

## Ayuda para la vida diaria Mayo 2011

Queridos lectores,

Mayo es un mes de plenitud y de alegría de vida. También esta edición de “Ayuda para la vida diaria” los guiará hacia esa alegría. Al mismo tiempo trae muchas indicaciones para situaciones concretas para las cuales ustedes buscan una salida. Por ejemplo, cuando los hijos los preocupan. Bien, ha llegado el mes de Mayo.

Vuestro  
Bert Hellinger

### Contenido

#### *Nuestra vida*

Dame tu mano, mi vida

#### *El espíritu*

#### **Las nuevas Constelaciones Familiares: Caminar con el espíritu**

Introducción: El amor del espíritu

Los límites del amor

#### **Todo comienza con la relación con la madre**

Meditación: Nuestra madre

## **Vida y muerte**

El sentimiento de culpa  
Movimientos de conciencia hacia la muerte  
Caminar con el espíritu  
La expiación  
Meditación: Mirar a la felicidad

## ***Adopción***

### **Qué hay que tener en cuenta en las adopciones**

Nada de piedad para con los padres  
No hay vuelta atrás  
Ejemplo

## **Preguntas y respuestas**

Situaciones de emergencia  
Ejemplo  
Hogares de niños  
La prioridad  
Niños de países lejanos  
Qué padres adoptivos  
La jerarquía  
Ejemplo

## ***Rilke***

### **Pensamientos con relación a las Elegías del Duino y los Sonetos a Orfeo de Rilke**

Comentario preliminar  
Las Elegías del Duino  
La primera elegía  
Reflexión posterior

## ***Cómo lograr la vida***

“Disfruta de la vida”  
Bien y mal  
El Dios bueno y el Dios malo

## ***Historia***

Las dos caras de la felicidad  
Reflexión posterior: La felicidad

## *Aforismos*

### *Nuestra vida*

#### **Dame la mano, mi vida**

“Là ci darem la mano” (Dame la mano, mi vida) es la invitación que Don Juan formula a una hermosa dama en la ópera “Don Giovanni” de Mozart y sigue cantando: “Acompáñame a mi castillo”.

De la misma manera nuestra vida nos espera como una hermosa dama en plena flor, espera a que, deseosos, le tendamos la mano, que la llevemos con nosotros a nuestro castillo y con ella celebremos una fiesta de amor. Con ojos que brillan y con anhelo caliente.

Nuestra vida nos ha tendido esa mano esperando que la tomemos, esperando que la tomemos con fuerza, que la tomemos para siempre, que la tomemos con amor.

¿Cómo celebramos con ella nuestra fiesta de amor? Prestamos atención a su murmullo en nuestra sangre, escuchamos los latidos de su corazón, sentimos su calor en nuestra piel y percibimos su perpetuo anhelo por el aire, por el agua, por el alimento para que se mantenga viva, y sentimos su anhelo por esas ganas gracias a las cuales continúa.

Nuestra vida espera las aventuras del amor con pasión, preparada para atreverse al máximo por ellas, más y más y más. Espera al “Sí” decisivo dirigido a ella, un “Sí” indisoluble.

La Vida nos ha dado este “Sí” desde el comienzo. Está en nosotros decirle “Sí” a ella del mismo modo, que la amemos con todo nuestro corazón, con toda nuestra alma, con todos nuestros sentidos y con toda la fuerza.

Hay algo más. Rilke formula la pregunta: “¿Quién la vive, a la vida? ¿La vives tú Dios, a la vida?” ¿La vivimos nosotros porque otra fuerza la vive? ¿Ella nos ha tendido su mano? ¿Nos lleva a su lecho, a sus ganas, a sus aventuras, nos pone a su servicio? ¿Vivimos nosotros el gran anhelo de ella?

¿Cómo vivimos la vida de ella en nosotros? La vivimos con devoción, con entrega, cuidadosamente, sostenidos por ella, guiados por ella, llevados por ella, llevados hacia todas las otras vidas en las que ella también vive. A través de ella nos volvemos uno con todo lo que tiene vida, con un cálido amor, nos volvemos uno con el amor de Dios.

*El espíritu*

## **Las nuevas Constelaciones Familiares: Caminar con el espíritu**

### **Introducción: El amor del espíritu**

Les doy una cordial bienvenida a este curso de un día en un marco íntimo – eso también tiene una gran ventaja. Aquí se trata, tal como lo anunciamos, acerca de las nuevas Constelaciones Familiares. ¿Qué significa eso?

Nuevo es más grande y más amplio. ¿Qué es más grande y más amplio en esto? El amor es más grande y más amplio. Aquí se trata de un amor que supera los límites que generalmente le ponemos a ese amor. Ese es el nivel del espíritu.

Lo que eso significa exactamente lo iremos viendo en detalle. Pero aquí lo explico brevemente para aquellos para los que esto es nuevo.

### **Los límites del amor**

Nuestro amor está limitado por nuestros sentimientos de inocencia y culpa. Toda persona que se siente inocente, excluye a alguien. Dado que se siente mejor, excluye a alguien. Sentimos la inocencia con una conciencia tranquila o buena. Es decir entonces que es nuestra buena conciencia la que acota nuestro amor.

Todo Occidente estaba atrapado por la conciencia hasta que llegué yo. Lo digo así porque fui yo el que reconocí que la conciencia es la causa de todos los grandes conflictos. Todos los grandes conflictos son llevados adelante con una conciencia tranquila o buena. Llegó hasta tal punto que se describió a la conciencia como la voz de Dios en el alma, la voz a la cual había que obedecer incondicionalmente.

¿Qué significa seguir u obedecer a la conciencia? A menudo significa luchar contra otros. Aquel que obedece a la conciencia tiene un concepto de Dios, en cuyo nombre lucha, con la conciencia tranquila, en contra de otros que tienen un Dios diferente. Lo digo de manera un tanto recia, pero eso es lo que se pone de manifiesto.

A través de las nuevas Constelaciones Familiares hemos podido ver que hay un movimiento del espíritu que une aquello que estaba separado, de manera que las diferenciaciones entre mejor y peor desaparecen, al igual que entre bueno y malo.

Aquí se muestra el amor más grande que asiente a todo tal como es, en concordancia con aquellas fuerzas que son las que realmente rigen al mundo.

En la práctica ahora veremos cómo funciona y hasta qué punto llega. Es decir que yo ahora trabajo individualmente con personas que quieren trabajar conmigo y lo muestro y demuestro. Luego lo explico y sigo guiando en este camino del amor puro. El gran amor es un amor puro sin Yo, porque abarca a todo de la misma manera, inclusive a nosotros mismos.

## **Todo comienza con la relación con la madre**

### **Después de la constelación de una mujer que decía estar enamorada y que tenía miedo**

Esa fue una lección de amor, un amor muy sencillo. El amor es muy sencillo. Sólo es necesario ir hacia alguien, eso es todo.

Una de las comprensiones fundamentales que constituyen la base de esta nueva forma de las Constelaciones Familiares es: Todo comienza con la madre. Allí donde se logra la relación con la madre, se logra también todo lo demás.

Hay ciertos obstáculos que se oponen a eso. Aquí pudimos verlo. No es que, por así decirlo, nos podemos decidir a amar a nuestra madre. En caso de ese tipo de decisiones es similar a lo del humor. El humor es cuando uno, a pesar de todo, ríe. Ese tipo de decisión no sirve.

Cuando se logra la relación con la madre es un regalo del espíritu. Aquí fue un regalo que se haya logrado el movimiento amoroso hacia la madre. Se pudo lograr porque yo sigo ciertas comprensiones que aquí cumplen un rol. Por ejemplo, que la madre debe ser sostenida por su propia madre. Que el problema puede extenderse a la generación anterior. Por ese motivo aquí tampoco hay reproches y deseos, por ejemplo que la madre sea diferente a como es. Como madre fue perfecta.

*A la cliente:* Cuando te miramos vemos que tu madre logró todo lo esencial. En ese sentido fue perfecta.

Hay mucho que se opone a la relación con la madre, más adelante nos iremos enterando.

## **Meditación: Nuestra madre**

Cerremos los ojos. Nos entregamos al movimiento hacia nuestra madre tal como es. El regalo más grande, nuestra vida, lo obtenemos a través de esa madre, sólo a través de ella. A través de ella Dios nos creó. Lo voy a decir con toda claridad. No hay ser humano que sea creado directamente por Dios, cada uno lo es sólo a través de su madre y de su padre. Lo creativo,

esa fuerza creadora, se manifiesta de forma muy concreta. No es necesario que la busquemos en otro lugar. Está directamente delante de nosotros. Somos recibidos por esa fuerza con brazos maternos. Así soltamos para ese amor, para ese regalo.

Es una gran felicidad encontrar el camino a la madre. ¿Qué se hace con esa felicidad? La disfrutamos – inmediatamente.

## **Vida y muerte**

### **Después de la constelación de una mujer que sufre de bulimia**

En el fondo se trata de dos movimientos en este trabajo. Uno de los movimientos tira hacia abajo, hacia la muerte. El otro tira hacia arriba. Allí está la vida y está el amor.

También eso que tira hacia abajo es amor, pero un amor ciego. En el caso de muchos hijos podemos ver que sienten la atracción hacia abajo porque se hacen cargo de algo de los padres. De esa forma quedan implicados o enredados en algo que no les pertenece. Le pertenece a los padres.

Ahora el gran arte y el gran logro del individuo es soltar ese movimiento que lo tira hacia abajo y hacia la muerte, ese movimiento que también lo tira a vivir algo ajeno como si fuera algo propio. Soltar ese movimiento y pasar al movimiento que se dirige hacia arriba, hacia ese otro amor. Para ello hay que tener en cuenta una serie de cosas. Esto también forma parte de mis comprensiones fundamentales que hacen posible esta nueva forma de las Constelaciones Familiares.

### **El sentimiento de culpa**

¿Cómo sucede que alguien es atraído hacia abajo, hacia la muerte? A menudo por un sentimiento de culpa. Muchas veces la atracción hacia abajo proviene de un sentimiento de culpa. El sentimiento de culpa se da en primer lugar cuando queremos quitarnos de encima algo que nos pertenece. Por ejemplo, cuando pretendemos más de la vida de lo que estamos dispuestos a conceder a otros. O sea cuando decimos: “Yo tengo permiso para vivir y tú no”, tal como lo vemos en un aborto, por ejemplo. Ese es un ejemplo extremo de eso. Pero lo vemos en muchos movimientos de la familia de la misma manera.

Es decir, me arrogo un derecho que a otros niego. Después me siento culpable, no siempre de forma consciente. Sin embargo, hay una instancia en el alma que lo percibe de inmediato y que reacciona acorde. Es la

segunda conciencia, la conciencia inconsciente. Que esa conciencia existe es una de mis comprensiones importantes.

### **Movimientos de conciencia hacia la muerte**

Existe la conciencia que sentimos. La sentimos como culpa e inocencia. Esta conciencia tiene que ver con el vínculo con nuestra familia. Detrás de esta conciencia hay una conciencia inconsciente que obedece a dos leyes fundamentales.

La primera ley fundamental es: Todo aquel que pertenece tiene el mismo derecho de pertenencia. Es decir que en una familia cada uno tiene el mismo derecho a estar y a vivir. Allí donde este derecho es denegado, aquellos que lo negaron, son atraídos por aquellos a los cuales se lo negaron. O sea que son atraídos hacia la muerte.

Eso se manifiesta en comportamientos diversos. Por ejemplo, cuando una persona causa accidentes, o cuando se enferma, o incluso cuando se suicida.

Cuando un hijo percibe ese movimiento en su madre o su padre, tal vez diga: “Yo me hago cargo en tu lugar.” Entonces el hijo es tomado por ese movimiento hacia la muerte haciéndose cargo de la culpa por esa negativa.

Eso se manifiesta en situaciones variadas. En el caso de anorexia, por ejemplo, y de manera oculta en la bulimia. También se demuestra en enfermedades de los hijos, en sus dificultades y en accidentes. Los hijos lo hacen por amor. Es ese amor ciego que lleva a la muerte.

Una vez que comprendemos eso se trata de animarnos a ser llevados por el otro movimiento, aquel que nos conduce del movimiento hacia abajo al movimiento hacia arriba. Ese es el otro amor. Ese amor es un movimiento del espíritu.

### **Caminar con el espíritu**

Esta nueva forma de constelar se llama “caminar con el espíritu”. “Caminar con el espíritu” significa que seguimos un movimiento de amor hacia todos en la misma medida. Esa es la diferencia. Ese es el gran amor amplio hacia todos por igual.

Cuando pasamos a ese amor, nos liberamos del amor estrecho que nos lleva a la muerte, porque en ese nivel podemos soltarnos de nuestra familia. Pero no rechazándola, sino sintiéndonos amados por igual en ese mismo nivel, junto con todos aquellos que pertenecen a nosotros. En ese nivel la culpa no tiene un espacio.

## **La expiación**

En ese nivel también dejan de existir los movimientos que buscan saldar una deuda. Por ejemplo a través de una expiación. Todos esos son movimientos hacia la muerte. Expiar siempre significa: Yo me provocho algo a mí y también hago algo a otros. Cuando dejamos atrás esos movimientos logramos pasarnos a ese otro nivel amplio en el cuál todo lo que es está bien para nosotros. Por ese motivo en ese nivel tampoco nos preocupamos, ni por nosotros ni por otros.

### **Meditación: Mirar a la felicidad**

Ahora volvemos a cerrar los ojos. Nos vamos a nuestra alma. Al mismo tiempo nos vemos a nosotros mismos desde cierta distancia. Es decir que al mismo tiempo somos un observador y alguien que es observado, las dos cosas simultáneamente. Nos observamos desde cierta distancia y vemos hacia dónde se mueve esa persona que vemos delante de nosotros. Por ejemplo, hacia dónde es atraída. Miramos hacia el lugar que la atrae y vemos lo que ocurre allí, qué movimiento le responde. Luego dejamos a que la persona que es atraída hacia abajo mire hacia arriba, hacia una luz que se encuentra a lo lejos, a algo amplio, liberador – a la felicidad.

*Luego de un rato:* ¿Cómo se sienten? Caminar con el espíritu tiene algo de liberador y hermoso. Y es tan sencillo. La desgracia es complicada. La felicidad es sencilla.

## ***Adopción***

### **Qué hay que tener en cuenta en adopciones**

HELLINGER: Me enteré que entre los participantes hay varios que pertenecen a puestos públicos relacionados con la infancia y la juventud. Tal vez debería decir algo acerca de la adopción – y cómo tratarla.

### **Nada de piedad para con los padres**

Lo primero es: no tener lástima a los padres. Eso es lo primero. Nada de lástima para con la pobre madre, aunque tenga tan sólo 14 años de edad – pero piedad con el hijo. Eso es lo primero. Evitar por todos los medios

invertir los roles, que los grandes puedan hacer de pequeños y que los pequeños, que no pueden defenderse, tengan que hacerse cargo de todo. De esa forma el ayudador está fortalecido, tiene el orden correcto en su alma.

### **No hay vuelta atrás**

Lo segundo es que algunos consideran que más adelante algo podría ser reparado. Como si el hijo pudiera encontrar una vez más el camino hacia sus padres y ellos lo pudieran recibir. Sobre todo el hijo es el que a menudo tiene esa esperanza. Los padres no lo harán.

Imaginémonos: los padres han entregado al hijo en adopción. Se lo querían sacar de encima – para siempre. Si el hijo luego vuelve a ellos, ¿cómo reaccionarán? Con culpa, naturalmente. Entonces ya no hay llegada. Eso ya no puede ser reparado. La entrega de un hijo no puede ser reparada. Lo que vale para el hijo es asentir realmente a eso que fue. Los padres lo han entregado – para siempre. Eso es como un aborto, puede ser comparado con eso.

Y ahora el hijo dice: “Si, estoy de acuerdo. Ahora renuncio a ustedes para siempre”. Eso es doloroso. Y luego el hijo logra la fuerza.

*A un hijo adoptivo:* Y sin embargo tienes la vida gracias a ellos. Al mirarte: Deben haber sido padres hermosos. Tú tienes todo, tienes lo esencial. Pero seguir con vida sólo te fue posible a través de los padres adoptivos. Ahora tú puedes unirte a ellos, realmente con amor. Ellos te han mantenido con vida.

Lo que también es importante: un hijo así está enojado con sus verdaderos padres porque lo han abandonado. Internamente está enojado con ellos. A menudo ese enojo es transferido a los padres adoptivos. De alguna manera es como querer proteger a sus padres, y ahora los padres adoptivos reciben aquello que en realidad está dirigido a los padres.

*A ese hijo adoptivo:* ¿Tu caso fue así? Entonces ahora puedes reparar algo y decir a tus padres adoptivos que ahora tomas agradecido lo que ellos te han dado. Que reconoces lo grande que es aquello que ellos han hecho por ti. De esa manera ellos se alegrarán y dirán: Está bien, te lo hemos dado con gusto.

Eso es lo que debemos tener en cuenta en este contexto. Por eso no sirve si ahora uno intenta regresar el hijo a sus padres. No obstante es importante para el hijo haber visto a sus padres. Es decir, si eso fuese posible realmente sería muy lindo.

### **Ejemplo**

Doy un ejemplo. Me escribió un sacerdote diciendo que había una mujer que se volvió esquizofrénica y la hija tuvo que ser entregada a una familia de crianza. Luego la madre sanó y quería que le devolvieran a su hija.

La pregunta de él era: ¿Qué debe hacerse? Yo le dije que la niña debe quedarse con sus padres de crianza. La madre le puede decir: Ahora estoy otra vez disponible para ti. Ahora puedes venir a verme en cualquier momento, pero te dejo con tus padres de crianza que te cuidaron mientras yo estaba enferma. De esa forma la hija puede ir y venir. Puede ir y venir entre su madre y sus padres de crianza. Pero la madre ya no se la puede quitar a los padres de crianza. Eso ya no puede ser. Ese sería el orden aquí.

### **Preguntas y respuestas**

#### **Situaciones de emergencia**

MUJER: También sucede que las autoridades encargadas deben quitar a los hijos en situaciones de emergencia que ocurren en las familias. En el caso de niños pequeños entonces van a familias de crianza, pero en general en primer lugar a lugares de cuidados transitorios. Muchas veces luego se da que no es posible activar a los padres, una vez que el hijo ya no está, como para que se sigan ocupando. ¿En casos así vale lo mismo?

HELLINGER: Sí.

MUJER: ¿Eso significaría que, suponiendo que no se logre en el plazo de 3, 4, ó 5 meses, se debería tratar de encontrar de todas maneras una familia fija?

HELLINGER: Sí.

### **Ejemplo**

Una vez di un curso para madres de comunidades de niños entregados por situaciones de emergencia. Una de esas madres también había sido dada de niña. En el grupo tenía a un niño cuya madre lo había entregado a la organización y ahora la madre deseaba que se le devuelva a su hijo.

Configuramos el caso y pedimos que la madre responsable por el niño en la organización representara a ese niño. Estaban ubicados: a la izquierda la madre responsable por el niño en la comunidad, a la derecha la madre biológica – y el hijo entre ellas. En el alma del niño tuvo lugar una enorme lucha por dirigirse hacia una o hacia otra. Durante un largo rato se sintió tironeado para aquí y para allá. Luego se colocó al lado de la madre que lo cuidaba en la comunidad. Y ese era el lugar adecuado.

## Hogares de niños

MUJER: ¿Eso significaría, entonces, que para niños que han pasado largo tiempo en un hogar no habría una real vuelta atrás por la culpa?

HELLINGER: En el caso de los hogares no estoy tan seguro, ahí no estoy tan seguro. A veces un internado es bueno porque al niño se le quita una carga. Puede regresar en cualquier momento. En el caso de los hogares es diferente.

MUJER: ¿Depende del lugar?

HELLINGER: También depende de toda la situación. Hoy día hay muchas personas que consideran que un hogar es una cosa muy terrible. Yo pasé cinco años en un internado, yo me sentía liberado. Los hogares pueden realmente estar orgullosos por lo que hacen. Para muchos niños son como un internado.

## La prioridad

MUJER: Yo tengo una pregunta con relación a la elección de padres adoptivos cuando se trata de un caso en el que los niños repentinamente quedan huérfanos y los abuelos se ofrecen para adoptarlos. ¿Deberían ser considerados con prioridad? ¿O debería intentarse encontrar los padres adoptivos más convenientes para ellos?

HELLINGER: Al niño se lo deja en la familia. Ese es el principio fundamental. En una situación así en la familia los primeros serían los abuelos. No hay nadie que pueda ser mejor para un niño que ellos. Entonces, en una situación así estarían primero los abuelos y luego los tíos y las tías. Únicamente si no hubiera nadie de la familia para los huérfanos, se trataría de encontrar a alguien en otro lugar. Ese es el principio fundamental: En la medida de lo posible se permite que el niño permanezca dentro de la familia, dentro del clan.

MUJER: ¿También en el caso de que esos abuelos tal vez hayan participado de alguna manera en la muerte, por ejemplo de la madre?

HELLINGER: ¿Qué significa aquí haber participado?

MUJER: ¿Es decir cuando ellos no han fortalecido y capacitado a su hija como para poder mantenerse viva?

HELLINGER: Esas son interpretaciones del peor tipo. Jamás se debe atribuir a alguien ese tipo de cosas. Si los abuelos quieren hacerse cargo del niño ese es el mejor lugar para él. También hay que tener en cuenta que el niño siente una profunda lealtad para con su familia. Desea permanecer en su familia. También desea quedarse con padres malos – incluso con aquellos que lo golpean. El niño quiere quedarse con ellos. Si se lo quita a los padres considerando que en otro lugar estaría mejor cuidado, el niño se

castigará. Debemos ser muy cuidadosos en eso, debemos acompañar el alma del niño. Debemos respetar su lealtad y su amor. Si hacemos eso, se puede desplegar. Cuando uno saca al niño de su familia a la fuerza siguiendo puntos de vista externos, para el niño es muy duro.

### **Niños de países lejanos**

Es duro cuando uno adopta niños de países lejanos. Es mejor para el niño morir allí. Muchas veces es mejor para el niño morir allí. Está implicado en su destino. A menudo uno considera que debe intervenir en el destino de un niño, que entonces estaría mejor. Debemos ser sumamente cuidadosos en eso. Por supuesto que hay excepciones, no quiero generalizarlo.

### **¿Qué padres adoptivos?**

En la elección de padres adoptivos vale que aquellos que tienen hijos son mejores que aquellos que no tienen hijos. Pero eso de todas formas es del conocimiento de las organizaciones encargadas, no es necesario que yo se los diga. Porque de otra forma el niño es un reemplazo – y eso tampoco es bueno. Pero si los padres adoptivos son movidos desde el corazón, porque quieren ayudar a un niño – entonces está bien. Sin embargo, si sólo por no poder tener hijos ellos buscan tener uno para sí, en ese caso no es bueno. Sin embargo, es posible que ese tipo de padres también deseen hacer algo por el niño, en ese caso es diferente. Eso aquí desempeña un papel importante.

### **La jerarquía**

MUJER: ¿Por favor puedes decir algo con relación a la actitud conveniente de los padres adoptivos con relación a los padres verdaderos?

HELLINGER: Los padres adoptivos se deben considerar representantes de los padres biológicos y deben respetar a esos padres. Solamente si respetan a esos padres, pueden respetar al niño. Deben amar a los padres tal como son, de esa forma pueden también amar al niño. Si se colocan por encima de los padres, el niño se vengará diciendo: “Ustedes no son mejores que mis padres.”

### **Ejemplo**

Hace muchos años, en los Estados Unidos de Norteamérica, asistí a un curso de análisis transaccional. La mujer que lo dirigía era una sacerdote.

Había adoptado cuatro niños y tenía varios hijos propios. Uno de los niños había sido adoptado a los 6 ó 7 años de edad y tenía a toda la familia en vilo. Era, como se dice comúnmente, un psicópata, una descripción terrible. Era un pobre niño.

Después de varios años ella le dijo al niño: “Puedes hacer lo que quieres, aquí yo sigo siendo tu madre”. Ahí el niño se quebró y dijo: “Mamá, durante tantos años quise que tu fueras como mi mamá – ahora abandono esa idea”. Su madre era esquizofrénica. Eso muestra la lealtad profunda de esos niños.

**Rilke**

### **Pensamiento con relación a las Elegías del Duino y los Sonetos a Orfeo de Rilke**

#### **Comentario preliminar**

*En mis viajes me ha acompañado, durante muchos años, un pequeño libro con las Elegías del Duino y los Sonetos a Orfeo de Rilke. Los leí una y otra vez – para mí son inagotables. También he reflexionado acerca de ellos y he anotado esos pensamientos. Aquí algunos de ellos.*

#### **Las Elegías del Duino**

En las Elegías del Duino y los Sonetos a Orfeo se abre paso poderosamente la experiencia existencial de Rilke y nos arrastra, si nos abrimos a ella, a acompañar el sentido de esa experiencia. Porque esos grandes himnos brotaron de él después de haber enmudecido casi durante muchos años y después de haber tenido que dejar totalmente su voluntad primordial y su misión, comprendida anteriormente como tarea. Por ese motivo, el torbellino que lo arrastró a completar las elegías y a escribir inesperadamente los poemas de los sonetos no fue tampoco un torbellino dirigido expresamente a él. Aquí estaba obrando algo más poderoso que importa también a nosotros y que busca conducirnos a experiencias similares y comprensiones similares y que tiene la capacidad de guiarnos.

A continuación me refiero a algunos de los niveles de experiencia a los que también nosotros tenemos acceso, consciente de que en última instancia siguen siendo insondables, tal como Rilke lo consideraba para sí mismo. Sólo quiero mostrar contextos que hacen más fácil dar cabida a estos grandes himnos, sin pretender sondearlos realmente.

Las Elegías del Duino y los Sonetos a Orfeo son una unidad, ya que brotaron de Rilke en el mismo torbellino. Por esa razón es posible, a veces, pasar fluidamente de las Elegías a los Sonetos y viceversa. Porque en estos dos grandes ciclos se trata más de la experiencia existencial que aflora

vibrante en el canto y no tanto de cada poema individualmente. Su cantar es nuestra existencia, entramada en surgir y perecer y así transformándola hacia esto último.

Al quebrarse el árbol de júbilo para Rilke, recién fueron posibles las Elegías del Duino y los Sonetos a Orfeo. En esos poemas Rilke camina tanto entre los vivos como entre los muertos y, con profundo asentimiento, incluye a esos dos ámbitos en su cantar. Renuncia al júbilo más allá de lo humano, por ejemplo al júbilo por el ángel, y al escuchar lo que el aire susurra, vacío de toda intención, simplemente está.

### **La Primera Elegía**

¿QUIÉN, si yo gritara me escucharía entre las órdenes  
angélicas? Y aún si de repente algún ángel  
me apretara contra su corazón, me suprimiría  
su existencia más fuerte. Pues la belleza no es nada  
sino el principio de lo terrible, lo que somos apenas capaces  
de soportar, lo que sólo admiramos porque serenamente  
desdeña destrozarnos. Todo ángel es terrible.

Así que me contengo, y me ahogo el clamor de la garganta  
tenebrosa. Ay, ¿quién de veras podría ayudarnos? No  
los ángeles, no los hombres, y ya saben los astutos  
animales que no nos sentimos muy seguros en casa,  
dentro del mundo interpretado. Nos queda quizás  
algún árbol en la loma, al cual mirar todos los días;  
nos queda la calle de ayer y la demorada lealtad  
de una costumbre, a la que le gustamos, y permaneció,  
y no se fue.

Oh, y la noche, y la noche, cuando el viento

lleno de espacio cósmico nos roe la cara:  
¿Para quién no permanecería aquélla, la anhelada,  
la tierna desengañadora, ahí, dolorosamente próxima  
al corazón solitario? ¿Es más suave con los amantes?  
Ay, ellos sólo se ocultan uno a otro su suerte.

¿Todavía no lo sabes? Arroja el espacio que abarquen  
tus brazos hacia los espacios que respiramos; quizá  
los pájaros sientan en aire ensanchado con un vuelo  
más íntimo.

Sí, las primaveras de veras te necesitaban. Varias estrellas te pedían que las rastrearas. Se alzaba en el pasado una ola hacia ti, o cuando pasabas por una ventana abierta, se te entregaba un violín. Todo esto era una misión, ¿pero fuiste capaz de cumplirla? ¿No estabas siempre distraído por la esperanza, como si todo ello te anunciara una amada? (¿Dónde intentas alojarla, si en ti los grandes pensamientos extraños entran y salen, y con frecuencia se quedan durante la noche?) Pero si sientes anhelos, canta pues a las amantes; no es en absoluto, suficientemente inmortal su famoso sentimiento. Aquéllas que casi envidias, las abandonadas, las encuentras mucho más amantes que las saciadas. Empieza siempre de nuevo la alabanza siempre inalcanzable. Piensa: el héroe sigue en pie, aun el ocaso fue para él sólo un pretexto para ser: su último nacimiento. Pero a las amantes la exhausta naturaleza las recoge en su seno, como si no hubiera fuerzas para lograr esto dos veces. ¿Has pensado lo suficiente en Gaspara Stampa, y lo que puede sentir cualquier chica a quien el amado abandonó, frente a tan elevado ejemplo de mujer amante: ¿Llegaré a ser como ella? ¿Estos, los más antiguos dolores, no deberán, por fin, darnos fruto? ¿No es tiempo ya de que, al amar, nos liberemos del amado y, temblorosos, resistamos, como la flecha resiste al arco, para ser, unidos en el salto, algo *más* que la sola flecha? Porque el permanecer está en ninguna parte.

Voces, voces. Corazón mío, escucha, como sólo los santos escuchaban: la enorme llamada los alzaba del suelo; pero ellos seguían de rodillas, de modo imposible, sin darse cuenta: *de tal manera* escuchaban. No que pudieras soportar la voz de *Dios*, lejos de eso, pero escucha el soplo, la noticia incesante que se forma del silencio. Murmura hasta ti desde aquellos que han muerto jóvenes. ¡Acaso su destino no se dirigió siempre tranquilamente a ti, en Roma y Nápoles, cuando entrabas en alguna iglesia? ¿O una inscripción sublime se grababa para ti, como hace poco la lápida de Santa María Formosa? ¿Qué quieren de mí? Debo apartar en silencio la apariencia de injusticia que a veces estorba un poco el puro movimiento de sus espíritus.

Realmente es extraño ya no habitar la tierra,  
Ya no ejercitar las costumbres apenas aprendidas;  
a las rosas, y a otras cosas particularmente promisorias,  
ya no darles el significado del futuro humano; ya no ser  
aquél que uno fue en interminables manos angustiadas  
y hasta hacer a un lado el propio nombre, como un juguete  
roto. Extraño, ya no seguir deseando los deseos. Extraño,  
ver todo lo que tenía sus propias relaciones, aletear  
tan suelto en el espacio. Y estar muerto es doloroso,  
y lleno de recuperación, de modo que uno rastree  
lentamente un poco de eternidad. Pero todos los vivos  
cometen el mismo error de diferenciar demasiado  
tajantemente. Los ángeles (se dice) con frecuencia no  
sabrían si andan entre los vivos o entre los muertos.  
La corriente eterna arrastra siempre consigo todas  
las edades a través de las dos zonas y atruena sobre ambas.

Finalmente ya no nos necesitan, los que partieron  
temprano, uno se desteta dulcemente de lo terrestre, como  
uno se emancipa con ternura de los senos de la madre.  
Pero nosotros, que necesitamos tan grandes secretos,  
nosotros que tan frecuentemente obtenemos del duelo  
progresos dichosos, *¿podríamos existir sin ellos?*  
*¿Es inútil el mito de que, en la antigüedad, durante*  
*las lamentaciones fúnebres por Linos,*  
*una atrevida música primitiva se abrió paso en la árida materia*  
*inerte; y entonces, por primera vez, en el espacio*  
*sobresaltado, en el que un muchacho divino de pronto*  
*se perdió para siempre, el vacío produjo esa vibración*  
*que ahora nos entusiasma y nos consuela y ayuda?*

(Versión en español de José Joaquín Blanco)

### **Reflexión posterior**

Al final de la feroz comprensión hacia nuestra existencia para Rilke no cabe duda que no podemos ni debemos escapar a la tierra y a sus leyes, por ejemplo dirigiéndonos más allá de ella a los ángeles para intentar, con su ayuda, violentar los límites de la existencia terrenal. Y así están, al comienzo de la Primera Elegía, la despedida de esta idea y la mirada hacia lo que nos queda aquí.

Dado que el ángel aparece tan grande y tan bello, tal vez se nos escape que su belleza es tan sólo el comienzo de lo terrible, ya que aquello que va más allá de nosotros no solamente es sustraído al ser humano, para él sería también insoportable. Por ese motivo Rilke, a partir de allí, se dedica a las condiciones de nuestra existencia que, dado que a su final se encuentra la muerte, se encuentran ininterrumpidamente bajo la señal de la despedida. Sólo de cara a la despedida somos realmente.

Pero entonces, en lugar de clamar por los ángeles, comenzamos a escuchar y nos percatamos de algo que, a pesar de encontrarse asimismo más allá de aquello a lo cual nosotros podemos acceder fácilmente, nos toca profundamente. La noticia incesante, que se va formando en el silencio, llega a nosotros desde los muertos. A pesar de estar ausentes, ellos están cerca de nosotros. Al prestar atención a esa noticia, vemos practicando lo que nos espera después. Ahora, en lugar de querer ir junto a los ángeles, nos movemos aquí en esta vida al mismo tiempo entre los muertos. Para aquel que logra eso resuena la verdadera música de la existencia que festeja el surgir y el perecer como unidad.

### *Cómo lograr la vida*

#### **“Disfruta de la vida”**

¿Qué hay más adecuado para la vida que disfrutarla? Aquel que la disfruta, la toma tal como es. Disfruta el origen de la vida, desde donde le es regalada. Es decir entonces, en primer lugar de sus padres y ancestros y, más allá de ellos, del todo más grande del cual depende la vida y que la sostiene. Y disfruta de todo lo que forma parte de la vida, lo que la fomenta y mantiene y lo que permite que rebalse y que continúe fluyendo hacia los que se encuentran a su lado y los que vienen después de él. Es benevolente hacia la vida.

Aquel que disfruta de la vida, también se alegra por la vida de los demás. También es benevolente hacia la vida de ellos, quiere que crezca, que se amplíe, que se cumpla. Con su vida está al servicio de la vida de ellos y toma de ellos sin reparo aquello que de la vida de ellos le entregan para la suya. A través de la vida de ellos, la de él se enriquece, al igual que la de ellos a través de la de él.

Pero la vida también crece a través de la resistencia. Sin resistencia no hay crecimiento. Forma parte de las condiciones de la vida. En lugar de evadirla, se la supera creciendo y luego se alegra tanto más habiendo sido fortalecido por ella.

Y es cierto también que nuestra vida se acaba, o, mejor dicho, hace lugar para otra vida. Si somos benevolentes hacia la nueva vida le cedemos lugar

gustosamente, nos retiramos en el momento adecuado, disfrutamos de lo nuevo y estamos reconciliados con el final de nuestra vida.

## **Bien y mal**

¿Existe algo bueno? ¿Existe algo malo? No, no existe. Pero nosotros usamos la diferenciación entre bien y mal en nuestra vida cotidiana para orientarnos. La diferenciación entre bien y mal llega al mundo a través de nuestra conciencia.

Cuando tenemos una conciencia tranquila o buena decimos que hemos hecho algo bueno. Cuando tenemos una mala conciencia decimos que hemos hecho algo malo. Sin embargo, bien y mal en este contexto sólo significa: es bueno aquello que en mi familia me ayuda a pertenecer. Es malo aquello que en mi familia pone en riesgo mi pertenencia. Es decir que la conciencia nos ayuda a diferenciar lo que debemos hacer o no hacer para pertenecer. Esa es la función de la conciencia. En ese contexto existe la diferenciación entre bien y mal.

Todas las familias son diferentes. En una familia es considerado bueno lo que en otra es considerado malo. Y viceversa. Por eso las personas que hacen algo partiendo del concepto de que en mi familia es considerado algo malo, lo hacen con la conciencia tranquila. Por ese motivo también los niños, en los hogares de niños, se comportan “insoportablemente” con una conciencia tranquila o buena. No podemos hacerles entender. No sirve. A no ser que sepamos lo que en las familias de ellos es considerado bueno y malo, en ese caso podemos hablarles a través de la conciencia de su familia. Eso ayuda. Esa es la diferencia aquí.

Por supuesto que hay cosas que son terribles, por ejemplo cuando uno mata a otro. O lo que sucede en una guerra, eso es terrible. Pero sólo desde nuestro punto de vista, desde nuestra diferenciación entre bien y mal.

## **El Dios bueno y el Dios malo**

Ahora, ocurre que transmitimos nuestra conciencia y la diferenciación de nuestra conciencia a Dios. Este Dios decide acerca del cielo y el infierno exactamente de acuerdo a nuestra conciencia. Esa es nuestra suposición. Por ese motivo, de acuerdo a la visión de los estadounidenses, a los terroristas que atacaron a las Torres Gemelas (World Trade Center), Dios los mandará al infierno – y ellos colaboran como para que eso suceda.

A la inversa, los terroristas tienen el mismo concepto que los estadounidenses. Que Dios los manda al infierno – y ellos colaboran para

que eso suceda realmente. Es decir que ambos están atrapados en su conciencia.

Aquello que es puesto en marcha por el destino o por algo más grande no podemos juzgarlo de acuerdo a nuestra conciencia. Aquello que vivenciamos como peligroso o desagradable, o como desdeñable, o que repudiamos, sólo lo es de acuerdo a nuestra conciencia. Ante una fuerza mayor está al servicio de otro objetivo.

Heráclito, un antiguo amigo mío, muerto hace tiempo, ya murió en el año 600 a.C., dijo: *La guerra es el padre de todas las cosas.*

Sin controversia no hay progreso. Imagínense que ya no hubiera nada “malo”. Estaríamos instalados con vientres grandes y no haríamos más nada. Eso sería espantoso.

Lo que sucede ahora, entre los Estados Unidos de Norteamérica y los terroristas: por terrible que sea para las víctimas afectadas – para el mundo es una bendición. Todos han de orientarse de nuevo. Deben crear nuevas alianzas. Deben sopesar la situación de otros más que antes.

Esto naturalmente es considerándolo sólo superficialmente, pero esos acontecimientos están al servicio de un objetivo más grande. La fuerza que decide al respecto no es misericordiosa en nuestro sentido. Nos desafía.

Por esa razón también debemos considerar a los perpetradores al servicio de otra fuerza. La mayoría de los perpetradores son concienzudos.

*A un participante:* Tus tíos mataron a uno concienzudamente y aquellos que los han ejecutado lo han hecho con una conciencia tranquila. Todos lo han hecho con una conciencia tranquila o buena. Por eso no podemos diferenciarlo de acuerdo a nuestra conciencia.

Al final, ante eso más grande, todos somos iguales. Podemos olvidarnos de esas diferencias entre bien y mal. Recién una vez que estamos dispuestos a mirar a ese contexto más grande podemos crear paz y podemos comprender a los demás.

Sobre todo podemos comprender a los niños en la manera especial en que se comportan. Por ejemplo, uno se los confía a esa fuerza más grande. Esa es una posibilidad de manejarse con eso.

Pues bien, ese israelita que mencionaba esta mañana (v. Ayudas de Vida de Abril 2011) cuya hermana fue muerta a balazos, internamente no se podía separar de su hermana. Todavía se encontraba en el estado de shock de entonces y corría peligro de seguir a su hermana. Entonces hice un ejercicio con él. Al final abrazó a su hermana muerta. La miró tal como es, con amor, muerta. Está muerta. La dejó en brazos de Dios, volvió y a ella la dejó allí. Eso también podemos hacerlo con los malos. A eso llamo amor al enemigo. Es una cosa completamente diferente a un mandamiento. Es una comprensión, la comprensión de que en el fondo todos somos iguales.

## **Historia**

Ahora cuento una historia que viene al caso. La historia se llama:

### **Las dos caras de la felicidad**

En otros tiempos, cuando los dioses aún parecían muy cercanos a los hombres, había en una ciudad pequeña dos cantantes con idéntico nombre: Orfeo.

Uno de ellos era el grande. Había inventado la cítara, una forma primitiva de guitarra, y cuando tocaba sus cuerdas para cantar, la naturaleza a su alrededor quedaba encantada; los animales salvajes reposaban mansamente a sus pies y los árboles más altos se inclinaban hacia él. En definitiva, nada se resistía a sus melodías.

Como era tan grande, cortejó a la mujer más bella.

Después empezó el ocaso.

Mientras se estaba celebrando la boda, la bella Eurídice murió. La copa estaba colmada y antes de llegar a sus labios, se rompió. Pero para el gran Orfeo la muerte no fue el final. Mediante su arte sublime encontró la entrada a los infiernos, bajó al Reino de las Sombras, atravesó el Río del Olvido, logró pasar delante del Cancerbero, llegó con vida al trono del Dios de los Muertos y lo conmovió con su cantar para que liberara a Eurídice, aunque con una condición...

Tan feliz estaba Orfeo que no percibió la malicia en este favor. Empezó el camino de vuelta oyendo tras de sí los pasos de la mujer amada. Pasaron ilesos ante el Cancerbero, atravesaron el Río del Olvido, comenzaron la subida hacia la luz. Ya la veían de lejos... De repente, Orfeo oyó un grito. Eurídice había tropezado. Se giró sobresaltado y volvió a ver las sombras desvanecerse en la noche: estaba solo. Amargado en su dolor, cantó la canción de despedida: “¡Ay, la perdí, toda mi felicidad se fue con ella!”.

Encontró el camino a la luz del día, pero la vida se le había hecho extraña entre los muertos. Cuando unas mujeres borrachas quisieron llevarlo a la fiesta del vino nuevo, se negó, y ellas lo desgarraron vivo. Tan grande fue su desdicha como vano su arte. Pero, ¡todo el mundo le conoce!

El otro Orfeo era el pequeño. No era más que un cantor, actuaba en fiestas sencillas, tocaba para gente sencilla, proporcionaba una alegría sencilla y él mismo lo pasaba bien. Como no podía vivir de su arte, aprendió también otra profesión corriente, se casó con una mujer corriente, tuvo hijos corrientes, pecaba de vez en cuando, era corrientemente feliz y murió viejo y colmado de vida.

Pero nadie lo conoce... ¡Menos yo!

## **Reflexión posterior: La felicidad**

La felicidad nos parece tentadora y falaz, atractiva y peligrosa. Porque a menudo aquello que anhelamos trae desgracia y lo que tememos, felicidad. A veces preferimos agarrarnos a la desdicha porque nos parece segura o grande. O porque consideramos que es inocencia o mérito, o garantía de la felicidad que viene.

Entonces tal vez despreciamos a la felicidad como común o como pasajera y fugaz. O la tememos como culpa o traición o como maldad, o como presagio de desdicha.

### **Aforismos**

1. El respeto calla.
2. Nada queda solo.
3. Sólo participando estamos centrados.
4. La espera transcurre.
5. Buscar lo alto lleva muy abajo.
6. Un poco menos a veces ayuda más.
7. Solamente se avanza abajo
8. La sanación duele.
9. Más temprano en general es mejor.
10. A veces vemos más con los ojos cerrados.
11. El que está al servicio, sabe.
12. No existe algo más que estar aquí.
13. Despiertos estamos presentes.
14. Solamente los errores pueden ser corregidos.
15. Servir se acaba cuando hay pretensiones.
16. A lo pequeño se lo cuida.
17. Despreocupados dejamos que todo quede tal como es.
18. Todo lo que tarda, es ahora.
19. Continúa, eso es lo que importa.
20. Los espejos reflejan. Nosotros también.
21. El que mira por más, mira hacia atrás.
22. La mirada amplia es la mirada de Dios.
23. El respeto brinda espacio.
24. La sanación es silenciosa.
25. ¿Para qué, si no sabemos hacia dónde?
26. Aquel que sabe poco permanece más consigo mismo.
27. Centrados estamos dispuestos.

28. Lo precipitado se esfuma.
29. Aquel que va probando, encuentra.
30. Los extremos se excluyen.
31. La mirada abarcativa requiere altura.