

BERT HELLINGER

Láska ducha

Co k ní vede a jak jí lze dosáhnout



MAITREA

Bert Hellinger

Láska ducha

Bert Hellinger

Láska ducha

Co k ní vede a jak jí lze dosáhnout



MAITREA

2011

Hellinger, Bert

Láska ducha : co k ní vede a jak jí lze dosáhnout / Bert Hellinger ;
[z německého originálu ... přeložila Petra Pejchalová]. -- 1. vyd. v českém jazyce.
-- Praha : Maitrea, 2011. -- 467 s.

Název originálu: Die Liebe des Geistes

ISBN 978-80-87249-22-2

316.614.5-025.12 * 316.472.4 * 13

- rodinné konstelace
- interpersonální vztahy -- duchovní aspekty
- populárně-naučné publikace

316.4/.7 - Sociální interakce [18]

Bert Hellinger

Láska ducha

Die Liebe des Geistes

Copyright © Bert Hellinger, 2008

Translation © Petra Pejchalová, 2011

OBSAH

Hellinger® sciencia: Úvod a přehled	29
Duchovní dimenze	30
Svoboda	32
Starost	33
Budoucnost	33
Láska	34
K této knize	35

POČÁTKY

Poznámka na úvod	41
Vina a nevína ve vztazích	43
Vyrovnaní	43
Vystoupení	44
Hojnost	44
Ideál pomocníka	45
Výměna	45
Předávání dál	46
Zlatý míč	46
Poděkování	47
Braní	48
Navrátilci	48
Šťěstí	48
Spravedlnost	49

Škoda a ztráta	49
Východisko	50
Bezmoc	50
Dvojí přesun	51
Mstitel	52
Odpuštění	53
Druhý pokus	54
Smíření	54
Nečekané pochopení	54
Bolest	55
Dobro a zlo	56
Vlastní	57
Cizí	57
Osud	57
Pokora	59
Řád a hojnost	60
Hranice svědomí	61
Odpověď	61
Vina a nevina	62
Pevně dané podmínky	63
Rozdíly	63
Různé vztahy	65
Řád	65
Zdání	65
Hráči	66
Zakletí	67
Vazba	67
Ohleduplnost	68

Věrnost	69
Místo	69
Věrnost a nemoc	70
Hranice	70
Dobro	71
Skupinové svědomí	71
Právo na příslušnost	72
Vyrovnaní ve zlém	73
Pořadí posloupnosti	73
Touha	74
Třes	74
Strach	75
Slova na nesprávnou adresu	75
Trest	76
Řešení	77
Pochopení	77
Cesta	78
Řády lásky mezi rodiči a dětmi a v rámci širší rodiny	79
Řád a láska	79
Různé řády	80
Rodiče a děti	80
Římská kašna	81
Uctění	81
Život	82
Poděkování na úsvitu života	83
Obrana	85
To zvláštní	85
Dobré dary od rodičů	85

Osobní v rodičích	86
Troufalost	87
Osudové společenství	88
Rod	89
Rodová vazba	89
Úplnost	90
Rodový závazek	91
Stejné právo na příslušnost	92
Řády lásky	93

Řády lásky mezi mužem a ženou

a ve vztahu k širšímu Celku	96
Muž a žena	96
Matka a otec	97
Touha	97
Akt lásky	98
Párová vazba	99
Žárlivost	100
Tělo	101
Basso continuo	102
Nedostatek	102
Otcův syn a matčina dcera	102
Animus a anima	103
Vzájemnost	104
Následovat a sloužit	104
Rovnocennost	105
Vyrovnání	106
Porozumění	107
Zapletení	108

Vytrvalost	109
Umírání	109
Širší Celek	110

DUCHOVNÍ SVĚDOMÍ

Poznámka na úvod	115
------------------------	-----

Rozlišení svědomí	117
--------------------------------	-----

Osobní svědomí	117
-----------------------------	-----

a. Vazba	117
----------------	-----

b. Dobré a zlé	119
----------------------	-----

Kolektivní svědomí	119
---------------------------------	-----

a. Úplnost	120
------------------	-----

b. Pud	121
--------------	-----

c. Příslušnost až za hrob	121
---------------------------------	-----

d. Kdo sem patří?	121
-------------------------	-----

e. Jen láska osvobozuje	122
-------------------------------	-----

f. Kdo ještě patří k rodině?	123
------------------------------------	-----

g. Vyrovnání	124
--------------------	-----

h. Odpykání	124
-------------------	-----

i. Pomsta	125
-----------------	-----

j. Léčení	125
-----------------	-----

k. Pořadí posloupnosti	125
------------------------------	-----

l. Porušení řádu posloupnosti a jeho následky	126
---	-----

m. Dosah	127
----------------	-----

Duchovní svědomí	128
Různá svědomí a rodinné konstelace	130
Duchovní svědomí	130
a. Rozlišení svědomí	130
b. Duchovní rodinné konstelace	131
Osobní svědomí	134
Kolektivní svědomí	136
Shrnutí	137
Úvahy	137
Co jde	137
Vedení	138
Hledání	139
Přejícnost	140
Očekávání	141
Dopředu	141
Lehké	142
Souznění	143
Bytí	144
Vědomí	145
Svazek	147

CO V RODINÁCH ZPŮSOBUJE NEMOC, A CO LÉČÍ

Poznámka na úvod	153
------------------------	-----

Láska, která způsobuje nemoc, a láska, která léčí	155
Vazba a její důsledky	155
Podobnost a vyrovnání	156
Nemoc následuje duši	157
„Raději já než ty“	157
Vědoucí láska	158
„Já místo tebe“	159
„I když odejdeš, zůstanu“	160
„Budu tě následovat“	161
„Budu ještě chvíli žít“	161
Naděje, která způsobuje nemoc	162
Láska, která léčí	163
Nemoc jako pykání	163
Vyrovnání pykáním způsobuje dvojnásobné utrpení	164
Vyrovnání přijetím a smířlivým konáním	165
Pykání je náhrada za vztah.....	166
Vina na zemi pomíjí	167
Nemoc jako zástupné pykání	167
Nemoc jako důsledek nepřijímání rodičů	167
Ctění rodičů	168
Nepřítomnost	168
Další publikace k tématu zdraví	171

NEMOC A LÉČENÍ Z DUCHOVNÍHO HLEDISKA

Láska ducha	177
Duchovně milovat rodiče	178

Dítě	178
Jiná láska	179
Meditace: Rozloučení	180
Cesta	181
Okamžik	182
Porušení rovnocennosti	182
Zapletení	183
Řešení	183
Vina a trest	184
Duchovní rovina	184
Psychózy, láska nad propastí	185
Příklad	185
Co vede k psychóze?	187
Psychózy jako pachatelé, psychotici jako oběti	191
Psychózy jako rodinný problém	192
Psychiatrii	193
Cvičení: Duchovní láska	194
Naše láska nad propastí	195
Láska nevědomého svědomí	195
Přát všem	196
Zapletení	197
Vědoucí láska	197
Přednost	198
Naše slepá láska	198
Cesta očisty	198

Meditace: Láska, která odvádí od propasti	199
Kruh	199
Pokoj mrtvým	200
Svoboda	200
Vady řeči	201
Koktání a schizofrenie	201
Koktání ze strachu z osoby uvnitř	202
Koktání, protože nesmí vyjít najevo rodinné tajemství	202
Úleva	202
Usmířit protiklady	203
Cvičení pro koktající: „Ty i já – my oba.“	204
Jak rosteme	204
Cvičení: Smíření v duši	205
Příklad: Koktání a schizofrenie	206
Vysvětlení	210
Mluvení	213
Věci	213
Velká slova	214
Autismus	214
Publikace k tématu psychóz a vad řeči	216
Duchovní rodinné konstelace jednou větou	217
Postup	217
Příklad: 12-letý chlapec má tik	218
Příklad: 40-letý muž s průjmem	220

Příklad: 15-letý chlapec si způsobuje zranění a má záchvaty paniky	222
Příklad: 35-letá klientka může přijímat jen tekutou stravu	223
Příklad: 37-letý klient je už rok ochrnutý na pravou polovinu těla a necítí	224
Vnitřní pohyb	225
Meditace: Naše vlastní věta	225
Krátké supervize	226
Budoucnost	226
Chlapec ztrácí řeč	228
Cvičení: Následovat ducha	229

POMÁHAT V SOULADU

Poznámka na úvod	235
Pomáhání jako profese	237
Pomáhání jako dávání a brání	237
Profesionální pomoc	237
Kdy smíme pomoci?	238
Pomáhat s úctou	238
Bezpečné pomáhání	239
Pomáhat druhým růst	239
Řády pomáhání	240
Pomáhání, co to znamená?	240
Pomoc jako vyrovnání	240
Dávat, co máme, a přijímat, co potřebujeme	241

Pohybovat se v mezích možností.....	242
Předobraz pomáhání: Rodiče a děti	243
Pomáhat jako rovnocenný rovnocennému	244
Zůstat nakloněn celé rodině	246
Pomáhat bez souzení	247
Pomáhání mimo dobro a zlo	248
Pomáhat bez lítosti	248
Pomáhat tváří v tvář těžkému osudu	249
Zvláštní vnímání	249
Pozorování, vnímání, pochopení, intuice, souznění	250
Pomáhat v souladu s duší	252
Terapeutický postoj	254
Otázky	255
Začátek lásky	256
Láska a síla	256
Láska terapeuta	257
Velká duše	258
Jednoduchá psychoterapie	259
Láska a osud	259
Pomáhat v souznění s rodinami	260
Pomáhat v souznění s rodiči	260
Souznění s vlastní rodinou	261
Souznění s rodinou druhého	263
Souznění s ostatními terapeuty	263
Přízeň	264
Jak se nám podaří pomáhat	264

Poslední místo	265
Pořadí posloupnosti	266
Velikost	266
Terapeutický vztah	267
Jednání	267
Kontrola	268
Služba životu	268
Horlivost	269
Souznění a odvaha	270
Mocenský boj	271
Tvrdost	272
Vcítění se	273
Systemické vcítění se	274
Velká duše	275
Působení skrze nekonání	275
Noc ducha	275
Odepřít jednání	276
Válečník	276
Vyhrávat a prohrávat	277
Protiklady	277
Chyby	278
Kašna	278
Obrazy řešení	279
Výchozí obraz	279

Dvojí pocity	280
Primární pocity	280
Dramatické pocity	281
Sny	281
Dobrý a špatný pohled	282
Podstatné pomáhání	282
Věc	283
Krátkost	283
Vážnost	284
Nejzazší hranice	284
Respekt	285
Soustředění	285
Jiná rovina	286
Pokora	286
Soucit	287
Přerušný pohyb	287
Oddělit se od mrtvých	288
Jednání, které osvobozuje	290
Strach	291
Opatrnost	292
Řeka	292
Pomáhat jako rovný rovnému	293
Nahoře a dole	293
Jednat	293
Naříkání	293
Události	294

Vnitřní rodinné konstelace	294
Pomáhání skrze zřeknutí se	295
Skutečnost přivedená na světlo	296
Osud	297
Prostor	297
Rodina jako osud	297
Generační linie	298
Léčivá síla	299
Velký osud	299
Předčasné úmrtí	300
Duchovní rodinné konstelace	
Poznámka na úvod – Co je u duchovních rodinných konstelací nové	305
Filosofie	307
Tělo	308
Duše	308
Lidský duch	308
Tvořivý duch	309
Duchovní rodinné konstelace	310
Duchovní pole	310
Pohyby ducha	311
Duchovní pole rodiny	311
Pole a duše	311
Rodinná duše	312

Svědění	312
Spravedlnost	313
Uvěznění ducha	313
Fenomenologická cesta k poznání	315
Postup	315
Meditace: Odstup	317
Duše	317
Jiný směr	318
Vážnost	318
Dosah	319
Ztracená duše	319
Jasnost	319
Spojit oddělené	321
V naší rodině	321
V rodině klienta	322
Disonance a rezonance	323
Jiné rodinné konstelace	324
Přání	325
Dimenze pomáhání	325
Působit pomocí nedělání	325
Začátečníci	326
Důvěřovat duši	326
Ochrana	327
Nedokončené	328
Růst v souznění	329

Nedělání	330
Různé cesty	331
Příběh: Dvojí měřítko	332
Další publikace k tématu pomáhání	334

MUŽ A ŽENA

Muž a žena z duchovního hlediska	341
Úcta	341
Přítakání	342
Láska ducha	342
Věrnost	343
Následování	343
Příklad: Pohled za partnera	344
Cvičení: Následovat ducha	346
Shovívavost	347
Příklad: Štěstí, které zůstává	348
Další publikace k tématu muž a žena	350

DĚTI V NOUZI

Všechny děti jsou hodné	355
Meditace: My jako problematické děti	357
Příběh pro sirotka	358
Pomáhání dětem	359

Příklad postiženého dítěte: Nyní přitakávám	360
Úvodní poznámka	360
Konstelace	361
Příklad: Jsou zastupovány děti, které odešly při interrupci	364
Důsledky pro ženu	373
Důsledky pro děti	374
Důsledky pro partnerský vztah	375
Odkazy na knihy a video-nahrávky k tématu děti v nouzi	377

VELKÉ KONFLIKTY

Poznámka na úvod	383
Odkazy na publikace k tématu smíření	383
Velký konflikt	387
Vůle ničit	387
Přesouvání vůle ničit	388
Spravedlnost	389
Svědomí	389
Ohrožení novým	390
Přijetí odmítaného	391
Pole	392
Pole a svědomí	393
Blud	393
Shrnutí	394
Velký mír	395

Láska	395
Výměna	395
Svědomy	395
Bezmocnost	396
Triumf	396
Pochopení	396
Vnitřní mír	397
Vnímání	398
Jiné svědomí	399
Jiná láska	400
Mír národů	400

DUCHOVNÍ NÁBOŽENSTVÍ

Poznámka na úvod	407
Boží láska a láska k Bohu	409
Bůh a Bohové	411
Bohorovný	412
Jiný Bůh	413
Příklad: Ježíš a Kaifáš	414
Poznámka na úvod	414
Izmael a Izák	414
Kaifáš a Ježíš	414
Duchovní cesta poznání	415
Konstelace	415
Dodatek	417

Příběh: Zvrat	418
Odkazy na publikace k tématu náboženství	419
ÚVAHY	
Postarej se o dům!	427
Vyhlížení	427
Svoboda	428
Doma	429
Život, který trvá	430
Stažení se do ústraní	431
Mír	432
Dost	433
Kam jsem odešel	434
Doslov	437

PŘÍLOHA:

**Empirický rozbor rodinných konstelací podle Berta Hellingera
– recenze rozboru Gerta Höppnera
,Léčí pokora tam, kde působí osud?'
od Michaela J. W. Angermaiera**

Základní aspekty rodinných konstelací podle Hellingera	441
Biografické údaje	441
Průběh rodinné konstelace	443
Vědecké zařazení	444

Höppnerova empirická studie	447
Vstupní diagnostika	451
Průběžná diagnostika	452
Výsledky vstupní diagnostiky	452
Rámcový plán studie se třemi typy konstelací A, B, B'	454
Dodatky	462
Diagnostické postupy v Höppnerově studii	462
Literatura	463
Biografie Gerta Höppnera	464

HELLINGER® SCIENCIA: ÚVOD A PŘEHLED

Hellinger® sciencia, zde záměrně takto psána, je vědou o lásce ducha. Je to scientia universalis, univerzální věda o řádech lidského soužití, od vztahů v rodině, tedy od vztahu mezi mužem a ženou a mezi rodiči a dětmi, včetně jejich výchovy, přes řády v práci, povoláních a organizacích, až po řády mezi velkými skupinami, jako jsou například národy a kultury.

Zároveň je to scientia universalis o porušení řádů, která vedou při lidském soužití ke konfliktům, a které od sebe lidi vzdalují, místo aby je přibližovala.

Tyto řády a jejich narušení se přenášejí i na tělo. Hrají důležitou roli při nemocech, fyzickém, duševním a duchovním zdraví.

Jak to, že se tato věda nazývá *Hellinger sciencia*? K těmto pochopením jsem dospěl a také je popsal. Vyzkoušel jsem je praktickou činností, a to veřejně. Mnozí se tak o účinnosti těchto názorů mohli přesvědčit jak sami na sobě, tak ve svých vztazích a ve svém jednání. Ukazuje se tak, že se zde jedná o skutečnou vědu.

Jako věda je *Hellinger sciencia* v pohybu. To znamená, že se neustále dále vyvíjí, a to i na základě zkušeností mnoha dalších, kteří se jí otevřeli – jí i jejím důsledkům. Coby živá věda nezakládá žádnou školu, jako by

již snad byla uzavřená a bylo by možné ji předávat a studovat jako něco konečného. Neexistuje u ní proto ani sledování účinnosti, jako by snad mohla být posuzována podle vnějších měřítek, před kterými by se měla obhájit. Její obhajobou jsou její účinky a úspěch. Je to ve všech ohledech otevřená věda.

DUCHOVNÍ DIMENZE

Hellinger scientia dosáhla kromě bezprostředně pochopitelných vhlédů do řádů a jejich narušení v našich vztazích ještě další dimenze, dimenze duchovní. Teprve na ní lze pocítit dosah těchto vhlédů. Teprve z ní lze poznat její univerzální význam a důsledky, které z ní vyplývají.

Co jsou tyto duchovní vhledy a co jsou jejich duchovní dimenze? Toto pochopení vychází z jednoho pozorování a z něj vyplývajících důsledků: Vše, co tu je, se nepohybuje samo o sobě. Je jím pohybováno zvenčí. Dokonce když se něco pohybuje tak, jako by se to pohybovalo samo, jako třeba vše, co žije, má jeho pohyb nějaký počátek, který nemůže vycházet z něj. Proto má každý pohyb, i pohyb všeho živého, svůj původ v pohybu, jenž přichází zvenčí, a to nejen na svém počátku, nýbrž stále, po celou dobu trvání tohoto života.

Ještě jednu věc je třeba vzít v úvahu. Každý pohyb, především každý živý pohyb, je vědomým pohybem. U síly, která vším hýbe, předpokládá vědomí. Jinými slovy: každý pohyb je zamýšlený pohyb. Je uveden do pohybu, protože jej tato síla zamýšlela, a je uveden do pohybu tak, jak jej tato síla zamýšlela.

Co tedy stojí na počátku tohoto pohybu? Záměr, které vše zamýšlí tak, jak to je.

Co z toho vyplývá? Pro tento záměr neexistuje nic, co by nechtěl tak, jak to je a jak se to pohybuje. Každý pohyb je nakonec pohybem této

mysli, tohoto ducha. Proto pro tohoto ducha ani nic nekončí. Vše, co bylo, ještě tak zamýšlí, stejně jako zamýšlí nás v přítomnosti a jako zároveň zamýšlí vše budoucí.

Jelikož budoucí zamýšlí zároveň s minulým, souvisí minulé ve všech ohledech s tímto budoucím. Minulé se pohybuje směrem k budoucímu a dochází v něm k završení.

Ale i budoucí se stane minulostí a bude se jako minulé pohybovat směrem k budoucímu. Je pro nás nepředstavitelné, že by tento vším pohybující záměr někde končil. Tak, jako nemůže existovat nic, co by jím nebylo zamýšleno, nemůže ani existovat nic po něm. Protože kdo nebo co by to po něm ještě zamýšlel?

Tváří v tvář tomuto zamýšlejícímu duchu přestávají platit všechny pro nás dosud důležité hypotézy a představy. Například představa svobodné vůle, představa osobní zodpovědnosti. A přestávají platit mnohé hodnotové soudy a rozlišení, na kterých spočívá naše kultura.

Zde bych jmenoval v první řadě rozlišování mezi dobrem a zlem, správným a špatným, mezi vyvolenými a zavrženými, mezi nahoře a dole, vysoko a nízko, lepším a horším, a konečně i životem a smrtí.

Přesto však i nadále děláme tato rozlišení, a také je prožíváme. Nejsou však i ona tímto duchem zamýšlena a požadována tak, jak jsou?

Zde je třeba uvážit: Minulé a budoucí nejsou to samé. Minulé je na cestě k budoucímu. Pro naši zkušenost tedy existuje Předtím a Potom a Více a Méně.

Co je toto Méně? Co je toto Více? Je to méně vědomí a více vědomí. Nacházíme se uprostřed pohybu od méně vědomě k více vědomě. Nacházíme se uprostřed pohybu od méně vědomě v souznění s tímto duchem a jeho všeobjímajícím pohybem k více vědomě v souznění s tímto pohybem. Existuje tedy pro nás pohyb Více a Méně, což je pro tohoto ducha nemyslitelné. Pro něj neexistuje žádné Více a Méně. Přesto je tento

pohyb ve všem, v čem se s ním setkáváme, tímto duchem zamýšlen v tomto pohybu. Zamýšlel jej tak pro nás, ať už od nás tento pohyb na cestě k více vědomí vyžaduje jakékoli zkušenosti.

Kdo dosáhne tohoto Více vědomí? Kdo dosáhne tohoto Více souznění s vědomím ducha? Můžeme to být my osobně? Můžeme to být my sami v tomto životě? Nebo jsou na této cestě všichni lidé, předchozí, nynější i budoucí, a tohoto vědomí dosáhnou všichni společně? Dosáhnou jej spolu se všemi zkušenostmi, které kdy byly učiněny a které ještě zbývá učinit, námi i mnoha dalšími, v tomto a mnoha dalších životech? I toto jen společně?

SVOBODA

Samozřejmě, že se cítíme v mnoha ohledech svobodní. Samozřejmě, že se cítíme zodpovědni za své činy a jejich následky. Zároveň však víme, že jiná síla, duchovní síla, která vším hýbe, naši svobodu, naši zodpovědnost a naši vinu se všemi jejich následky zamýšlela, pohybovala a chtěla tak, že je vnímáme jako své vlastní.

Jednáme pak jinak? Můžeme jednat jinak? Odkud vzít sílu pohybovat se a jednat jinak?

Co nám tedy zbývá? Jednat přesně jako doposud a přitakat naší svobodě, zodpovědnosti, minulosti a vině se všemi jejich následky tak, jak jsou a jaké je vnímáme.

Zároveň je však vnímáme jako více vědomého souznění s tímto vším pohybujícím duchem. Vnímáme je také jako více vědomí, jak pro nás, tak pro všechny, kdo s námi nesou důsledky naší svobody a zodpovědnosti, a kdo byli vtaženi do důsledků našeho jednání a naší viny.

Tito různí lidé tedy prožívají stejný proces různým způsobem. Při stejném procesu učiní rozdílnou zkušenost. Jestliže vnímají obojí zároveň,

že jsou svobodní i nesvobodní, dosáhnou více vědomí, možná i většího souznění s tímto vším pohybujícím duchem. Získají více vědomí, které je i mnohé další posune o kousek dále na cestě k rozšířenému vědomí.

STAROST

V této duchovní dimenzi končí starost, i starost o budoucnost *Hellinger sciencia*. Přichází na základě pohybu ducha, tak, jak je tímto duchem míněna, a zůstane v pohybu tak, jak ji tento duch zamýšlí, bez ohledu na to, zda s ní někdo souhlasí, nebo ji odmítá. Jako univerzální věda dokazuje svou pravdivost vždy čistě na základě svého působení.

Jak je to potom se starostmi, které si děláme o budoucnost: o svou budoucnost, o budoucnost ostatních lidí a o budoucnost světa? Neukážou se tyto starosti vždy jako pošetilé, jako bychom jimi snad mohli něco změnit nebo něčemu zabránit? Jsou to starosti proti pohybu ducha – jako by na něm byly nezávislé.

Jinak je to se starostmi, které si děláme v souladu s pohyby tohoto ducha. Jsou to starosti zakládající se na starostlivosti a péči ve službách světu, tak jak jím hýbe tento duch. Jsou v souladu s jeho péčí a starostlivostí. Takovéto starosti jsou v souladu s řády života, i s jejich počátkem a koncem.

BUDOUCNOST

Při souladu s myšlením tohoto ducha je pro nás každá budoucnost teď. Tento duch myslí vše teď. V duchovní dimenzi končí starost o to, co bude následovat. Vše následující je nám při souladu s tímto pohybem ukázáno nyní. Protože existuje následující, existuje pro nás budoucnost, ale budoucnost teď.

Hellinger sciencia je vědou pro Teď. Všechny její vhledy působí teď a působí okamžitě. Veškerá rezistence vůči těmto vhledům působí rovněž okamžitě. To ukazuje, že *Hellinger sciencia* je vědou skutečnou, vědou o našich vztazích.

LÁSKA

Hellinger sciencia je konečně vědou o lásce. Je univerzální vědou o lásce. Je vědou o druhu lásky, která vše zahrnuje, a to stejnou měrou.

Jak k této lásce dojít? Dojdeme k ní při souznění se záměry ducha, který vším pohybuje tak, jak to zamýšlí. Je to láska, která je v souznění s pohybem tohoto ducha, je si vědoma pohybu ducha. Ví, jak miluje a jak smí milovat, protože si je vědoma této lásky v souladu s vědomím ducha jako vnitřního pochopení. Proto je tato láska, právě tak jako toto vědomí, čistá. Je čistá, protože jí hýbe jiný záměr. Je to vědoucí láska, je to čistá vědoucí láska.

Proto je to také tvořivá láska, avšak tvořivá v souladu s myšlením tohoto ducha. A proto se tato láska také stává vědou, univerzální vědou. Jako univerzální věda působí univerzálně. Působí, protože je pravdivá.

K TÉTO KNIZE

Hellinger sciencia nabízí podnět pro otázku, do jaké míry je přípustné toto označení. Tuto otázku jsem si také kladl. Neboť význam svých vhledů o řádech lidského soužití a lidské lásky jsem začínal chápat teprve postupně. Zjistil jsem, že se spojují v obsáhlou vědu o našich vztazích, a že přišel čas představit je jako samostatnou vědu a veřejně jí vymezit prostor, který jí náleží.

Mé jméno má zajistit, aby se tato věda popisovala a představovala ve své původní přesnosti. K tomuto účelu slouží i tato kniha.

Pochopení řádů a porušení řádů v mezilidských vztazích mi bylo umožněno díky pochopení toho, jak působí lidské svědomí, a jaké jsou důsledky, které z toho pro nás na všech rovinách našich vztahů vyplývají. Neboť nedotknutelnost, které se svědomí těšilo v západní a především v křesťanské kultuře, dokonce u tak skvělých filosofů, jako je Kant, ale i u předních osvícenců, bránila tomu, abychom tuto problematiku mohli skutečně nahlédnout a pozorovat, co takzvaná svědomitost způsobuje v mezilidských vztazích. Tento nezastřený pohled byl ztěžován ještě tvrzením, že naše svědomí je hlasem božím, který je třeba za všech okolností následovat.

Jak těžké jsou důsledky tohoto tvrzení se ukazuje už na tom, že při velkých a pro mnoho lidí smrtelných konfliktech obě strany s dobrým

svědomím usilují o zneškodnění těch druhých, bez jakéhokoli lidského soucitu a úcty.

Tato kniha zprostředkovává přehled o *Hellinger sciencia* a jejím uplatnění v následujících oblastech:

muž a žena,
rodiče a děti,
zdraví a nemoc,
práce a úspěch v povolání,
organizace,
smíření a mír.

Zároveň slouží jako učebnice k realizaci těchto pochopení. V popředí při tom stojí metoda rodinných konstelací a jejich další vývoj směrem k duchovním rodinným konstelacím.

Z těchto cílů vyplývá následující členění:

1. Počátky
2. Duchovní svědomí
3. Co v rodinách způsobuje nemoc a co léčí
4. Zdraví a nemoc z duchovního hlediska
5. Pomáhat v souladu
6. Duchovní rodinné konstelace
7. Muž a žena
8. Děti v nouzi
9. Velké konflikty
10. Duchovní náboženství

V příloze naleznete recenzi knihy Gerta Höppnera: *Heilt Demut – wo Schicksal wirkt* („Vyléčte pokoru – kde působí osud“ – pozn.překl.) od Michaela J. W. Angermaiera.

Tato kniha je první rozsáhlou empirickou analýzu rodinných konstelací podle Berta Hellingera. Michael Angermaier udělal pro čtenáře kompetentní recenzi tohoto rozsáhlého díla o 411 stranách a její výsledky přehledně shrnul. Víím, kolik znalostí a zkušeností tato recenze vyžadovala a kolik času a námahy ho to stálo. Srdečně mu za to děkuji.

Aplikování *Hellinger sciencia* na oblast práce a úspěchu v povolání a organizace dalekosáhle vyplývá z vhledů o svědomí, především z důsledků vyloučení, zákonů o vyrovnání mezi dáváním a braním a o zisku a ztrátě, zákona o pořadí poslušnosti a důsledků toho, když je podceňujeme.

Touto učebnicí Vám předávám množství rad – všechny založené na životních zkušenostech –, které Vám usnadní pochopit a aplikovat *Hellinger sciencia* v jejím plném rozsahu, jak sami pro sebe, tak ve svém povolání. S její pomocí mohou naše vztahy fungovat na mnoha úrovních snadněji a následkem toho může být mnoho lidí šťastnějších.

Bert Hellinger

POČÁTKY

POZNÁMKA NA ÚVOD

Má důležitá pochopení ohledně řádů mezilidských vztahů přicházela velmi pomalu, krok za krokem, na dlouhé cestě poznání. V této kapitole Vás vezmu na tuto cestu poznání. Můžete ji spolu se mnou projít a prožít znovu od počátku.

Jednotlivé kapitoly vznikly během jednoho roku. Pochopení, která jsou jejich základem, byla neustále ověřována živými zkušenostmi. Jsou proto jako objevitelské cesty do nitra naší duše. Každá kapitola nás vede kousek dál: do řádů dávání a brání, do řádů svědomí ohledně příslušnosti a vyloučení a do řádů lásky mezi mužem a ženou a dětmi.

VINA A NEVINA VE VZTAZÍCH

Na počátku mezilidských vztahů stojí dávání a braní, a dávání a braní stojí i na počátku našeho vnímání viny a nevin. Neboť kdo dává, má také nárok, a kdo bere, cítí se zavázán. Nárok na straně jedné a závazek na straně druhé jsou základním vzorcem viny a nevin v každém vztahu. Slouží k výměně mezi dáváním a braním. Protože dávající a přijímající nemají ani jeden klid, dokud nedojde k vyrovnání: dokud nedá i přijímající a nevezme i dávající. Uvedu k tomu jeden příklad:

VYROVNÁNÍ

Misionář v Africe byl přeložen do jiné oblasti. V den odjezdu za ním ráno ještě přišel muž, který vážil několikahodinovou cestu, aby mu na rozloučenou dal malý peněžní dar v hodnotě pár halířů. Misionář viděl, že mu muž chtěl poděkovat – protože jej několikrát navštívil, když byl nemocný –, a také věděl, že to pro něj byla velká suma.

A tak byl v pokušení mu je vrátit, ba ještě mu nějaké přidat. Pak si to ale rozmyslel. Peníze si vzal a poděkoval.

Když od ostatních něco dostaneme, tak ať už je to sebekrásnější, ztrácíme tím svou nezávislost a nevinu. Protože když vezmeme, cítíme se vůči

dávajícímu zavázání a v dluhu. Tuto vinu vnímáme jako nelibost a tlak a pokoušíme se jí opět zbavit tím, že sami dáme. Braní bez této ceny neexistuje.

Naproti tomu nevinu vnímáme jako potěšení. Jestliže jsme dali, aniž bychom si sami vzali, nebo jestliže dáváme víc, než přijímáme, vnímáme ji jako nárok. A když k ničemu nejsme zavázáni, například když sami nic nepotřebujeme nebo nebereme, a obzvláště pokud dáme něco poté, co jsme přijali, pocítujeme ji jako lehkost a svobodu.

Pro dosažení nebo udržení tohoto stavu existují tři typické způsoby chování. Prvním je:

VYSTOUPENÍ

Někteří se snaží udržet si nevinu tím, že odmítají spolupracovat. Raději se uzavrou, než aby brali. Pak ani nejsou k ničemu zavázáni. To je nevina těch, kdo odmítají vstoupit do hry a nechtějí si ušpinit jediný prst. Proto si často připadají zvláštní nebo lepší. Žijí ale „na sporo“, a tak se také cítí prázdni a nespokojení.

S tímto postojem se setkáme u mnoha depresivních osob. Jejich odmítavý postoj vůči braní se nejprve týká jednoho či obou rodičů. Později jej přenášejí i na další vztahy a na dobré věci tohoto světa. Někteří své odmítání brát odůvodňují výčitkou: To, co jim bylo nabídnuto a dáno, není to správné nebo to není dost. Jiní své nepřijímání odůvodňují chybami dávajících. Výsledek je však vždy stejný. Zůstávají nečinní a prázdni.

HOJNOST

Opačný účinek vidíme u těch, kterým se podaří brát své rodiče takové, jací jsou, a brát od nich všechno, co jim dávají. Toto braní pocítují jako

neustálý přísun energie a štěstí. Umožňuje jim to mít i další vztahy a hodně v nich brát a dávat.

IDEÁL POMOCNÍKA

Druhý způsob, jak zažívat nevinu, je nárok vůči ostatním, když jsem jim dal více, než oni mně. Tato nevina je většinou jen přechodná, protože jakmile i já od druhého přijmu, můj nárok končí.

Někteří lidé si však raději ponechají svůj nárok, než aby si od ostatních nechali něco dát. Podle motta: „Je lepší, když se cítíš zavázán ty, než já.“ S tímto postojem se setkáme u mnoha idealisticky smýšlejících a známe jej jako ideál pomocníka.

Takováto svoboda bez závazků plná nároků je však nebezpečná pro vztahy. Protože kdo chce jen dávat, trvá na převaze, která má být jen přechodná, protože jinak tomu druhému ubíráme rovnocennost. Protože od toho, kdo si sám nic nechce vzít, ostatní brzy také nic nechtějí. Odtahnou se od něj nebo se na něj rozzlobí. Takovíto pomocníci zůstávají osamělí a často zahořklí.

VÝMĚNA

Třetím a nejhezčím způsobem, jak se cítit nevinný, je zbavení se dluhu skrze vyrovnání, když vezmeme i dáme. K této výměně mezi dáváním a braním dochází mezi zúčastněnými. To znamená, že ten, kdo od někoho něco vzal, mu něco odpovídajícího dá nazpátek.

Ale nejde tu však jen o vyrovnání, nýbrž i o obrat. Malý obrat dávání a braní přináší malý zisk. Velký obrat ale obohacuje. Je doprovázen pocitem hojnosti a štěstí. Tento pocit nám nespadne do klína. Je třeba ho vytvořit. U takového velkého obratu máme pocit lehkosti a svobody a spravedlivosti

a míru. Ze všech možností, jak prožívat nevinu, je tou nejvíce osvobozující. Tato nevina je spokojená.

PŘEDÁVÁNÍ DÁL

Některé vztahy nám ale toto ulehčení neumožňují, protože mezi dávajícím a přijímajícím panuje obrovský nepoměr. Například mezi rodiči a dětmi nebo učiteli a žáky. Neboť rodiče a učitelé jsou v první řadě dávající a děti a žáci přijímající. Rodiče sice od dětí také něco dostávají a učitelé od žáků rovněž. Nerovnováha se tím však neodstraní. Jen se zjemní.

Rodiče však byli sami kdysi dětmi a učitelé byli sami kdysi žáky. Vyrovnání dosáhnou, když to, co dostali od předchozí generace, předají té následující. A jejich děti a žáci mohou udělat to samé.

Börries z Münchhausenu to názorně popisuje ve své básni:

ZLATÝ MÍČ

Co jen lásky od otce ke mně přišlo,
já nesplatil ji, neb dítě tušení nemělo,
co za hodnotu se v daru jeho skrývá
a byl pak tvrdým mužem, jak tvrdý muž už bývá.

Teď roste synáček můj v domě, milován
jak žádný jiný v světě, otcovo srdce na něm visí
a já teď jemu vracím, jak já byl zbožňován,
jemu, jenž nikdy nic mi nedal – ba nikdy víc nevrátí.

Neb až vyrostete z něj muž a jako muži smýšlet bude,
cestami svými životem si půjde,

já toužebně, ba bez závisti patře,
jak vnukovi to, co náleží mě, on dává štědře.

V daleké síni věků hře života
můj pohled přihlíží, pln klidu, radosti
zlatý míč v smíchu každý háže dál
– a žádný nevrátil jej zpátky!

(Překlad: Petra Pejchalová)

To, co platí mezi rodiči a dětmi a mezi učiteli a žáky, platí i všude tam, kde není možné vyrovnat oplátkou nebo výměnou. To znamená, že se závazku můžeme přece jen zprostit, jestliže přijaté předáme dál.

PODĚKOVÁNÍ

Poslední možností, jak vyrovnat mezi dáváním a braním, je poděkování. Poděkováním se nevyhnu dávání. Někdy je to při braní jediná přiměřená odpověď. Například u postiženého, nemocného, umírajícího, a někdy i u milujícího.

Zde se kromě potřeby vyrovnání dostává do hry i ona elementární láska, která k sobě přitahuje a drží pohromadě členy společenského systému, podobně jako vzájemná přitažlivost tělesa ve vesmíru. Tato láska doprovází dávání a braní a předchází mu. Při braní se projevuje jako poděkování.

Kdo děkuje, uznává: „Dáváš mi bez ohledu na to, jestli to kdy budu schopen splatit, a беру to od tebe jako dar.“ A ten, kdo přijme poděkování, tím říká: „Tvá láska a uznání mého daru má pro mě větší cenu než všechno, co bys pro mne mohl udělat.“

Při poděkování se tedy nepotvrzujeme jen tím, co si navzájem dáváme, ale i tím, čím pro sebe jsme. Povím k tomu jeden příběh.