

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

## KATALOGIZACE V KNIZE - NÁRODNÍ KNIHOVNA ČR

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

Czech edition © MAITREA a.s., Praha 2011

ISBN 978-80-87249-22-2



## OBSAH

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

## POČÁTKY

Poznámka na úvod .....	41
<b>Vina a nevína ve vztazích</b> .....	43
Vyrovnání .....	43
Vystoupení .....	44
Hojnost .....	44
Ideál pomocníka .....	45
Výměna .....	45
Předávání dál .....	46
Zlatý míč .....	46
Poděkování .....	47
Braní .....	48
Navrátilci .....	48
Štěstí .....	48
Spravedlnost .....	49



Škoda a ztráta .....	49
Východisko .....	50
Bezmoc .....	50
Dvojitý přesun .....	51
Mstítel .....	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
<b>Hranice svědomí .....</b>	<b>61</b>
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
<b>Řády lásky mezi rodiči a dětmi a v rámci širší rodiny .....</b>	<b>79</b>
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**

<b>a ve vztahu k širšímu Celku .....</b>	<b>96</b>
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
------------------------	-----

<b>Rozlišení svědomí</b> .....	117
--------------------------------	-----

<b>Osobní svědomí</b> .....	117
-----------------------------	-----

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

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

<b>Kolektivní svědomí</b> .....	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
----------------	-----

<b>Duchovní svědomí</b> .....	128
<b>Různá svědomí a rodinné konstelace</b> .....	130
<b>Duchovní svědomí</b> .....	130
a. Rozlišení svědomí .....	130
b. Duchovní rodinné konstelace .....	131
<b>Osobní svědomí</b> .....	134
<b>Kolektivní svědomí</b> .....	136
<b>Shrnutí</b> .....	137
<b>Úvahy</b> .....	137
Co jde .....	137
Vedení .....	138
Hledání .....	139
Přejícnost .....	140
Očekávání .....	141
Dopředu .....	141
Lehké .....	142
Souznění .....	143
Bytí .....	144
Vědomí .....	145
Svazek .....	147
 <b>CO V RODINÁCH ZPŮSOBUJE NEMOC, A CO LÉČÍ</b>	
Poznámka na úvod .....	153

<b>Láska, která způsobuje nemoc, a láska, která léčí</b> .....	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**

<b>Láska ducha</b> .....	177
<b>Duchovně milovat rodiče</b> .....	178

Dítě .....	178
Jiná láska .....	179
Meditace: Rozloučení .....	180
Cesta .....	181
Okamžik .....	182
<b>Porušení rovnocennosti</b> .....	182
Zapletení .....	183
Řešení .....	183
Vina a trest .....	184
Duchovní rovina .....	184
<b>Psychózy, láska nad propastí</b> .....	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
<b>Naše láska nad propastí</b> .....	195
Láska nevědomého svědomí .....	195
Přát všem .....	196
Zapletení .....	197
Vědoucí láska .....	197
Přednost .....	198
Naše slepá láska .....	198
Cesta očisty .....	198

<b>Meditace: Láska, která odvádí od propasti</b> .....	199
Kruh .....	199
Pokoj mrtvým .....	200
Svoboda .....	200
<b>Vady řeči</b> .....	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
<b>Mluvení</b> .....	213
Věci .....	213
Velká slova .....	214
<b>Autismus</b> .....	214
Publikace k tématu psychóz a vad řeči .....	216
<b>Duchovní rodinné konstelace jednou větou</b> .....	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
<b>Krátké supervize</b> .....	226
Budoucnost .....	226
Chlapec ztrácí řeč .....	228
Cvičení: Následovat ducha .....	229
 <b>POMÁHAT V SOULADU</b>	
Poznámka na úvod .....	235
<b>Pomáhání jako profese</b> .....	237
Pomáhání jako dávání a braní .....	237
Profesionální pomoc .....	237
Kdy smíme pomoci? .....	238
Pomáhat s úctou .....	238
Bezpečné pomáhání .....	239
Pomáhat druhým růst .....	239
<b>Řády pomáhání</b> .....	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
<b>Pomáhat v souladu s duší .....</b>	<b>252</b>
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
<b>Pomáhat v souznění s rodinami .....</b>	<b>260</b>
Pomáhat v souznění s rodiči .....	260
Souznění s vlastní rodinou .....	261
Souznění s rodinou druhého .....	263
Souznění s ostatními terapeuty .....	263
Přízeň .....	264
<b>Jak se nám podaří pomáhat .....</b>	<b>264</b>

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

<b>Dvojí pocity</b> .....	280
Primární pocity .....	280
Dramatické pocity .....	281
Sny .....	281
Dobry a špatný pohled .....	282
<b>Podstatné pomáhání</b> .....	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
<b>Pomáhat jako rovný rovnému</b> .....	293
Nahoře a dole .....	293
Jednat .....	293
Naříkání .....	293
Události .....	294

<b>Vnitřní rodinné konstelace</b> .....	294
Pomáhání skrze zřeknutí se .....	295
Skutečnost přivedená na světlo .....	296
<b>Osud</b> .....	297
Prostor .....	297
Rodina jako osud .....	297
Generační linie .....	298
Léčivá síla .....	299
Velký osud .....	299
Předčasné úmrtí .....	300
<b>Duchovní rodinné konstelace</b>	
Poznámka na úvod – Co je u duchovních rodinných konstelací nové .....	305
<b>Filosofie</b> .....	307
Tělo .....	308
Duše .....	308
Lidský duch .....	308
Tvořivý duch .....	309
<b>Duchovní rodinné konstelace</b> .....	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
<b>Fenomenologická cesta k poznání</b> .....	315
Postup .....	315
Meditace: Odstup .....	317
<b>Duše</b> .....	317
Jiný směr .....	318
Vážnost .....	318
Dosah .....	319
Ztracená duše .....	319
Jasnost .....	319
<b>Spojit oddělené</b> .....	321
V naší rodině .....	321
V rodině klienta .....	322
Disonance a rezonance .....	323
<b>Jiné rodinné konstelace</b> .....	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

<b>Muž a žena z duchovního hlediska .....</b>	<b>341</b>
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

<b>Všechny děti jsou hodné .....</b>	<b>355</b>
Meditace: My jako problematické děti .....	357
 <b>Příběh pro sirotka .....</b>	 <b>358</b>
Pomáhání dětem .....	359

<b>Příklad postiženého dítěte: Nyní přitakávám</b> .....	360
Úvodní poznámka .....	360
Konstelace .....	361
<b>Příklad: Jsou zastupovány děti, které odešly při interrupci</b> .....	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
<b>Velký konflikt</b> .....	387
Vůle ničit .....	387
Přesouvání vůle ničit .....	388
Spravedlnost .....	389
Svědění .....	389
Ohrožení novým .....	390
Přijetí odmítaného .....	391
Pole .....	392
Pole a svědomí .....	393
Blud .....	393
Shrnutí .....	394
<b>Velký mír</b> .....	395



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

## DUCHOVNÍ NÁBOŽENSTVÍ

Poznámka na úvod .....	407
Boží láska a láska k Bohu .....	409
Bůh a Bohové .....	411
Bohorovný .....	412
Jiný Bůh .....	413
<b>Příklad: Ježíš a Kaifáš .....</b>	<b>414</b>
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

<b>Höppnerova empirická studie</b> .....	447
Vstupní diagnostika .....	451
Průběžná diagnostika .....	452
Výsledky vstupní diagnostiky .....	452
<b>Rámcový plán studie se třemi typy konstelací A, B, B'</b> .....	454
<b>Dodatky</b> .....	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 pohybujiícím 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 pohybuujícím 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? Neukáží 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 ukazováno 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 TĚTO 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 rádech 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 posloupnosti 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 braní, 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, pociťujeme 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 prázdní 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 přenáší 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 prázdní.

## **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 pociťují 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 motto: „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 bráním dochází mezi zúčastněnými. To znamená, že ten, kdo od něho něco vzal, mu něco odpovídajícího dá nazpátek.

Ale nejde tu však jen o vyrovnání, nýbrž i o obrat. Malý obrat dávání a brání 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 nevinu 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 vyroste 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.