

Bert

Hellinger

Pomoc
Życiowa

Nr 3

czerwiec 2012

Drogi Czytelniku,

w aktualnym wydaniu "Pomocy życiowej" chodzi przede wszystkim o nasze związki, o związki między mężczyzną i kobietą, a więc o tę miłość, która szczególnie leży nam na sercu. Sophie i ja poprowadzimy Państwa ponad tym, co widoczne na pierwszy rzut oka, do miłości, w której mężczyzna i kobieta coraz bardziej stają się jednym sercem i jedną duszą. Dopiero w tej miłości zostają rzeczywiście połączeni i mogą zaznać szczęścia. Ta miłość jest największą przygodą naszego życia, a jednocześnie największym wyzwaniem. O tym, jak się ona spełnia, i jeszcze więcej, przeczytacie w tym zeszycie.

Bert i Sophie Hellinger

Spis treści

Historie miłosne

„Wielka Miłość” 3

Jak spełnia się miłość? 4

Pomaganie a miłość 14

Wzajemne pomaganie 14

Wyrównanie w dobrym i w złym 14

Historie dla par 15

Objęcie 15

Medytacja: Współbrzmienie 16

Potrzebujemy siebie wzajemnie 16

Wspólnota losu 16

Posłowie 17

Nurt życia 17

Autor:

Bert Hellinger

Tłumaczenie:

Katarzyna Preiss – Jastrzębska

Redakcja:

Anna Gąszczyk, Anna Choińska

Wydawnictwo:

Othala Communication

biuro@hellingerpolska.pl

Historie miłosne

„Wielka Miłość”

Jakie historie czytamy najchętniej? Historie miłosne o mężczyznach i kobietach. Nic nie porusza nas bardziej niż to, kiedy się spełniają i kiedy się nie spełniają.

Komu w tych historiach poświęcamy najwięcej uwagi? Kobietom. Mężczyźni adorują kobiety. To one są ich celem i ich spełnieniem. Kiedy uda się zjednoczenie, mężczyźni i kobiety osiągają swój cel. Od tej chwili kobieta może też być również bez mężczyzny. Staje się matką i tym samym, jeśli o to chodzi, w tym byciu matką staje się samodzielna. Jej służba wobec życia się dokonała.

Dlatego wcześniej historie miłosne trwały jedynie do tego momentu, kiedy rozpoczynała się codzienność. Potem nadchodził miłości dzień powszedni.

W żadnym wypadku nie przesadziłem. W miłości to kobieta prowadzi. Prowadzi mężczyznę na i wiedzie go za sobą. A kiedy go już zdobędzie, nie może dłużej prowadzić. Potem najczęściej prowadzi mężczyzna - aż do tego momentu, kiedy kobieta go opuszcza.

Często jest też odwrotnie. To mężczyzna opuszcza kobietę, aby uwolnić się od jej prowadzenia, aby wreszcie znowu być wolnym - aż do wejścia w związek z następną kobietą.

Gdzie w tej historii miłosnej jest miejsce na miłość serca? Czy w sytuacjach, które tu przedstawiłem odgrywała ona jakąś rolę? Jeśli tak, jaką?

Wedle tego, co zostało opisane powyżej, mężczyzna i kobieta są bardzo różni. Zbliżają się do siebie i znowu rozchodzą. Jak? W zasadzie bez miłości, nigdy nie byli z drugą osobą zjednoczeni naprawdę. To znaczy: nie tylko nie byli jednym ciałem ale nie byli także jednym sercem i jedną duszą.

Dlatego prawdziwa historia miłosna zaczyna się tam, gdzie w wielu książkach znalazła już swoje zakończenie. Dopiero tam staje się prawdziwą historią wielkiej miłości, z jej wzlotami i upadkami, historią, w której oboje przerastają siebie tworząc jedność, w której mężczyzna staje się także kobietą, a kobieta mężczyzną.

Czy wtedy mogą stać naprzeciwko siebie? Są jeszcze dwojgiem? Czy też powrócili do pierwotnej jedności tej, którą odnajdujemy w opisie biblijnym, wedle którego zostali stworzeni przez Boga na Jego obraz i Jego podobieństwo. Czym był ten obraz? Czy to był tylko obraz? Czy były to dwa obrazy? Obraz Boga był jeden, rezultatem było dwoje. Bóg stworzył ich na swój obraz jako mężczyznę i kobietę. Czy Bóg ich rozróżnił? Czy też widzi w nich tylko jeden obraz, wciąż to samo? Widzi w nich wciąż tylko swój obraz?

Mężczyzna i kobieta dążą z powrotem do tej jedności. Poprzez swoją miłość chcą przewyciężyć ten podział i poprzez jedność ciała, odnaleźć miłość duszy i serca.

W jaki sposób? We wzajemnym porzuceniu swoich Ja, które patrzą bardziej na siebie, na to, co własne, na to co wyjątkowe, na swoją wyjątkowość – na pierwotną jedność, zwróceniu ku My.

Gdzie zaczyna się patrzenie ku My? Rozpoczyna się spojrzeniem na własne dzieci. Zawsze widzimy partnera ponad dzieckiem. Jeżeli w dziecku ponad tym, co nasze własne, widzimy też drugą osobę, tak samo widzimy ją w nim i kochamy, jak nas samych, dziecko doświadcza siebie jako jedności. W równym stopniu zarówno matka jak i ojciec.

Z takim spojrzeniem na dziecko, kochamy w nas również drugą osobę i stajemy się z nią jednym w naszej duszy i w naszym sercu. Stajemy się czymś więcej, niż tylko tym, czym byliśmy przedtem, nie tylko jako Ja, ale coraz głębiej, jako My.

Historia miłosna jest długą historią zjednoczenia z drugą osobą, poza naszym Ja. Na końcu oboje powracają do pierwotnego obrazu mężczyzny i kobiety jaki miał Bóg, kiedy stworzył ich na swój obraz. Oboje jako jedno, w Nim zawsze jedno.

Jak spełnia się miłość?

wywiad Johannesesa Kaupa z Bertem Hellingerem

dla ORF w Wiedniu w dniu 6. 07. 1999r.

JOHANNES KAUP: *Panie Hellinger, dziś miłość wydaje się być dobrem deficytowym, dobrem zagrożonym, czymś, za czym wprawdzie się tęskni, ale co prawie się nie zdarza. Jeżeli spojrzy się na czas trwania, przeciętny czas trwania związków, na te ciągłe zmiany, odnosi się wrażenie, że z miłością nie jest dobrze. Jest tak faktycznie, czy też ludzie dzisiaj dokładniej szukają tego, co ich niesie?*

BERT HELLINGER: O ile dobrze zrozumiałem Pańskie pytanie, chodzi przede wszystkim o związek miłosny pomiędzy mężczyzną i kobietą. W dzisiejszych czasach związek ten często jest postrzegany z perspektywy naszego własnego Ja. Co w tym związku da mi zaspokojenie i co będzie mnie wspierać? Szukają zatem partnera, który to obiecuje, w stosunku do którego zakładają, że spełni to, czego oczekują. Ale to działa w dwie strony, bo oboje szukają przecież tego samego.

Jednak związek między mężczyzną i kobietą jest wpleciony w większy kontekst. Jest z natury zorientowany na dzieci, na założenie rodziny i na przekazanie życia. Związek partnerski jako taki jest pierwszym krokiem w tym kierunku. Jeżeli stracimy z pola widzenia tę całościową zależność, miłość marnieje, bo nie bierze jej pod uwagę. To by było po pierwsze.

Drugie to to, że miłość albo związek miłosny, zawsze pociąga za sobą pewne skutki.

Niektórym wydaje się, że miłość można mieć tak, jak ma się czekoladkę z supermarketu. Idziemy tam, kupujemy sobie coś słodkiego, próbujemy, a jeśli nam nie smakuje, szukamy czegoś innego, znowu kupujemy i stwierdzamy: tak, to jest to. Jednak doświadczenie, czy lepiej, obserwacja – można to dokładnie zobaczyć – pokazuje, że poprzez spełnienie miłości w pełnym tego słowa znaczeniu, czyli poprzez spełnienie seksualne z całym ryzykiem, powstaje pomiędzy partnerami więź, która już nie pozwala im się rozstać. To, że ta więź powstaje, widać po jej działaniu. Nie rozstaną się już bez bólu i bez poczucia zawodu i winy.

Zatem w miłości działa coś jeszcze, coś co wykracza poza miłość. W tym kontekście działa cel, a potem działa porządek, zgodnie z którym może się rozwijać miłość. Jeśli ten porządek nie zostanie uszanowany, lub wręcz dojdzie do wyparcia go, będzie to miało także wpływ na miłość.

Mówi Pan zatem o porządku, który jako naturalny porządek leży u podstaw całości. Doświadczyliśmy jednak również, że w niedojrzałym związku, który Jürg Willi określiłby jako związek koluzyjny, w który wchodzimy z zamykającymi się w sobie zależnościami, nie można praktycznie funkcjonować w sposób satysfakcjonujący, póki ta koluzja się nie rozwiąże. Czasem musi się rozwiązać przez rozstanie. Podpisałby się pan pod tym, czy też powiedziałby pan, że każdy rozpad związku jest jednak katastrofą?

Koluzja powstaje, ponieważ oboje partnerzy związani są ze swoją rodziną pochodzenia, i ponieważ uwolnienie się z rodziny pochodzenia się nie udało. Udana uwolnienie się z rodziny pochodzenia również należy do porządku. Jeżeli zatem jako pierwszoplanowy postrzega się fakt, że dwojgu nie wychodzi, nie widząc że ma to związek z ich rodzinami pochodzenia, rozstanie tej pary nigdy nie może przynieść rozwiązania. Rozwiązanie zostaje osiągnięte, kiedy uda się rozstanie z rodziną pochodzenia, i kiedy uda się rozwiązanie uwikłań w losy rodziny pochodzenia. Czyli zamiast ograniczać to do związku partnerskiego, mam tutaj również na uwadze szerszą perspektywę. Zatem najpierw spojrzalbym, jak w dobry sposób para, czyli oboje partnerzy, mogą rozstać się z rodzinami swojego pochodzenia. Gdy wtedy na siebie spojrzą, udaje się to, co przedtem nie było im dane.

Czy kiedy spotyka się dwoje ludzi i zakochują się w sobie, działa coś większego niż sobie uświadamiają, czy też można by powiedzieć: Tak, fascynuje mnie po prostu twoje ciało, twoja postać; więcej właściwie nie chcę? Cóż to takiego, co popycha ludzi ku sobie? Czy Pańskim zdaniem jest w tym coś większego, czy też może to być coś pierwszoplanowego?

Niektórzy podróżują na osła, a kiedy ten odmawia dalszej współpracy, nęcą go trzymanym przed nim burakiem. Osioł biegnie więc za nim i jedzie się dalej. Burak zachęca go, aby wędrował ciągle przed siebie sprawiając jednocześnie, że osioł nie zdaje sobie sprawy z tego, jak wielki ciężar dźwiga na swoim grzbiecie. Tak jest czasem i tu. W grę wchodzi iluzje, które zaciemniają obraz i nie pozwalają odkryć, kto na kim jedzie, i dokąd go to właściwie prowadzi. Jednak czasami następuje przebudzenie, i to jest uzdrawiające.

Jeżeli dwoje ludzi są sobą zafascynowani, z całą pewnością działa wiele tajemnych sił, których nie znamy. Wychodzi to daleko ponad bezpośrednią siłę wzajemnego przyciągania. Działają chociażby różnego rodzaju wspomnienia.

Na przykład, para była szczęśliwym małżeństwem i długo było naprawdę wspaniale. Aż pewnego razu żona kupiła nową książkę kucharską i przyrządziła jakąś potrawę inaczej niż do tej pory. Wtedy okazało się, że tym, co przedtem wiązało męża z żoną, było to, że gotowała dokładnie tak, jak robiło się to u niego w domu. Ta mała zmiana wywołała znaczny skutek. Kiedy coś takiego się zdarza, śmiejemy się z tego. Ale mamy tu do czynienia z bardzo wieloma poziomami, które działają jednocześnie.

Według mnie to w zasadzie dla pary zupełnie proste. Kiedy patrzą sobie w oczy, rzeczywiście patrzą w oczy, widzą tylko duszę. Jeśli w tym sensie dusze się odnajdą, wtedy miłość jest możliwa. Ale te dusze odnajdują się w taki sposób, który nie pozwala jednej z nich posiadać drugiej duszy. Ona jej nie posiada, widzi ją tylko. Często od tych dusz wypływa połączenie, które jest głębokie, jest wierne, jest stałe i nie ma wielu iluzji. Nie jest całkiem zawężone, ponieważ to co inne, jest ciągle respektowane, a mimo to trwa.

Ale to znaczy, że jak najbardziej rozróżnia Pan pomiędzy tym, co przyciąga dwoje ludzi, a miłością, która jest wtedy możliwa, ale nie konieczna. Bo przecież teoretycznie jest możliwe budowanie związków z różnymi ludźmi. W ciągu naszego życia czujemy przyciąganie do bardzo różnych osób i wtedy być może wybieramy kogoś, lub nie. To znaczy, że musiałaby istnieć możliwość zbudowania zupełnie wyjątkowego związku duchowego w stosunku do zupełnie różnych osób.

Każdy związek jest wyjątkowy. Jak tylko połączę się z partnerem w spełnieniu miłości, jestem związany, i w tej samej chwili kończy się wolność wyboru. Wyobrażenie, że potem można by i to, i tamto, jest błędne.

Dlaczego?

Wytlumaczę to. Partner, z którym się połączyłem, staje się częścią mojego życia. Nie mogę już wtedy wysiąść. Stajemy się, że tak powiem, częścią wspólnej duszy. Ten partner uruchamia coś, co tylko z nim jest możliwe, wykluczając jednocześnie coś, co potem nie może już mieć miejsca. Czyli: z tą chwilą w znacznym stopniu kończy się wolność wyboru. Nie jest to wadą. Kiedy rzeczywiście zdam się na tego jedyne go człowieka, z ograniczeń które powstają, właśnie dlatego że ograniczają, rodzą się wyzwania i siły, które znacznie przewyższają to, co uważamy, że można osiągnąć, mając możliwość wolnego wyboru. Tym, co spełnia nie jest bowiem wiele, ale to, co istotne.

W jednym z nagłówków Pańskich książek przeczytałem, że przez zakochanie stajemy się ślepi, a przez miłość zaczynamy widzieć. Czy można to tak ująć? Czyżby zakochanie lub ekstaza nie były czymś należącym do człowieka właściwie od zarania dziejów? Czymś, za czym nieustannie tęskni, i za czym nieustannie tęskni również będąc w stałym związku, być może również z tą osobą, i gdzie można by powiedzieć: To są wzloty związku, kiedy znów wspólne spojrzenie może wydostać się na powierzchnię, wspólne uczucie zakochania się na nowo? W rzeczywistości często doświadczamy, że nie jest to możliwe, albo że zwyczajność i przyzwyczajenie dnia codziennego i brzemiona związku i skargi go przygniatają. Ale jeszcze raz: Czy zakochanie i miłość są rzeczywiście czymś tak bardzo rozłącznym, swoim przeciwieństwem?

Tak. W przypadku zakochania mam obraz drugiej osoby nie znając jej. Jeszcze jej nie widzę. Widzę w znacznym stopniu obraz, jakiego bym sobie życzył. Kiedy przychodzi spełnienie, powoli zaczyna się widzieć drugą osobę taką, jaka jest naprawdę. Zgodzić się na to, zgodzić się na drugą osobę, taką jaka jest, na jej wielkość i jej słabości, to jest miłość. W zakochaniu zgadzam się na drugą osobę taką, jaką ją sobie wyobrażam, a nie taką, jaka jest. Dlatego warunkiem miłości jest przebudzenie z zakochania. To, co Pan powiedział, że można sobie przypomnieć początki, jest oczywiście piękne. Zapładnia to miłość przez radość początku. Jeśli teraz połączymy patrzeć na drugą osobę, taką jak jest, zgodę na drugą osobę, taką jaka jest, ze wspomnieniem tej wczesnej radości, wtedy owszem, ma to działanie wspomagające, i również uzdrawiające.

Jakie są najważniejsze problemy, które spotyka Pan w terapii par? Kiedy dwoje ludzi się odnalazło, kilka lat żyją ze sobą, ale potem czasem budzą się przerażeni, jak uderzeni obuchem w głowę: Nie tak sobie siebie wyobrażałem, właściwie wcale nie chcę tak z tobą żyć? To przecież może być katastrofa. Potem zjawiają się u Pana. Czy mógłby Pan przytoczyć kilka przykładów, jak

to jest i co można wtedy terapeutycznie poradzić, jakie porządki można tu odsłonić?

Rozwiązania leżą zawsze poza tym, co jest nam bliskie. Kiedy patrzę na drugiego jako na pojedynczą osobę, przychodzi to przebudzenie. Kiedy widzę, jak jest związany ze swoją rodziną, i kiedy wiem coś o uwikłaniach, wtedy widzę, że on wcale nie może być inny, niż jest.

Miałem tu przykład. Mężczyzna często jest agresywny. Ale nie wyżywa się na swojej żonie, tylko na przedmiotach. Zapytałem go: Co się stało w rodzinie pochodzenia? Dziadek był komendantem obozu w Jugosławii i kierował obozem jenieckim. Dla mnie jest zupełnie jasne: nie odbyło się tam bez przestępstw. Ten dziadek pod koniec wojny popełnił samobójstwo, to też jest znaczące. Ustawiłem przedstawiciela dziadka i ustawiłem czterech przedstawicieli ofiar. Przedstawiciel dziadka zaczął się pocić, z czasem jego koszula stała się zupełnie mokra. Wtedy poleciłem mu ustawić się obok ofiar. Nagle było jasne, że on należy do nich. Mężczyźni powiedzieli przedtem: Masz obłąkane spojrzenie. Odpowiedział: Nikt mi tego jeszcze nie powiedział. Powiedziałem mu: Widzę to. Następnie wziąłem przedstawiciela ofiar i przedstawiciela jego dziadka, ustawiłem ich obok siebie i poleciłem temu mężczyźnie oparcie się plecami o obydwu, i powiedziałem mu, aby pozwolił połączyć się w sobie temu, co należy do obydwóch, czyli uczuciu sprawcy, byciu sprawcą i uczuciu ofiary, byciu ofiarą, aż stanie się to w nim jednością. Wtedy kazałem mu się odwrócić, objąć obydwu i pozwolić im połączyć się w nim w jedność. W tym momencie wydarza się coś takiego, co powoduje, że agresja w nim nie jest już możliwa, ponieważ zobaczył to w tym kontekście. Może to teraz pozostawić tam, gdzie to przynależy, u swojego dziadka. I może pozostawić zmarłych tam, gdzie jest ich miejsce, i może się teraz zwrócić ku swojej żonie.

Mimo to, jeszcze raz pytanie: Jak opisałby Pan dynamikę, która jest konieczna, kiedy ktoś do Pana przychodzi i mówi: Chcemy coś zrobić z naszym małżeństwem, ale nie możemy, nie wiemy co? Zrozumieliśmy, że nasze małżeństwo jest zbudowane na zakochaniu, na obrazku. Nie możemy się wzajemnie znieść, lub nie mogę znieść mojej żony, lub żona nie może znieść męża takim, jakim jest. Czy jest tutaj rozwiązanie inne niż rozstanie?

To zależy. Jeżeli jedno drugiemu wyrządziło coś ciężkiego, na przykład jeżeli mężczyzna kazał kobiecie usunąć wspólne dziecko, a kobieta tego nie chce, to jest to coś ciężkiego, co powoduje, że rozstanie jest często nie do uniknięcia.

Z czym to się wiąże?

To jest rana, której nie można wyleczyć. Są czyny, które mają następstwa, których nie można już odwrócić. Trzeba to uznać. Przeczy to oczywiście ogólnemu wyobrażeniu, jakoby można było i wolno było wszystko rozwiązać.

Z drugiej strony, czasem wymaga to wiedzy o uwikłaniu. Tam, gdzie brakuje tej wiedzy, i gdzie nie ma też gotowości podążenia za tym i być może wydobyć na światło dzienne, rozstanie jest nie do uniknięcia. Ale rozstanie nie jest rozwiązaniem, ponieważ w następnym związku będzie dokładnie tak samo. Rozstanie jest zatem ucieczką przed tym, czego w końcu wymaga od nas życie.

Dlaczego tak jest, dlaczego ta dynamika działa w następnym związku?

Związek ma jeden bardzo ważny aspekt. Jest mianowicie aranżacją przeciwko śmierci. To wszystko służy utrzymaniu życia. Dlatego, jak tylko pojawią się dzieci, cel i sens związku się kończy. Ci, którzy mają dzieci, lub chcą mieć dzieci pokazują w ten sposób, że są świadomi, że oni również się skończą. To spojrzenie na koniec jest bardzo ważne. Potem powoli się żegnamy.

Podam przykład: Na kursie jest para staruszków i kobieta mówi: Mąż ma raka i ma już przerzuty. Było zupełnie jasne, że nie będzie już długo żył. Miał ponad siedemdziesiąt lat. Wtedy kazałem obojgu usiąść obok siebie i spojrzeć sobie w oczy, i powiedziałem: To zupełnie jasne, teraz jest czas na pożegnanie. Każdy związek zmierza do końca. Oboje spojrzeli na siebie z miłością, a kobieta płakała. Poleciałem kobiecie, aby powiedziała do męża: "Zostanę przy tobie tak długo, jak będzie mi wolno", a mężczyźnie powiedzieć do żony: "Zostanę przy tobie, jak długo będzie mi wolno". To był niewiarygodnie bliski związek między nimi dwojgiem, w obliczu pożegnania i śmierci.

Ma to taką wielkość, która wykracza daleko ponad to, kiedy ktoś myśli: szukam teraz nowego związku i zaczynam od początku. Takie osoby zaprzeczają całkowicie temu, że wszystko zmierza do końca.

Dlaczego tak bardzo patrzy Pan na związki od strony śmierci i od strony końca? Nawet jeśli to później następuje, co oznacza śmierć? Czy jest ona nieodwracalnym końcem miłości, gdzie kończy się miłość? Czy też miłość jest czymś, w stosunku do czego przynajmniej mamy nadzieję i tęsknimy za tym, aby przewyciężyła śmierć?

To iluzja, że miłość przewycięży śmierć. Widać ją u par, które popełniają razem samobójstwo, bo

myślą, że jest dalszy ciąg. Dla mnie to zupełnie iluzoryczne. Śmierć musi być traktowana poważnie, jako spełnienie życia i również jako spełnienie związku. Tylko wtedy związek jest spełniony.

Nie mówi Pan skończoność życia, ale mówi Pan spełnienie. To jest różnica.

Tak, coś się staje pełne. Nie wiemy, co się za tym kryje. Ale pojedynczy człowiek osiąga przez to spełnienie. Taki jest nurt życia. Całe nowe życie opiera się na tym, że przedtem wszystko inne ustąpiło miejsca. Trzeba to zobaczyć. A to, co wydaje się być nastawione na ciągłość, tak jak związek miłosny, jest tymczasowe, jest czymś stojącym w obliczu śmierci. To, co jest po tym, pozostaje.

Chciałbym zwrócić Pańską uwagę i zapytać o jeszcze jedną formę miłości, w której wciąż powstają głębokie rany, i z którą również pracuje Pan na seminariach. To miłość, a często zaburzona miłość pomiędzy rodzicami i dziećmi, która może trwać, ale może też trwać zaburzona aż do późnego wieku, i powoduje następstwa. Co by Pan powiedział: co właściwie jest istotą miłości pomiędzy rodzicami i dziećmi, zdrowej miłości pomiędzy rodzicami i dziećmi? O co w niej właściwie chodzi? Czy można to porównać do miłości do zwierzęcia domowego, które posiadam, i które prowadzę na smyczy? Na czym polega ta wielka różnica?

Tutaj znów widać wyraźnie, że można to obserwować tylko pomiędzy konkretnymi osobami, czyli pomiędzy tymi rodzicami i tym dzieckiem, lub pomiędzy tamtym dzieckiem i tamtymi rodzicami. Można to zrozumieć tylko patrząc w szerszym kontekście. Kiedy na przykład matka odrzuciła swoją własną matkę, nie chce jej znać, wtedy jej córka reprezentuje dla niej tę matkę. Nie odblokowany stosunek matki do jej matki przenosi się na stosunek matki do dziecka. Nazywa się to parentyfikacją. Nie istnieje rozwiązanie pomiędzy matką a jej dzieckiem, zanim ta matka nie spojrzy na swoją matkę, nie pokłoni się przed nią i nie odda jej czci jako swojej matce. I zanim nie przyjmie od swojej matki tego, co ona jej dała, uczci to, pozwoli temu rozwinąć się w sobie i tak ofiaruje to swojej córce. Kiedy matka pozwala swojej matce na to spełnienie, córkę to od razu odciąża.

Ale dla niektórych jest to szalenie trudne, bo być może nie potrafią zrozumieć, że miałyby czcić swoją własną matkę. Przede wszystkim nie potrafią tego zrozumieć wtedy, kiedy być może były przez matkę bite lub poniżane, lub nieakceptowane w ich własnej kobiecości, a historia ich winy,

że tak powiem, bazuje na kolejnej historii winy.

Znowu odnosi się pan do związku dwóch osób. To nie jest jedynie związek dwóch osób. W rodzinach i związkach partnerskich nie ma związku dwóch osób. To zawsze są związki pomiędzy systemami. Jak długo pozostaję nastawiony na związek dwóch osób, nie istnieje rozwiązanie. Żadna dobra rada dla matki i żadna dobra rada dla córki nic nie przyniosą.

Podam przykład. Kobieta, której nawet nie znam, pisze do mnie list. Jest drugą żoną swojego męża. Mają wspólne dziecko, córkę, która nie chce ich znać. Zerwała wszelki kontakt. Kobiecie przyszło więc do głowy, że być może coś musi zostać uporządkowane w stosunku do pierwszej żony jej męża i w stosunku do jego ojca, obojga będących w pogardzie i wykluczonych. Wtedy wieczorem zapaliła świecę, pokłoniła się nisko przed pierwszą żoną swojego męża, i powiedziała: "Teraz oddaję Ci cześć." Następnego wieczoru zrobiła to samo w stosunku do ojca swojego męża. Zapaliła świecę, pokłoniła się nisko i powiedziała: "Oddaję Ci cześć." Kilka dni później zadzwoniła córka: "Mamo, przyjeżdżam." Przyjechała, była przeszczęśliwa, nie była w stanie wyrazić, jak pięknie jest w domu i wszystko się uporządkowało.

Chciałbym tutaj zapytać Pana: Co znaczy, oddać cześć, uczcić kogoś? Robię to nie tylko wtedy, kiedy wypowiadam zdanie: "Oddaję Ci cześć."

To byłoby tanie.

To jest tanie. To jest już prawie teatralne. Co się dzieje, kiedy oddaję komuś cześć? Co tu rzeczywiście działa?

Czczyć oznacza, uznać czyjąś przynależność. W przykładzie, który właśnie opisałem, oznacza to, że matka mówi do pierwszej żony: "Ty masz pierwszeństwo; ty jesteś pierwsza, ja jestem druga." I że mówi ojcu męża: "Ty masz pierwszeństwo; tylko przez ciebie mam tego mężczyznę; uznaję to; teraz daję ci miejsce w moim sercu, poczesne miejsce." W tej chwili on może się zwrócić do nas, może patrzeć na nas przyjaźnie, a przez to cały system zyskuje siłę. I to ta siła działa. Ale powiedzieć tylko: "Oddaję ci cześć", nie, tak tanio nie można. To jest proces przemiany, który czyni duszę w głębi doskonałą.

Czy w tym procesie przemiany i tym oddawaniu czci, w tym, czego powinny dokonać dzieci w stosunku do swoich rodziców i rodzice w stosunku do swoich dzieci, jest również miejsce dla takiej

emocji, jak na przykład nienawiść? Czy tak też bywa? Bo chyba aż tak szybko to nie działa? To, o czym Pan mówi, to właściwie rozwiązania. Ale również w tym procesie, w procesie emocjonalnym, pojawia się przecież często bardzo dużo agresji, wściekłości, nienawiści, także różne inne uczucia, które czasem są po prostu konieczne. Nie trzeba ich przeżyć, ale muszą być przynajmniej zauważone.

Tego nie widziałem. To są wyobrażenia, są opisywane lub propagowane, ale ja ich nie nigdy nie widziałem. Dziecko kocha swoich rodziców bardzo głęboko. Tej miłości można całkowicie zaufać. Ale co się dzieje, kiedy dziecku bardzo wcześnie zostanie całkowicie odcięty dostęp do matki lub ojca, na przykład wtedy, kiedy musi zupełnie same długo leżeć w szpitalu. Wtedy dzieje się rzecz następująca: ból jest tak duży, że w końcu wyraża się jako agresja. Ale to jest tylko druga strona doznanej straty i jest to tylko druga strona miłości. Teraz chodziłoby o to, aby w tej wczesnej sytuacji, czyli jeszcze raz spoglądając wstecz, ten przerwany ruch ku matce lub ku ojcu doprowadzić do celu. To bardzo bolesny proces. Tam, gdzie to się uda, wszystko co wcześniej podawano jako powód nienawiści, jest zupełnie nieistotne. Nie odgrywa już żadnej roli.

Ale przecież zna Pan to doświadczenie, że naprawdę nienawidzić można tylko tego, kogo można też kochać. Sadzę, że nikogo nie umiałbym tak nienawidzić, jak być może swojej własnej żony. I być może nie umiałbym nikogo kochać tak, jak ją.

Ta nienawiść to uczucie dziecka. Dorośli nie nienawidzą w taki sposób. Nienawidzą tylko wtedy, kiedy czują się jak dzieci, mianowicie czują się bezsilni jak dzieci. Dlatego nie można nienawidzić swojej żony. Można jedynie przenieść na nią coś z dzieciństwa. To coś zupełnie innego. Ale ograniczenie tego tylko do zachowania nie jest możliwe.

Prostym rozwiązaniem pomiędzy rodzicami a dziećmi jest uznanie przez dzieci: "Moje życie pochodzi od Was. Jesteście moimi rodzicami, biorę Was teraz takimi, jacy jesteście, jako moich właściwych Rodziców." Wtedy dziecko uspokaja się wewnętrznie. Może przyjąć od rodziców również coś innego, co mają mu oni do zaoferowania.

Często wpadamy przecież na ten szalony pomysł, że moglibyśmy mieć innych rodziców, albo że rodzice powinni być inni niż są. W takiej chwili dziecko staje się całkowicie zablokowane. W zasadzie staje się szalone. Wiele wymagań stawianych rodzicom, to właściwie szalone wymagania, których rodzice nigdy nie mogą spełnić. Nawet gdyby spróbowali spełnić te wymagania, dziecko by tego nie przyjęło, bo te wymagania pochodzą z innej perspektywy. W tym sensie dziecko nie wymaga od rodziców zupełnie niczego, działa w tym zupełnie inna dynamika.

W odniesieniu do tego, co powiedział pan przedtem o nienawiści w stosunku do rodziców ważne jest jeszcze jedno: dziecko, które nienawidzi rodziców, będzie się ciężko karało. Ponieważ w głębi duszy nigdy na to nie zezwoli. Jest to tak kolosalne wykroczenie przeciwko porządkowi, że nie jest to możliwe. A jest to typowe w krajach Zachodu. U Zulusów na przykład nigdy nie widziałem, żeby ktokolwiek mówił nieprzychylnie o swoich rodzicach. Było to nie do pomyślenia. Oni naprawdę umieli dostrzec, co to znaczy, otrzymać życie od rodziców.

Wielokrotnie już mówiliśmy o porządkach. Czy to, co Pan znajduje, są to systemy porządków, czy też przyporządkowałby je Pan do jakiegoś większego kontekstu? Kiedy Pan na przykład mówi, że dusza ma swój porządek i ludzie muszą żyć według tego porządku, brzmi to jak bardzo archaiczny system, prawie jak kosmologia. Rozumie Pan to w ten sposób, czy po prostu odnajduje to Pan i zatrzymuje się przed tym zadziwiony?

Słowo porządek jest obciążone. Ale drzewo, kiedy rośnie, rośnie według wyznaczonego porządku. Nie może od niego odbiegać. Rozwija się właśnie dzięki temu, że jest w zgodzie z tym, co wyznaczone. Ale znajduje się zawsze w innym otoczeniu. Każde drzewo jest inne, i żadne drzewo nie jest takie samo. Mimo to wszystkie podążają za tym samym porządkiem, według którego mogą się rozwijać.

Podobnie jest u człowieka. Na przykład ten zupełnie prosty porządek, polegający na tym, że każdy człowiek ma ojca i ma matkę. W dzisiejszych czasach kobiety niekiedy zachowują się tak, jakby mogły mieć dzieci bez męża lub bez ojca. Lub dzieci zachowują się tak, jakby mogły posiadać swoje życie bez swoich rodziców. To jest kompletnie szalone. Kiedy zostaną uznane te proste fakty, że mam rodziców, i że są oni jedynie właścivi, że jeśli rodzice byliby inni, również ja byłbym inny, i że nie mogę być z sobą w zgodzie, kiedy odrzucam swoich rodziców, bo tym samym odrzucam przecież siebie samego, kiedy uznam te wszystkie proste rzeczy, to już bardzo dużo wygrałem.

Czy mógłby Pan powiedzieć jeszcze na zakończenie, że miłość jest czymś innym niż uczuciem, obojętne, czy kocham partnera, czy rodziców, czy dzieci, że miłość jest czymś w rodzaju dopasowania się i dostrojenia do podstawowego strumienia całego naszego jestestwa, który nas niesie?

Dokładnie tak. Bardzo pięknie Pan to powiedział. Z dostrojeniem się do podstawowego strumienia związane jest to, że miłość podąża za porządkiem. Porządek i miłość przynależą do siebie. Przy

czym porządek jest pierwszy. Miłość jest w służbie tego większego porządku. Jeśli się do tego dopasuje, może się też najlepiej rozwinąć wewnątrz tego porządku.

Dziękuję za rozmowę.

Pomaganie a miłość

Z wykładu w Karlsruhe 2004

Pomaganie przychodzi nam łatwo. Ogólnie chętnie pomagamy. Jeśli ktoś czegoś potrzebuje i pyta nas na przykład, która jest godzina, albo czy idzie właściwą drogą, pomagamy chętnie. Czujemy się zaszczytzeni, kiedy ktoś chce coś od nas otrzymać. W zasadzie nie ma nic gorszego od tego, kiedy nikt już nie potrzebuje lub nie chce naszej pomocy.

Wzajemne pomaganie

Pomoc, przede wszystkim wzajemna pomoc, łączy. Ta wzajemna pomoc jest szczególnie piękna w związku mężczyzny i kobiety. Ponieważ jest ona jednocześnie niesiona przez wzajemną miłość. Jeżeli na przykład mężczyzna daje coś kobiecie, pomaga jej w szczególny sposób. Wtedy ona czuje "Ja też muszę mu coś dać." Jednak ponieważ go kocha, daje mu trochę więcej. Wtedy on myśli: "Teraz ja znów muszę jej coś dać." Jednak ponieważ ją kocha, daje jej trochę więcej. Tak w wymianie, we wzajemnej pomocy z miłością, wzrasta pełnia pomagania. Staje się coraz więcej. Tym samym miłość między mężczyzną i kobietą wzrasta przez wszystkie te lata w szczególny sposób.

Jednak starsza para kocha inaczej niż młoda para. Są bardziej ostrożni w stosunku do siebie. Przede wszystkim są w stosunku do siebie bardziej pobłażliwi. Wtedy ich wzajemna pomoc błyszczący. Promienieje. Posiada szczególną pełnię. Jest dopełnieniem długiej drogi.

Wyrównanie w dobrym i złym

Jednak jest też coś przeciwnego do tego pomagania. Ponieważ tak samo, jak mamy potrzebę wyrównania w dobrym, mamy również potrzebę wyrównania w złym. Jeśli zatem mężczyzna skrzywdzi kobietę czymś, co ją rani, wtedy ona także chce go w jakiś sposób skrzywdzić. Są na przykład mężczyźni, albo też kobiety, które mówią swojemu partnerowi: "Właściwie nie

powiniem być się z tobą żenić (wychodzić za ciebie za mąż)." To głęboka krzywda. Wtedy partner się mści. Obmyśla zatem, jak może skrzywdzić tę drugą osobę, aby zabolalo ją to dokładnie tak mocno, jak jego. Czuje się wręcz uprawniony do tego, aby to uczynić. "Mnie wyrządzono niesprawiedliwość i chcę przywrócić sprawiedliwość, dlatego też go skrzywdzę."

Kto ma poczucie, że ma prawo, niestety przesadza. Wyrządza drugiemu trochę więcej krzywdy i niesprawiedliwości. Wtedy ten drugi również czuje się uprawniony do wyrządzenia tamtemu trochę więcej krzywdy. Tak toczy się to dalej, a wtedy powstaje intensywny związek z nienawiścią. Nienawiść również łączy. Ale wtedy szczęście się kończy.

Ale wymyśliłem coś, dzięki czemu można odwrócić to wzajemne krzywdzenie się, przepolaryzować pozytywnie. Jak to zrobić? Trzeba zemścić się na drugiej osobie z miłością.

Co to znaczy? Też wyrządzam mu krzywdę, ale z miłości trochę mniej. Wtedy on jest zdziwiony, zadaje sobie pytanie: "Co się teraz stało?" i zaczyna znowu czynić drugiemu dobro. Odbudowuje się to, co pozytywne.

Zatem we wszystkich związkach, w których ustało pomaganie w dobrej wierze, można to w ten sposób odwrócić w przeciwnym kierunku. Wtedy pomaganie znów sprawia obopólną radość.

Historie dla par

Objęcie

Niedawno zastanawiałem się: co dzieje się podczas objęcia? Co je poprzedza? A więc, ktoś otwiera ramiona. Przed nim stoi ktoś, kogo kocha. Być może on też otwiera ramiona. Wtedy podchodzą do siebie i obejmują się mocno. Przepiękne uczucie głębokiego połączenia.

Ale jak długo je wytrzymają? Po jakimś czasie muszą się rozłączyć. Wtedy odchodzą od siebie kawałek. Co można zrobić teraz? Trzyma się otwarte ramiona i widzi za drugą osobą coś większego. Na przykład jej rodzinę, jej los i oczywiście życie jako całość. Obejmujemy wszystko naraz.

Potem znów spoglądamy na siebie, podchodzimy, ale pozostawiamy pewien odstęp. Jednak w spojrzeniu się trzymamy. Potem widzimy tę drugą osobę w większym polu. Również sami przeżywamy siebie w większym polu. Dopiero wtedy ten związek jest bezpieczny i wielki.

To jest inne spojrzenie, to jest już inny rodzaj spojrzenia. To jest szerokie spojrzenie. Dopiero wtedy jesteśmy spełnieni.

Medytacja: Współbrzmieć

Teraz zrobię z wami małe ćwiczenie, medytację. Możecie zamknąć oczy, jeśli chcecie. Wejdźcie w siebie i usłyszcie brzmienie. Wasze brzmienie. Pozwólcie mu współgrać z każdą komórką ciała. Ta współgranie nie powstało w nas. Ono przychodzi z zewnątrz. To jest współbrzmienie z czymś wielkim. Ze światem i z życiem.

Kiedy tak przeżywamy siebie w tym współbrzmieniu, widzimy siebie naprzeciwko osoby, którą szczególnie kochamy. Otwieramy się na jej brzmienie. Również ona współgra w szczególny sposób. Również ona współgra z czymś wielkim.

Teraz pozwalamy obu brzmieniom na wzajemne dostrojenie się: moje współbrzmienie i jej współbrzmienie. I czekamy. Naraz oboje współgramy z czymś wielkim i przeżywamy siebie na nowo, w inny sposób. To współgranie ma przyszłość.

*

Ma to oczywiście daleko idące konsekwencje, również w innym związku. To jest przecież przepiękna myśl, to współbrzmienie. Kiedy pracuję z parami, chodzi właściwie o to, aby im pomóc znowu współbrzmieć. Jest wszakże pewien warunek. Aby ja także współgrał z nimi, i aby też oni współgrali ze mną. Jeżeli na przykład idę na rynek i widzę tam rumiane jabłko, i chwytam je i mówię: "Chcę je mieć i koniec"; czy wtedy współbrzmie z tym jabłkiem? Będzie mi ono smakowało? Będzie dla mnie pożywne? Współbrzmie wtedy z nim, a ono może współbrzmieć ze mną?

Potrzebujemy się wzajemnie

Które z dwojga w związku partnerskim mniej potrzebuje drugiego? To ważna kwestia. Związek partnerski udaje się najlepiej, kiedy oboje się wzajemnie potrzebują. Przeczy to wprowadzie nowoczesnemu pogładowi na temat autonomii, i temu, że "każdy sam kształtuje swoje życie i że może to robić", ale jesteśmy ludźmi dlatego, że kogoś potrzebujemy. Tylko tak dalece jesteśmy ludźmi, jak bardzo potrzebujemy innych - i to przyznajemy. Tu kończy się wolność, a zaczyna szczęście.

Wspólnota losu

Chciałbym powiedzieć coś ogólnie o związkach partnerskich. Związek partnerski jest przecież początkiem nowej rodziny. Wychowaliśmy się w jednej rodzinie, wychodzimy z tej rodziny i tworzymy nową rodzinę. W tej nowej rodzinie kontynuujemy to, czego doświadczyliśmy i co przeżyliśmy w naszej rodzinie. Tylko w rodzinie możemy żyć.

Każda rodzina rozpoczyna się miłością mężczyzny i kobiety To jest początek rodziny. Z tej

miłości rodzina wzrasta w dzieciach.

Ale rodzice i para pochodzą z różnych rodzin i pochodzą z odmiennych tradycji. Tak, jak mężczyzna i kobieta są różni i muszą jako różne istoty się odnaleźć, aby związek się udał, tak również ich różne rodziny muszą się odnaleźć. Zatem w nowej rodzinie trwają obie rodziny rodziców.

Każda rodzina jest wspólnotą losu. Co tu oznacza los? Co w rodzinie w szczególny sposób oddziałuje jako los? Zmarli. Przede wszystkim wykluczeni zmarli, ci którzy zostali odrzuceni. Oni działają jako los następnych, którzy po nich przyjdą, w przyszłość.

Jak odwrócić los na lepsze? Jak uwolnić się z uwikłania w zły los? Tak, aby ci zmarli znaleźli miejsce w naszej duszy. Wchodzimy z nimi we współbrzmienie. Przejmujemy ich współbrzmienie i współgramy z nimi. Wtedy z większej pełni przychodzi siła na nowy związek.

Postowie

W kwestii miłości mężczyzny i kobiety nigdy nie dojdziemy do końca. Ale z konieczności dochodzę do końca tych rozważań o ich miłości – przejściowo do końca. Ale tylko ja dochodzę do końca. U Was miłość trwa dalej. Dzień w dzień wzrasta ponad Was, coraz dalej, coraz głębiej, coraz bardziej spełniona.

Czy zaufacie tej miłości? Na ten temat jeszcze jedna opowieść:

Nurt życia

Pewien trzmiel podfrunął do kwiatu wiśni. Nasycił się jej nektarem i zadowolony odfrunął

Ale wtedy zaczął mieć wyrzuty sumienia. Odczuł siebie jako kogoś, kto zasiadł do suto nakrytego stołu nie ofiarowując gospodarzowi nawet najmniejszego drobiazgu, który uradowałby jego serce. Pomyślał sobie: "Co mógłbym zrobić?" Ale nie mógł się zdecydować, i tak przemijały tygodnie i miesiące.

Wtedy już jednak nie mógł zaznać spokoju. Powiedział do siebie: "Muszę wrócić do kwiatu wiśni i podziękować mu z serca!" Pofrunął, odnalazł sad, drzewo, konar, gałąź, także miejsce, gdzie był kwiat wiśni. Ale kwiatu już nie było. Znalazł tylko ciemnoczerwony, dojrzały owoc.

Wtedy trzmiel posmutniał. Powiedział do siebie: "Już nigdy nie będę mógł podziękować kwiatu wiśni; na zawsze przegapiłem okazję. Ale niech to będzie dla mnie nauką."

Jeszcze kiedy o tym rozmyślał, do jego nozdrzy dotarł znajomy, słodki zapach. Różowy kielich kwitu pomachał do niego, i trzmiel rzucił się z rozkoszą w nową przygodę.