedalando de volta para casa, dá-se conta de que pouco conhece das coisas que ajudam e que dificilmente conseguirá transmiti-las a outros. Muitas vezes já lhe tinha sucedido o mesmo que acontecera com aquele homem que corre atrás de outra bicicleta, cujo para-lama está batendo. Ele grita: “Ei, você aí, seu para-lama está batendo!” — “O quê?” — “Seu para-lama está batendo!” — “Não consigo entender” — responde o outro — “meu para-lama está batendo!”

“Alguma coisa deu errado aqui”, pensa ele. Pisa no freio e dá meia volta.

Pouco depois, encontra um velho mestre e pergunta-lhe: “Como é que você faz quando ajuda outras pessoas? Muitas vezes costumam procurá-lo para pedir conselho em assuntos que você mal conhece. No entanto, depois, sentem-se melhor.”

O mestre lhe respondeu: “Quando alguém para no caminho e não quer seguir adiante, não depende do saber, pois, ele busca segurança, quando é preciso coragem e liberdade, quando o certo não lhe deixa escolha. Assim, fica dando voltas. O mestre, porém, resiste ao pretexto e à aparência. Busca o centro e, nele recolhido, espera — como quem abre as velas frente ao vento — que talvez uma palavra eficaz o alcance. Quando o outro vem a ele, encontra-o no lugar onde ele próprio tem de chegar, e a resposta é para ambos. Ambos são ouvintes.”

E o mestre acrescenta: “No centro sentimos leveza.”

## **O caminho científico e o caminho fenomenológico do conhecimento**

Dois movimentos levam ao conhecimento. Um se estende e quer abranger algo, até então, desconhecido, até que o possua e ele esteja à sua disposição. O esforço científico é um exemplo, e sabemos o quanto transformou, assegurou e enriqueceu nosso mundo e nossa vida.

O segundo movimento se origina quando nos detemos, durante o esforço de abranger algo, e dirigimos o olhar não mais para algo palpável, mas para um todo. O olhar, portanto, está pronto a receber, ao mesmo tempo, o muito que está à sua frente. Se nos deixarmos levar por esse movimento, por exemplo, diante de uma paisagem ou de uma tarefa ou problema, notamos como nosso olhar fica, ao mesmo tempo, pleno e vazio. Pois só podemos nos expor à plenitude e suportá-la, quando primeiro nos abstraímos do individual. Assim, nos detemos em nosso movimento de extensão e nos retraímos um pouco, até alcançar aquele vazio que pode resistir à plenitude e à diversidade.

A esse movimento, primeiro de retenção e depois de retração, chamo de fenomenológico. Ele conduz a outros conhecimentos diferentes daqueles do movimento abrangente. Contudo, ambos se completam, pois, também no movimento do conhecimento científico abrangente, precisamos, às vezes, de nos deter e dirigir nosso olhar do estrito ao amplo, do próximo ao distante. E também o conhecimento ganho a partir do caminho fenomenológico necessita ser verificado no indivíduo e no próximo.

## **O processo**

No caminho fenomenológico do conhecimento, nos expomos, à grande variedade dos fenômenos, dentro de um determinado horizonte, sem escolher ou avaliá-los. Esse caminho do conhecimento exige, portanto, um esvaziar-se, tanto em relação às ideias habituais quanto em relação aos movimentos internos, sejam eles da esfera do sentimento, da vontade ou do julgamento. Nesse processo, a atenção está, ao mesmo tempo, dirigida e não-dirigida, centrada e vazia.

A postura fenomenológica exige uma pronta disposição para a ação, entretanto, sem agir. Através dessa tensão nos tornamos altamente capazes e prontos para a percepção. Quem suporta essa tensão, percebe, depois de algum tempo, que a diversidade dentro desse horizonte se une em torno de um centro e, inesperadamente, vê uma conexão, talvez uma ordem, uma verdade ou o próximo passo a seguir. Esse conhecimento vem ao mesmo tempo de fora, é vivenciado como dádiva e é, via de regra, limitado.

## **A renúncia**

A primeira premissa, para a compreensão experimentada dessa forma, é a ausência de intenções. Quem tem intenções impõe à realidade algo de seu. Quer, talvez, alterá-la, de acordo com uma imagem preconcebida, quer, talvez, influenciar e convencer outros, segundo essa imagem. Mas, assim, age como se estivesse numa posição superior, perante a realidade, como se ela fosse o objeto para seu sujeito e não o contrário: ele, o objeto da realidade. Aqui fica evidente o

que nos é exigido, quando renunciamos às nossas intenções, inclusive às boas intenções, desconsiderando que o bom senso nos exige essa renúncia, haja vista que a experiência tem nos mostrado que aquilo que fazemos com boas intenções, inclusive com a melhor das intenções, frequentemente falha. A intenção não é substituto para a compreensão.

## **A coragem**

A segunda premissa para tal compreensão é a falta de medo. Quem tem medo daquilo que a realidade traz à luz, coloca viseiras. E quem tem medo daquilo que os outros pensam ou fazem, quando ele disser o que percebeu, fecha-se a compreensão subsequente e aquele que, como terapeuta, tem medo de se expor à realidade de um cliente, por exemplo, à realidade de que lhe resta pouco tempo de vida, o cliente fica com medo dele, pois vê que o terapeuta não está à altura dessa realidade.

## **A harmonia**

A ausência de intenção e de medo possibilitam a harmonia com a realidade, tal como é, também com seu lado atemorizante, avassalador e terrível. Dessa maneira, o terapeuta está em harmonia com a felicidade e a infelicidade, a inocência e a culpa, a saúde e a doença, a vida e a morte. Mas, justamente dessa harmonia, ele adquire a compreensão e a força para se expor ao funesto, e em harmonia com essa realidade, às vezes, mudá-lo.

Sobre esse tema contarei também uma história:

Um discípulo perguntou a um mestre: “Diga-me, o que é a liberdade!”

“Que liberdade?” — perguntou-lhe o mestre.

“A primeira liberdade é a estupidez. Assemelha-se ao cavalo que, relinchando, derruba o cavaleiro, só para sentir depois o seu pulso ainda mais firme.

A segunda liberdade é o arrependimento. Assemelha-se ao timoneiro que, após o naufrágio, permanece nos destroços, ao invés de subir no barco salva-vidas.

A terceira liberdade é a compreensão. Ela sucede à estupidez e ao arrependimento. Assemelha-se ao caule que se balança ao vento e, por ceder onde é fraco, permanece de pé.”

“Isso é tudo?”, perguntou o discípulo.

O mestre respondeu: “Algumas pessoas acham que são elas que procuram a verdade de suas almas. Contudo, a *grande alma* é que pensa e procura através delas. Como a natureza, ela pode permitir-se muitos erros, porque está sempre e sem esforço, substituindo os maus jogadores. Mas àquele que lhe permite pensar, concede, às vezes, algum espaço para movimento. E, como um rio que carrega o nadador que se deixa levar, ela o carrega até a margem, unindo suas forças à dele.”

## **Fenomenologia filosófica**

Gostaria de dizer algo sobre a fenomenologia filosófica e a fenomenologia

psicoterapêutica. Na fenomenologia filosófica, trata-se de perceber o essencial, dentre a grande variedade de fenômenos, expondo-me totalmente a eles, por assim dizer, com a minha máxima superfície. Esse essencial emerge repentinamente do oculto, como um raio, e sempre ultrapassa em muito o que eu poderia pensar ou deduzir logicamente, partindo de premissas ou conceitos. Contudo, nunca é completo. Permanece envolto pelo oculto, como todo ser pelo não-ser. Dessa forma, pude apreender os aspectos essenciais da consciência, por exemplo, que ela atua como um órgão de equilíbrio sistêmico, com cuja ajuda posso perceber imediatamente se estou ou não em harmonia com o sistema. E se o que faço preserva e assegura meu pertencimento ao sistema ou se o ameaça ou suprime.

Portanto, nesse contexto, a boa consciência significa apenas: “Posso estar seguro de que ainda pertenço”. E a má consciência significa: “Preciso temer não poder mais pertencer”. Assim, a consciência tem pouco a ver com leis e verdades universais, mas é relativa e varia de grupo para grupo.

Da mesma forma, reconheci, também, que essa consciência reage de modo totalmente diferente quando não se trata do direito de pertencer, tal como descrevi acima, mas quando se trata do equilíbrio entre o dar e o tomar e ainda de um outro modo, quando ela vela pelas ordens da convivência. Cada uma dessas diferentes funções da consciência é dirigida e imposta por ela, mediante diferentes sentimentos de inocência e de culpa.

Contudo, a principal diferença que se mostrou nesse contexto é a distinção entre a consciência que sentimos e a consciência oculta. Mostra-se, na verdade, que justamente porque seguimos a consciência que sentimos, atentamos contra a consciência oculta; e embora possamos nos sentir inocentes, perante a primeira, a segunda nos castiga pelo mesmo ato, como culpados. O antagonismo entre essas consciências é a base de toda tragédia e isso significa, no fundo, nada mais do que toda tragédia familiar. Esse antagonismo leva a emaranhamentos trágicos que ocasionam enfermidades graves, acidentes e suicídios. Nas famílias, esse antagonismo é igualmente responsável por muitas tragédias de relacionamento, por exemplo, quando um relacionamento entre homem e mulher se rompe, apesar de grande amor recíproco.

## **Fenomenologia psicoterapêutica**

Essas compreensões, porém, não foram conquistadas apenas através da percepção filosófica e da aplicação filosófica do caminho fenomenológico do conhecimento. Foi necessário, ainda, um outro acesso, que chamo do saber através da participação. Esse acesso se abre através das constelações familiares, quando se realiza de maneira fenomenológica.

Nas constelações familiares, o cliente escolhe arbitrariamente, entre os participantes de um grupo, representantes para si mesmo e para outros membros importantes de sua família, por exemplo, para o pai, a mãe e os irmãos. Então, centrado, ele os posiciona no espaço, um em relação ao outro. Através desse processo, algo vem subitamente à luz, que o surpreende. Isso significa que, no processo da colocação de sua família, entrou em contato com um saber que antes lhe estava vedado. Por exemplo, recentemente um colega me relatou que, numa constelação, ficou claro que a cliente devia representar uma antiga namorada de seu pai. Ela perguntou a seu pai e a outros parentes, mas todos lhe

garantiram que estava enganada. Entretanto, alguns meses depois, seu pai recebeu uma carta da Bielo-Rússia. Uma mulher, que tinha sido seu grande amor durante a guerra, depois de muita procura, tinha conseguido obter finalmente o seu endereço.

Mas esse é apenas um lado, o lado do cliente. O outro lado é que os representantes, uma vez posicionados, sentem como as pessoas que estão representando. Às vezes, chegam a experimentar os seus sintomas físicos. Eu mesmo presenciei casos em que os representantes ouviram internamente o nome dessa pessoa. Tudo isso é vivenciado, sem que os representantes tenham informações sobre a família, somente sabem quem estão representando. Mostra-se, portanto, nas constelações familiares, que, entre o cliente e os membros de seu sistema, atua um campo de força que possibilita um saber através da simples participação, sem mediação externa e, o que é mais surpreendente ainda, é que também os representantes que não têm nada a ver com a família e que nada sabem a seu respeito, podem se conectar com esse saber e com a realidade dessa família.

O mesmo vale, naturalmente, e de modo especial, para o terapeuta. Mas a condição para isso é que, tanto ele quanto o cliente e os representantes, estejam dispostos a se expor à realidade que pressiona para vir à luz e a concordar com ela, tal como é, sem intenções, sem medo e sem recorrer a teorias ou experiências anteriores. Mas isso é a postura fenomenológica aplicada à psicoterapia. Aqui, também, a compreensão é obtida através da renúncia, através do desprendimento de intenções e de medos e da concordância com a realidade, tal como ela se manifesta. Sem essa postura fenomenológica, isto é, sem a concordância com o que se manifesta, sem exagerar ou atenuar ou querer interpretar, o trabalho com as constelações familiares se engana, e tem pouca força.

## **A alma**

Ainda mais surpreendente do que esse saber, transmitido pela participação, é que esse campo ciente ou, como prefiro chamá-lo, essa alma ciente, que transcende e dirige o indivíduo, procura e encontra soluções que ultrapassam em muito mais o que poderíamos imaginar e têm efeitos bem mais abrangentes do que seria possível obter com nossa ação planejada. Isso fica evidente nas constelações em que o terapeuta procede com a máxima reserva, colocando pessoas importantes e os entrega, sem prévias instruções, àquilo que os sensibiliza, como uma força externa irresistível, e os conduz a compreensões e experiências que, de outra forma pareceriam impossíveis.

Por exemplo, há pouco tempo, na Suíça, depois de fazer a constelação de sua família atual, um homem disse que tinha que acrescentar que era judeu. Coloquei então, lado a lado, sete representantes de vítimas do holocausto. Atrás deles, coloquei sete representantes dos assassinos e fiz com que as vítimas se virassem para eles. Depois disso, entre eles desenrolou-se, durante cerca de 15 minutos, um incrível processo, sem palavras. Isso mostrou claramente que existe algo assim como uma morte consumada e uma morte não consumada. E que, para vítimas e agressores, a morte só se completa quando nela ambos se encontram e experimentam que foram igualmente determinados e dirigidos por um poder que atua sobre eles, no qual finalmente se sentem acolhidos.

## Fenomenologia religiosa

Aqui, o nível da filosofia e da psicoterapia é substituído por um outro mais amplo, onde nos experimentamos como entregues a um todo maior, que temos de reconhecer como um último universal. Poderia denominá-lo de nível religioso ou espiritual. Mas aqui também permaneço na postura fenomenológica, sem intenções, sem medos e premissas, simplesmente com aquilo que se mostra.

Descreverei, para finalizar, numa terceira história o que isso significa para a compreensão religiosa e o ato religioso. Ela se chama:

### O Retomo

Alguém nasce dentro da sua família, da sua pátria e da sua cultura. Desde criança, escuta dizer quem dentro desse contexto havia sido o modelo, o professor e o mestre, e sente um profundo anseio de ser como este.

Junta-se a pessoas com as mesmas ideias, exerce uma disciplina rigorosa durante anos e segue o grande modelo, até que se toma semelhante a ele — pensando, falando, sentindo e tendo as mesmas vontades que ele.

No entanto, pensa ele, ainda falta algo. E, assim, empreende uma longa caminhada, a fim de, na mais longínqua solidão, talvez conseguir ultrapassar uma última barreira. Passa por antigos jardins, há muito abandonados. Apenas rosas silvestres ainda florescem e altas árvores ainda dão frutos que, no entanto, caem ao chão esquecidos, pois não há quem os queira. A seguir, começa o deserto.

Logo um vazio desconhecido o cerca. Parece-lhe que todas as direções são iguais e mesmo as imagens, que às vezes vê à sua frente, reconhece logo como vazias. Vagueia como seus pés o impulsionam à frente e quando, há muito, não confia mais em seus sentidos vê, diante de si, a nascente. Ela brota borbulhando do chão e é, rapidamente, absorvida pela terra. Porém, nos lugares aonde chega sua água, o deserto se transforma num paraíso.

Quando olha ao redor, vê chegar dois estranhos. Estes haviam procedido do mesmo modo. Seguiram seu modelo até que se tomaram semelhantes a este. Também empreenderam uma longa caminhada para, talvez, na solidão do deserto, ultrapassar uma última barreira. Assim, também acharam a nascente. Juntos se inclinam, bebem da mesma água e creem que já quase atingiram sua meta. Então dizem seus nomes: “Chamo-me Gautama, o Buda.” “Chamo-me Jesus, o Cristo.” “Chamo-me Maomé, o Profeta.”

Mas aí cai a noite e, acima deles, brilham, como desde sempre, as estrelas, silenciosa e inatingivelmente longínquas. Todos emudecem e um dos três sabe que está muito perto de seu grande modelo como nunca estivera antes. Parece-lhe que podia, por um instante, intuir o que ocorrera Àquele, quando conheceu a sensação de incapacidade, a frustração, a humildade. E como se sentiria, se também conhecesse a culpa. Parecia-lhe que O ouvia dizer: “Se eles me esquecessem, eu teria paz.”

Na manhã seguinte inicia o retorno, fugindo do deserto. Mais uma vez, o caminho o leva de passagem pelos jardins abandonados, até que chega a um jardim que pertence a ele próprio. Diante da entrada está um velho, como se estivesse espe-

rando por ele. O velho lhe diz: “Quem vai tão longe e encontra como você, o caminho de volta, ama a terra úmida. Sabe que tudo que cresce também morre e, quando acaba, alimenta.” “Sim”, responde o outro, “eu concordo com a lei da terra.” E começa a cultivá-la.

Bert Hellinger fez a documentação de 63 terapias breves de cursos. Nessas terapias, as soluções surgem diretamente do acontecimento e por isso toda vez, diferentes e únicas.

Pode-se lê-las como contos. Algumas vezes são emocionantes, algumas vezes divertidas, algumas vezes cheia de dramaticidade, e então novamente, meditativas e quietas. Entre elas, Hellinger dá indicações que levam adiante, por exemplo, sobre o luto, os mortos, o que está por trás de doenças graves ou de suicídios, e descreve o caminho do conhecimento, que conduz à diversidade das soluções aqui documentadas.

As questões aqui tratadas vão desde medo de acidente de automóvel, ataques de pânico, vício, desordens relacionadas com alimentação, síndromes de dores crônicas a crises de relacionamento.

**Um livro denso e empolgante.**

*Editora Atman - [editora@atmaneditora.com.br](mailto:editora@atmaneditora.com.br) – [www.atmaneditora.com.br](http://www.atmaneditora.com.br)*