

Aktualna pomoč v življenju julij

Dragi bralec,

mnoge od nas bo julij iz krajev, kjer živimo, popeljal na počitnice. V tem času bomo veliko tega pustili za seboj in se veselili novih izkušenj in tudi novih doživetij. Včasih smo v tem času bolj nepredvidni kot običajno. Naredimo nekaj, kar nam lahko škodi in kar bomo kasneje obžalovali. Zaradi tega potrebujemo v tem času posebno zaščito, angela varuha, kot mnogi to imenujejo. Prav posebej vam želim, da ste v tem času zaščiteni.

Marsikaj, kar vam tudi v tem času lahko služi kot pomoč in vzpodbudo in kar vam je lahko tudi v veselje, boste našli v tem mesečniku.

Želim vam prijetne in bogate dneve ter zaščito, ki naj vas povsod spremlja.

Vaš

Bert Hellinger

Počitnice

Zaščita

Naše življenje potrebuje zaščito. Zato, da lahko preživimo, potrebujemo različne zaščite. Najprej zaščito staršev in že zelo zgodaj pri našem rojstvu, na primer, smo potrebovali zaščito zdravnikov in medicinskih sester. Potrebujemo pa tudi zaščito skupnosti, ki ji pripadamo. Pod to zaščito se lahko razvijamo in rastemo.

Na najrazličneše načine dajemo tudi mi zaščito drugim, predvsem kot odrasli, ko ščitimo lastne otroke in druge. Vsaka človeška skupnost predstavlja v prvi liniji zaščiteni skupino. Njeni člani se medsebojno ščitijo. S tem ščitijo tudi lastno življenje in življenje naslednje prihajajoče generacije.

Ta zaščitna skupina zahteva svoj davek, včasih tudi zelo visok davek. Na primer, v primeru katasrofe ali vojne. Zaščitna skupina ostane povezana tudi v izrednih okoliščinah. Ker je zaščita tako velika dobrina, ki je pomembna za preživetje, je v času krize upravičen tudi visok davek, ki ga plačajo njeni člani.

Vendar tudi znotraj takšnih zaščitnih skupin prihaja do nedovoljenih posegov, ki gredo predaleč. Pred takšnimi nedovoljenimi posegi nas varuje pravni red, ki velja znotraj te skupine. Pravni red predstavlja v prvi liniji red zaščite proti takšnim nedovoljenim posegom in predstavlja znotraj skupine veliko dobroto. Ta red ščiti tudi druge pred našimi nedovoljenimi posegi.

Tudi mišljenje in svoboda potrebujeta zaščito. Lastnina potrebuje zaščito in ljubezen potrebuje zaščito. Tudi ta zaščita je hkrati tudi zaščita življenja.

Ali nas ščiti tudi Bog? Pred kom naj bi nas ščitil, če ne pred nekom, ki ga prav tako ščiti? V tem smislu se lahko ščitimo le, če hkrati ščitimo tudi druge. Kolikor bolj in kolikor obsežneje, toliko bolje za vse.

Angel

Ostanite angeli, ostanite pri meni.
Vodite me na obeh straneh,
da mi noga ne spodrsne!
Vendar naučite me tudi
vašega velikega svetega petja,
da bom hvalnico pel z vami!
Ostanite angeli, ostanite z mano.
(Iz 19.kantate Johanna Sebastiana Bacha)

Bleibt ihr Engel, bleibt bei mir.
Führet mich auf beiden Seiten,
Dass mein Fuß nicht möge gleiten!
Aber lehrt mich auch allhier
Euer großes heilig Singen
Und dem Höchsten Dank zu bringen!
Bleibt ihr Engel, bleibt bei mir.
(iz 19. Kantate Johanna Sebastiana Bacha)

Pripeljati do bistva

V kratkosti je bistvo

HELLINGER: Zdaj bom demonstriral kratke terapije, seveda le, če vi to želite. Nekateri med vami, ki imate osebne probleme, ste me namreč k temu nagovorili.

Šel bom po vrsti. Zagotovo še učinkujejo včerajšnji dogodki in nekateri ste zaradi njih še vedno prizadeti. Če se bo pokazalo kaj otipljivega, bom za nekatere od vas naredil kratko terapijo, manj v smislu izmenjave in bolj v smislu treninga, kako se to dela.

Krivda

UDELEŽENKA: Gre mi čisto dobro. Zaposluje pa me tema krivde.

HELLINGER: Kaj te zaposluje?

UDELEŽENKA: Moja lastna krivda.

HELLINGER: Pridi in usedi se zraven mene.

Usede se zraven njega in prekriža noge.

HELLINGER: Tako ne morem delati s teboj.

Svoji nogi postavi na tla.

HELLINGER *čez nekaj časa*: Zapri oči.

skupini: Krivda je pogosto sredstvo, ki napihuje. S krivdo se lahko napihnemo, da jo potem izpustimo, nam lahko povzroči določene težave. Večina krivde je le plod domišljije, ker menimo, da bi lahko naredili drugače. Za to predstavo se skriva želja, da bi imeli moč nad resničnostjo. Zato da opustimo to željo po moči, je potreben prav poseben napor.

Krivdi bomo ušli, če bomo soglašali z njenimi posledicami. Če nam uspe to soglasje, se bomo zlili v veliko skupnost običajnih ljudi.

Tej udeleženci: Dobro, to je bilo že vse.

Udeleženka se smeje in zahvali.

Majhna napaka

HELLINGER: Upam, da bom kmalu naredil kakšno majhno napako, tako bom namreč ostal na tleh. Delati drobne napake, dene dobro. Skoraj bi se jih morali veseliti.

Napredek

UDELEŽENEC (*včeraj je postavil svojega starega očeta*): Zjutraj me je prešinila misel, da bi si, takoj ko bo to možno, ponovno ogledal video moje postavitve.

HELLINGER *skupini*: Klienti imajo pogosto željo, da bi si ponovno pogledali postavitev. Kaj se takrat z njimi zgodi? Ponovno padejo v preteklost in to potem, ko so že stopili naprej.

Moj stari prijatelj, ki je žal že dolgo časa mrtev, ime mu je bilo Heraklit, je rekel: Človek nikoli ne stopi dvakrat v isto reko.

Temu udeležencu: Če boš ponovno gledal ta video, boš še enkrat stopil v isto reko.

Bolečina

UDELEŽENKA: Opazila sem, da se oklepam svoje bolečine.

Glasno se smeje in zmiguje z rameni.

HELLINGER: Tukaj ne potrebujemo ničesar narediti. To, da jaz ne smem nič narediti, to sem videl.

Skupini: Človek mora resnično uživati v bolečini, resnično se ji moramo predati in v njej uživati.

Udeleženka se smeje.

HELLINGER: Ah, kako lepo je imeti takšno bolečino!

Udeleženka se glasno smeji.

Moč

UDELEŽENKA: Očarana sem, kako si spočit pri delu. Jaz sem bila včeraj zvečer na smrt utrujena.

Pogosto sem tako izčrpana. Lepo je videti, kaj pomeni ostati pri moči in da je to tako enostavno.

HELLINGER: Jaz ne čutim svoje moči in je tudi nimam. Povezan sem z nečim drugim, z nečim skupaj plavam. Kar se tukaj dogaja, se me ne sme dotakniti. Ostati moram zunaj, sicer posegam. Tudi mene se je včeraj nekaj dotaknilo. Potem moram to kasneje še notranje dodelati. Počitek pride, ko človek to razreši iz sebe in to ne tako, da vrže stran, temveč, da to zaupa nečemu, kar je večje.

Slovo od mrtvo rojene sestre

HELLINGER *udeležencu*: Ti si že govoril z mano. Takoj bom delal s teboj, pridi k meni. Kratke terapije vedno delamo takoj.

Skupini: Potrebujemo nekoga za njegovo mrtvo rojeno sestro. V družini sta bila le dva otroka, mrtvorojena sestra torej in on. To bomo sedaj postavili.

Hellinger izbere predstavnico za mrtvorojeno sestro in jo postavi nasproti njega. Oba sta dolgo časa stala, ne da bi se premaknila.

HELLINGER *mrtvorojeni sestri*: Reci mu: „Meni gre dobro.“

SESTRA: Meni gre dobro.

HELLINGER: „Na varnem sem.“

SESTRA: Na varnem sem.

Udeleženec se ji za nekaj korakov približa, se obrne za pol obrata v stran in si na srce položi roko. Ko se ji želi stransko še bolj približati, Hellinger v obrambo iztegne svoji roki proti njemu. On se ponovno umakne in gleda v daljavo. Hellinger ga popolnoma obrna v stran, tako da je s hrbtom obrnjen proti mrtvi sestri. V tem trenutku se sestra globoko oddahne.

HELLINGER *bratu*: Ali si slišal, kako se je od olajšanja oddahnila?

Hellinger ga odpelje še nekaj korakov v stran. Potem se je tudi on glasno oddahnil.

HELLINGER: Podobno si je oddahnila tudi ona.

Hellinger ga odpelje še nekaj korakov v stran. Ponovno si je globoko oddahnil.

HELLINGER *čez nekaj časa*: Je tako dobro?

BRAT: Nekako je.

HELLINGER: Točno.

BRAT: Za menoj je nekaj, vendar čutim kot moč. Tukaj spredaj je vse odprto.

HELLINGER: Točno tako je. Dobro, to je bilo vse.

Skupini: Med brati in sestrami lahko vidimo, če je eden umrl, predvsem pri dvojčkih lahko to vidimo, da so mrtvi prijazni do živih.

Pogosto imamo predstavo, kot da bi mrtvi nekaj zamudili, kot da jim je slabše kot nam, ki še živimo. Čudna predstava. Potem imajo živi sorojenci pogosto slabo vest.

Morda gre mrtvim bolje. Tega ne vemo. Kakšna sploh naj bo razlika, če živimo ali pa smo mrtvi? Takoj, ko življenje mine, se potopimo nazaj v praznino, iz katerega prihajamo. Ničesar ne vzamemo zraven, kar je bolje od tistih, ki so umrli prej.

Zadržanost

UDELEŽENKA: Včeraj sem opazila, kako izgubljam jasnost svoje zaznave, če se preveč podam v polje klienta. To me sedaj bega.

HELLINGER: Če dovolimo, da nas povleče vase, potem postanemo del sistema. Mi moramo ostati zunaj, na nek način „ostati zunaj“. Seveda vstopimo, vendar tako kot nekdo, ki je hkrati povezan še z nečim drugim. V nasprotnem jemljemo drugemu moč in sami postanemo izčrpani.

UDELEŽENK: In slabotni.

HELLINGER: Točno. Pomagati je zelo nevarno – za tistega, ki pomaga.

Strah pred pacientom

UDELEŽENKA: Včeraj zvečer sem bila zdelana. Počutila sem se, kot bi bila gola. Potrebovala sem zaščito. Opazila sem, da me je strah neke pacientke.

HELLINGER: Pogosto se zgodi, da nas je strah pacientov. Pridi sem.

Skupini: Če nas postane strah pacientov, potem postanejo oni naši starši. Potem se nekaj spreobrne v svoje nasprotje.

Udeleženki: Vendar obstaja za to lepa vaja, ki jo bom sedaj s teboj tudi naredil. V svoji predstavi si zamisli in izberi eno izmed svojih pacientk, ki te je strah. Ne rabiš mi povedati, katera je.

Udeleženka zapre oči.

Zdaj ti bom dal nekaj nasvetov. Pacientka stoji pred teboj malo oddaljena. Pomaknjena je malo v desno ali malo v levo in zraven nje stoji smrt. Ne gledaš naravnost tja, gledaš le nedoločeno. Ostaneš zbrana in sama pri sebi čakaš na namig, ki ga boš dobila od smrti, kaj je primerno za pacientko. Ostani zbrana.

Ko kima in želi nekaj povedati: To še ni bilo to. Jaz lahko vidim, kdaj bo tako daleč. Potem ti bom rekel.

Skupini: Šele ko se bodo pokazali sponatni premiki, je sprejela sporočilo. Ostalo je izmišljeno.

Čez nekaj čas prične spontano vzdihovati.

HELLINGER: Zdaj je prišlo sporočilo. Ga imaš?

UDELEŽENKA: Ja.

HELLINGER: Dobro. Tega nam ne rabiš povedati.

UDELEŽENKA: Hvala.

Ko želi oditi, ji položi Hellinger na ramo svojo roko. Ona in on si dolgo gledata v oči. Potem si ona pokrije obraz rokami.

UDELEŽENKA *jokajoče:* To vse je za mene preveč.

Hellinger jo potegne k sebi. Svojo glavo mu položi na ramo in vzdihuje. Med tem globoko diha.

HELLINGER, *ko se ponovno vzravna:* Zapri oči.

Ona joče in globoko vzdihuje. Čez nekaj časa pokliče Hellinger k sebi neko žensko in ji pokaže, naj se postavi pred to udeleženko, medtem ko ta še vedno sedi z zaprtimi očmi. Ta ženska se skloni k udeleženci in z rokama objame njen obraz. Čez nekaj časa ji Hellinger pokaže, da se lahko umakne. Ona se počasi umakne in se ponovno usede na svoje mesto. Udeleženka si z rokama ponovno pokrije obraz in vzdihuje.

HELLINGER *skupini:* Ni navajena, da ima nekdo čas zanjo.

Ona prikimuje z glavo in še vedno vzdihuje. Vendar prične vzdihljaje prekinjati s smehom.

HELLINGER: Ljubezen je težje vzdržati. Nasprotno je nesreča le kot otroška igra.

Glasno smejanje v skupini. Tudi udeleženka se smeji.

UDELEŽENKA: Aja.

Nekaj časa še joče in potem se umiri. Hellinger jo ves čas rahlo drži za roko.

UDELEŽENKA: Hvala. Dobro. Pomembno je bilo čutiti tvojo roko.

Premiki duše

HELLINGER *skupini:* Res je presenetljivo, kako zelo lahko zaupamo duši. Pogosto stoji temu nekaj v napoto, da to moramo in da je nekaj potrebno narediti. Ko so tisti, ki pomagajo soočeni s klienti, se pogosto vprašajo: Kaj moram sedaj narediti? Kaj je sedaj potrebno narediti? Premiki, ki prihajajo iz moram ali potrebno je, so premiki, ki prihajajo iz naše vesti.

V trenutku, ko slišim „moram“ ali „potrebno je“, sem kot otrok pred svojimi starši. Nisem več v svoji moči in posledično seveda ne morem biti več povezan s klientovo dušo.

Šele ko smo prerasli našo vest, lahko pridemo v sozvočje s premiki duše in jim zaupamo. Ko smo z njo v sozvočju, potem prerastemo potrebo po nedolžnosti in potrebo „biti dober“.

Bog ni dober, Bog je velik. To je veliko več. Tudi duša ni dobra v tem smislu. Duša je velika. Tudi usoda ni dobra. Usoda je velika.

Tej udeleženi: V tem sozvočju dobiš moč. Potem ostane klient v območju svoje usode in v območju velike duše, ne v tvojem območju. Pustiš ga v njegovem območju. Le če si v sozvočju z njegovo usodo in njegovo dušo, si včasih poklican, da zanj nekaj narediš. Vendar narediš le to, nič več. Dobro?

Udeleženka prikimava.

Priklon

HELLINGER *udeležencu*: Ti si že popoln.

UDELEŽENEC: Ne, sploh ne. Po vnovičnem srečanju s teboj si želim mirno, globoko morje v svoji sredini.

Hellinger ga zaprosi naj vstane, ga pelje v sredino in ga prime pod roko.

HELLINGER: Skupaj se prikloniva.

Oba se priklonita v isto smer.

UDELEŽENEC: Najlepša hvala.

HELLINGER *skupini*: Kar sva sedaj naredila midva, lahko tudi vi naredite s svojim klientom.

Predstavljamo si, da se skupaj z njim priklonimo pred nečim večjim.

Biti pozabljen

UDELEŽENEC: Nasprotno kot včeraj, sem danes še vedno razburjen. Imam vprašanje. Janez s križa govori o noči duha. On meni, da vsebuje noč duha tudi pozabljanje. Včeraj si veliko govoril o pozabljanju. Sprašujem se, kako je s tem v povezavi z lastno državo in lastnimi mrtvimi?

HELLINGER: Pridi k meni.

Po krajšem času zbranosti: Noč duha ali temna noč duše ne pomeni pozabljanje, temveč soglašanje, da se pozabi. V soglasnosti s tem, da se pozabi, postanemo eno z vsem - z neimenovanimi in tistim neimenovanim, kar za nas ostane neimenovano.

Oba dolgo časa gledata drug drugega.

HELLINGER: Dobro?

UDELEŽENEC: Ja, hvala.

HELLINGER *skupini*: V mnogih religioznih ali spiritualnih gibanjih ali v gibanjih k izpolnitvi gre za predstavo napredovanja, ki je podobna vzponu na goro, na kateri človek doseže vrh. Jaz imam obratno sliko. Reka doseže morje tako, da teče navzdol, dokler ni čisto spodaj.

Tok

UDELEŽENEC: Zelo me je mučilo eno vprašanje in zdaj, ko si delal z njim, se je zgodilo nekaj neverjetnega. Vprašanje se je razrešilo.

Veliko razmišljam o prednikih svoje mame in o tem, kaj vse se je zgodilo. Enemu izmed prednikov je bilo ime Janez s križa. V bistvu želim vedeti, kaj to pomeni. Nikoli nisem vedel. Tisti

stavek, ki si ga povedal včeraj, ko sem se bal za klientko: „Delaj se, kot da se ni nič zgodilo“, mi ne gre iz glave. Ne vem ali naj pozabim ali še kaj drugega. Še vedno točno ne vem, vendar imam občutek, da se bo nekaj zgodilo.

HELLINGER: Če je to v toku, je dobro.

„Iz tega bom nekaj naredila“

HELLINGER *udeleženci, ki jo je včeraj imenoval „uboga revica“*: Danes zgledaš popolnoma drugače.

UDELEŽENKA: Včeraj si imel prekleto prav.

HELLINGER: Dobro.

Ko želi pojasniti: Dovolj je, če vidim, da ti gre bolje. Ostalo lahko pozabimo. Jaz sem pozabil in ti verjetno tudi, upam.

UDELEŽENKA: Skoraj.

HELLINGER: Skoraj? Dobro.

UDELEŽENKA: Ko sem bila majhna, sem trikrat preživela.

Začela je jokati.

Pravzaprav je to razlog za veselje, in da rečem hvala. Mislila sem, da se moram prikloniti. Rekla sem hvala, vendar se nič ne zgodi. Verjamem, da bi bil priklon tisto pravo.

HELLINGER: Priklon je veliko več, kot da rečemo „hvala“. Hvala je povezan z jazom.

Če se priklonimo rečemo: „Iz tega bom nekaj naredil.“ Ti si vendar iz tega naredila že veliko lepega. S svojimi terapijami si rešila življenje že veliko ljudem. Ali ni to lepo?

UDELEŽENKA *smeje*: Ja, to je res.

HELLINGER: Točno. Kar se je izkazalo za zanesljivo, ostane zanesljivo. Se strinjaš?

UDELEŽENKA: Ja.

HELLINGER: Še kaj?

UDELEŽENKA: Ne.

Odgovornost

PRIMARIJ: Od včeraj me še nekaj kuha. Tudi po tem delu, ki si ga imel prej s terapevtko, se mi postavljajo vprašanja: Kakšna je odgovornost tistih, ki nosijo odgovornost? Kakšna je odgovornost terapevta? To, kar se dogaja na klinikah, se vendar ne dogaja v brezračnem prostoru. Morda je to tudi le „moram“ nekega terapevta, vendar se preprosto ne morem osvoboditi te misli.

HELLINGER: Odgovornosti ni.

PRIMARIJ: Znotraj ja, vendar od zunaj obstaja.

HELLINGER: Odgovornosti ni. Kakor hitro nekdo prevzame odgovornost, ni več v sozvočju.

PRIMARIJ: To pomeni tudi „nositi posledice“? To je čisto konkretno vprašanje: pred menoj je sodni proces. Pacientka, ki je sploh nisem poznal, je po bivanju na kliniki naredila samomor in sedaj sem vendarle pred sodiščem. Od zunaj so mi naložili odgovornost.

HELLINGER: To bomo postavili.

Hellinger si izbere predstavnika za sodni proces in mu nasproti postavi primarija.

HELLINGER *primariju*: Glej sodni proces in mu reci: „Ja.“

Vendar počakaj, da boš to tudi notranje zmogel.

Primarij nekaj časa čaka, se narahlo prikloni in reče: Ja.

HELLINGER: Kako gre sodnemu procesu?

PROCES: Jaz sem resen, vendar je drugače vse v redu.

HELLINGER: Ali se je za tebe kaj spremenilo, ko je on to rekel?

PROCES: Zdaj postaja lažje. Notranji proces še poteka. Medtem ko si postavljaj vprašanje, ali morda še kakšno sekundo prej, je začelo postajati lažje.

HELLINGER *primariju*: Kakšen je bil učinek pri tebi?

PRIMARIJ: Opažam, da se moram distancirati od zahteve po pravični obravnavi.

HELLINGER: Točno. To je čiščenje, čiščenje ne le za tebe, temveč tudi za njega. Dobro?

PRIMARIJ: Ja.

Meditacija: Spoštuj mrtve

HELLINGER *skupini*: Zdaj bom naredil z vami majhno meditacijo. Zaprite oči, zberite se v svoji sredini, v prazni sredini in stopite navzdol v kraljestvo mrtvih.

Tam ležijo vsi iz vaše družine. Morda imajo nekateri odprte oči in vas gledajo s prošnjo. Nekaterim lahko morda rečete: „Vidim te. Zdaj ti poklanjam svoje spoštovanje. Vidim, kaj ti je bilo storjeno.“ ali: „Vidim, kaj si naredil. Poklanjam ti spoštovanje mrtvim, spoštovanje, da smeš biti enak, spoštovanje, da smeš najti svoj mir, tako ko tudi vsi ostali, spoštovanje, da spadaš zraven, spoštovanje, da priznam: Jaz sem kot ti, spoštovanje, da bom uredil to, kar se za tebe še mora urediti.“

Potem pogledaš na oddaljeno svetlobo, daleč stran in se pred njo globoko prikloniš, brez besed, ponižno in se počasi umakneš nazaj, čisto počasi kot nekdo, ki je vdrl v prepovedano deželo, dokler ne prideš do konca in začutiš, da si ponovno v svetu živih. Potem se zbereš v svoji sredini, se obrneš, začutiš drugo svetlobo. Odpreš oči in jo pogledaš.

Otroci

Pomagati otrokom v sozvočju z njihovimi starši

Nekaj bi povedal vzgojiteljem: Če pomagamo preveč, potem bo otrok jezen. Pomagajmo mu od daleč. Predvsem mu pomagajmo kot predstavniki staršev. Pomembno je, da se pri pomoči postavimo pod starše. Če se postavimo nad starše, kot da smo mi boljši od staršev, potem bo otrok na nas jezen.

Danes zjutraj smo to lahko lepo videli v postavitvi. Oče se je postavil za dom, za internat. Postavil se je na njegovo stran. Na drugi strani je stal tudi za tem, kar naredi za svojega otroka. Dom – internat se je lahko nanj naslonil. To je pomagalo, to je bilo lepo. Ko je torej pomoč otrokom v domovih podarjena v tem smislu, mirno in v sozvočju s starši, potem lahko postanejo otroci takšni, kot so njihovi starši. To je zelo pomembno. Otroci želijo postati takšni, kot so njihovi starši.

Če otroku rečemo: Tvoj oče je pijanec, le ne bodi takšen, kot je tvoj oče, bo otrok, iz zvestobe do svojega očeta, postal prav takšen, kot je on. To je vpliv takšnih zunajih obsodb na dušo.

Ne, otrok želi postati takšen, kot je njegov oče. Če reče svojemu očetu: „Postati želim takšen, kot si ti.“ Oče pogleda ljubeče svojega otroka in mu reče: „Lahko narediš tudi malo drugače, kot sem jaz.“ Prav s tem postane otrok svoboden, da se razvija izven vplivnega območja svojih staršev.

Razmišljal sem o tem, kaj naredi človeka velikega. Vse, kar ga dela enakega drugim ljudem, dela njega velikega. Vse, kar odstopa od tega, od enakosti z drugimi ljudmi, to ga dela majhnega, nikoli velikega. To je ponižna veličina. S to ponižnostjo se lahko mirno gibamo med soljudmi. Takoj, ko se nekdo naredi večjega, ga ostali ne želijo več. To povzroča agresijo. Tudi, če se naredi manjšega. Kdor pa se obnaša kot enak med enakimi, ta je dobrodošel vsepovsod, vseeno kam pride.

Ko mrtvi vstanejo

Katere mrtve imam sedaj v mislih? Mrtve, ki so bili v vojni na drugi strani ali tiste, ki se jim je zgodila krivica? Kajti drugače jih bo kasneje zastopal otrok. V neki skupini sem to naredil z mrtvimi, ki pripadajo drugi strani. Oče enega izmed otrok v domu, je v vietnamski vojni zlorabil Tajko. Otrok je prišel v dom, ker je bil agesiven do svojega očeta. Pokazalo se je, da je prevzel agresijo te ženske.

V postavitvi se je naslonil na to žensko in se nato pred njo globoko priklonil. Od nje je prišel blagoslov.

HELLINGER *temu otroku*: Zdaj ti bom pokazal, kako boš ponovno postal ti sam. Predstavljaš si, da pred teboj stoji tvoj oče in se pred njim narahlo prikloni. Potem se obrni vstran.

Skupini: Sedaj lahko morda ponovno preverite v svoji duši to, kar sem pred tem povedal o razlikovanju med dobrim in zlim ali bolje o nereazlikovanju med dobrim in zlim. Vsi so povezani z nečim, čemur ne morejo uiti. In v svoji duši lahko preverite to, kar sem povedal o ljubezni otrok.

Tukaj je jasno, v družinah, kjer je bil oče v vojni, povezan v vojni, spadajo zraven v družino tudi žrtve. To lahko vidimo zelo pogosto.

Primer

V ZDA je bil nekdo, ki je bil malo posebnost in je rekel: Moj oče je heroj. Boril se je pri zavzetju nekega otoka. Bil je v enoti, ki je po velikih izgubah na osvojenem otoku zapičila ameriško zastavo.

Potem je postavil predstavnike očetovih soborcev, ki so tam padli. Nato sem postavil še pet predstavnikov žrtev Hirošime, ki so bili žrtve Američanov. Oče je stal popolnoma odrevenel, ampak sina je nezadržno vleklo k mrtvim soborcem in žrtvam njegovega očeta. Potem sem postavil sina pred njega in rekel sinu: „Jaz grem k njim, kaj je s tabo, mi je vseeno.“ To je rekel, tako zelo je bil povezan z mrtvimi svojega očeta. Šele ko je oče resnično pogledal fanta v oči in spregledal, kaj je s svojo odrevenelostjo povzročil pri svojem sinu, je postal mehak. Potem je lahko oče spoštoval mrtve, sin je lahko spoštoval svojega očeta in oče se je lahko skupaj s svojim sinom umaknil od mrtvih. Nekaj podobnega smo lahko videli tudi tukaj.

Družinska vest

V povezavi s tem želim še nekaj povedati. Družinska vest nima le enega zakona, da ji pripadajo in ji morajo pripadati vsi. Zaradi tega v tej vesti ni razlikovanja med dobrimi in slabimi. Tukaj vlada še en zakon. Ta zakon pravi: Tisti, ki so bili tukaj prej, imajo prednost pred tistimi, ki so prišli kasneje. Nikoli se kasnejši ne smejo vmešavati v stvari, ki so jih naredili tisti pred njimi. Če bo to nekdo naredil, mu bo spodletelo. Vse, kar bo nekdo naredil, na primer, da se želi nekdo ubiti kot v pokoro za krivdo svojega očeta, je to zaman. To nikomur ne pomaga. Vendar ima on občutek, da je velik in nedolžen.

Vsak junak, ki mu tako spodleti, se kljub vsemu počuti, kot da je velik. Vendar kasneje leži tam ubit. Kako mu je pomagala njegova veličina?

Usoda

Rilke v Devinskih elegijah lepo opisuje, kako se usoda skriva za zaveso. Tam je majhen otrok in njegova mati stoji pred posteljico. Varuje ga pred usodo in mu razlaga. Videti je, da je otrok dobro obvarovan. In vendar se mogočna usoda že skriva za zaveso in ne vemo, kaj se bo zgodilo.

Potem otrok zaspí in nenadoma dobi vročino. V divjih sanjah se spusti v praglobine, do dna, v mamine soteske, kjer je skrit strah. In tisto, kar je se strahotno smeje. In ko pride malček, se smeje še usoda. Tisto strašansko se smeje v polnem, iskrenem soglasju. Potem se otrok prepusti vsemu nasilju in je popolnoma drugačen. Nič več ni nedolžen otrok. Od vsega začetka je že skrit v nečem večjem.

Potem se otrok prebudi in je mož. Sreča žensko in ženska meni, da lahko nanj vpliva. Vendar ji Rilke pravi: Ali res misliš, da ga je tvoj lahen gib tako pretresel? Prastari časi so vzvalovili v njegovih žilah.

Na koncu te lepe elegije Rilke reče ženski: Naredi zanj nekaj zanesljivega, zanesljivo dnevno opravilo. Daj, da bo občutil večjo težo ponoči. Zadrži ga.

To je zelo skromno. V povezavi z večjim smo skromni.

Moški in ženska

Ljubezen in red

Nekaj želim povedati o ljubezni in redu. Kaj je večje in kaj je pomembnejše, ljubezen ali red? Kaj pride kot prvo? Mnogi so mnjenja, če bodo le dovolj ljubili, potem se bo vse uredilo. Mnogi starši prav tako menijo, če bodo svoje otroke le dovolj ljubili, potem se bodo razvijali točno tako, kot si oni to želijo. Večina staršev, ki tako misli, bo razočaranih. Očitno je, da ljubezen sama ne zadošča.

Ljubezen se mora prilagoditi redu. Red je predhodnik ljubezni. Prav tako je to tudi v naravi: drevo se razvija po nekem notranjem redu. Tega reda ne moremo spremeniti. Lahko se razvija le znotraj tega reda. Tako je tudi z ljubeznijo in medčloveškimi odnosi: razvijajo se lahko le znotraj določenega reda in ta red je dan vnaprej.

Če vemo nekaj o zakonih reda v ljubezni, potem ima naša ljubezen in tudi sam odnos večje možnosti, da se razvije. Eden izmed zakonov reda je, da ima to, kar je različno, enako vrednost. Moški in ženska sta različna, vendar sta enakovredna. Če par to priznava, ima njuna ljubezen večje možnosti.

Drugi zakon pravi, da mora biti izmenjava v partnerskem odnosu - dajanje in jemanje - uravnoteženo. Če mora eden dajati več kot drugi, potem je odnos moten. Odnos potrebuje to ravnotežje. V povezavi z ravnotežjem je potrebno upoštevati še nekaj. Danes zjutraj sem govoril o tem, kako mora iti potreba po izravnavi skladno skupaj z ljubeznijo in kako se s tem povečuje izmenjava.

Ta potreba po izmenjavi velja tudi za negativno. Če eden od partnerjev drugega prizadene čuti ta potrebo, da mu tudi nekaj slabega naredi. Občuti, da je ranjen njegov ponos, zato verjame, da ima tudi on pravico, da prizadene partnerjev ponos. Tej potrebi se ni moč upreti.

Mnogi, ki so doživeli krivico, občutijo, da imajo pravico, da drugemu nekaj naredijo. Razen potrebe po izravnavi je tukaj še občutek: Sedaj imam posebne pravice, ker mi je bila storjena

krivica, sem dobil posebne pravice. Potem drugemu ne vrne le v enaki meri, kot je bilo storjeno njemu, temveč mu vrne še malo več slabega. Ker pa je sedaj eden naredil več slabega, kot si je zaslužil, občuti sedaj ta, da ima pravico, da drugemu vrne nekaj slabega. In prav zato, ker čuti pravico, da to naredi, mu vrne še malo več slabega. A ko se v nekem odnosu povečuje menjava v slabem namesto sreče, je v takšnem odnosu vedno večja nesreča.

Kvaliteto odnosa lahko prepoznamo po tem ali poteka izmenjava med partnerjema pretežno v dobrem ali pretežno v slabem. In kakšna bi bila rešitev? Ali je tukaj rešitev še sploh možna? Izmenjavo v slabem je potrebno spremeniti v menjavo v dobrem? In kako se to naredi?

Kako priti do te menjave je skrivnost: Drugemu se maščujemo z ljubeznijo. To pomeni, da mu prav tako naredimo nekaj slabega, vendar malo manj. S tem je izmenjava v slabem končana in oba lahko ponovno pričneta z dajanjem dobrega. To je pomemben vidik zakonov reda v ljubezni. Če to vemo, potem gre lahko v družinah veliko stvari ponovno na boljše.

Zakoni uspeha

Zakoni pomaganja

Počasi se umirite in se zberite, bodite pripravljeni na nekaj novega. Nekaj želim povedati o psihičnih motnjah. Kako nastanejo? Zakaj sploh pride nekdo k nekomu po pomoč. Ponavadi zato, ker je od nekoga odrezan. Takoj, ko je nekdo odrezan od svojih staršev ali od enega od staršev, izgubi energijo in moč. Oslabljen je in razvije simptome.

V bistvu je rešitev zelo preprosta. Ponovno je potrebno vzpostaviti povezavo z ločenim. Kako je to možno? Kateri so predpogoji, ki jih mora imeti tisti, ki pomaga, da bo ta korak uspel? Prvi predpogoj je ta, da je tisti, ki pomaga, sam povezan s svojimi starši in svojimi predniki, da je povezan s svojo usodo, svojo krivdo in svojo smrtjo.

Meditacija

Najprej lahko naredimo kratko vajo. Zaprite oči in v svojem telesu začutite svoje starše. V našem telesu ni ničesar, kar na začetku ne bi prišlo od naših staršev. Mi smo naši starši. V sebi se popolnoma odpremo, dokler v sebi ne začutimo obeh staršev kot celoto in to takšne, kot so in so bili. Brez želje, da bi naj bili drugačni.

Na enak način začutite v sebi stare starše in prastarše, vse, ki so pripadali družini. Tudi tiste, ki so zgodaj umrli. V svojem telesu lahko začutimo njihovo navzočnost. V svojem telesu soglašamo z njimi in sami s seboj. Sočasno se naslonimo na njih in se prepustimo, da nas obkrožijo in postanemo z njimi eno. V tem gibanju zaznamo svojo posebno usodo, kot je prišla z našimi starši in našimi predniki. Vendar tudi takšno, ki je povezana z našimi dejanji in našo krivdo. Tedaj rečemo: „Ja, to je moja usoda, jaz soglašam z njo.“

Večje

Potem pride še nekaj iz naše duše. Kajti preko naših staršev in prednikov smo povezani še z nečim večjim, ki ima nas same in tudi naše prednike v svoji službi. Iz tega večjega pride za vsakega izmed nas posebno poslanstvo in naloga. Od nje prihaja moč, da to sprejmemo. S tem, ko ji soglašamo, smo svobodni, brez odvrčanja pozornosti k nečem, kar predstavlja površne želje. Izpolni nas nekaj, kar je večje.

Pomoč

Potem morda pogledamo klienta, ki pride k nam po pomoč. Ko ga pogledamo, sočasno vidimo in začutimo njegove starše, takšne kot so in takšne, kot so bili ter z njimi soglašamo s spoštovanjem in ljubeznijo. Potem pogledamo na njegove stare starše in prastarše, vse, ki so v njegovi družini zgodaj umrli. Za nas so v njem prisotni in mi se pred njimi priklonimo. Prosimo jih za pomoč. Potem nismo mi tisti, ki začnejo za njega skrbeti. Njegovi predniki nas podpirajo in nad njimi tudi tisto večje, katerega del smo mi vsi. Morda smo tako doumeli njegovo poslanstvo, njegovo nalogo in njegovo usodo. In z njim soglašamo.

Začutimo, kako smo z njim povezani in hkrati tudi ločeni. Postanemo previdni, karkoli naredimo, mora bitiv soglasju z njegovo družino, z njegovo usodo in morda tudi z njegovo smrtjo.

Soglasje

Še nekaj. Če je nekdo jezen na svoje starše, jim očita, jih obtožuje in jih morda zaničuje. Ker sem jaz v soglasju z njegovimi starši in njegovimi predniki, se uprem, da bi mu pomagal. Če ta prvi korak ni uspel, potem je on izgubljen.

Kaj mu bo pomagalo? Če ga v soglasju prepustim njegovi usodi. Potem se bo morda zgodil preobrat, ki bo pomagal.

Predstavljajte si, kaj bi se zgodilo, če vi prevzamete mesto njegovih staršev in mu poskušate pomagati brez njihovega blagoslova in brez blagoslova njegove usode? Za to, da tukaj ostanemo v soglasju, je potrebna veličina.

Red

Še nekaj. Veliko motenj nastane, ker nekdo v svoji družini ne more biti otrok. Ker mu je bilo zaradi usodne prepletenosti nekaj naloženo, kar onemogoča povezavo s starši. Na primer, ker mora za njih plačevati pokoro, če mora ponavljati usode, ki ne spadajo k njemu. Potem mu lahko pomagamo tako, da mu sledimo toliko časa, dokler ne najdemo, kaj je pravilen red, ki ga osvobodi tega bremena in ki mu omogoča, da je spet otrok in da kot otrok vzame to, kar mu je bilo podarjeno.