

# Culpa e Inocencia en Nuestras Relaciones

Todas las relaciones humanas comienzan dando y tomando, y con el dar y recibir comienzan nuestras sensaciones de inocencia y culpa. Quien da se siente con derecho a recibir, y quien toma, también se siente obligado. Si no es así hay intranquilidad hasta que no se dé una compensación, es decir hasta que el que tomó también dé y el que dio también toma.

- **La compensación.**

Siempre que recibimos algo de otros, por muy bello que sea, perdemos nuestra independencia y nuestra inocencia, puesto que, tomando, nos sentimos obligados y en deuda con la persona que lo dio. Experimentamos esta culpa como malestar y como presión, por lo que intentamos librarnos de ella dando nosotros mismos. Siempre que se toma algo existe este precio.

La inocencia, en cambio, se experimenta como placer. La sentimos como el derecho a la reivindicación cuando hemos dado sin tomar, y cuando damos más de lo que tomamos. Y la sentimos como levedad y libertad cuando no estamos obligados a nada. Para alcanzar o conservar este estado conocemos tres comportamientos característicos.

- 1. La huida.**

Algunos pretenden conservar su inocencia negándose a participar. Prefieren cerrarse en vez de tomar. De esta manera tampoco están obligados a nada. Esta es la inocencia de los no-jugadores que no quieren ensuciarse las manos. Por eso muchas veces se creen especiales o mejores. Sin embargo, sus vidas solo funcionan al mínimo y en consecuencia se sienten vacíos y descontentos.

# Culpa e Inocencia en Nuestras Relaciones

## ○ La plenitud.

El efecto contrario lo podemos ver en aquellos que logran tomar a sus padres tal como son, tomando de ellos todo lo que les den. Este tomar es experimentado como un continuo aporte de energía y de felicidad. De esta manera se les capacita para tener también otras relaciones donde pueden tomar y dar mucho.

## 2. El ideal altruista.

Una segunda manera de experimentar la inocencia es el derecho a exigir de otros, cuando yo les he dado más de lo que ellos me dieron a mí. Por regla general, esa inocencia suele ser pasajera, ya que en cuanto yo también tomo del otro, mi derecho se acaba.

## 3. El intercambio.

La tercera y más bella forma de experimentar la inocencia es la descarga una vez que se consigue el equilibrio, cuanto tanto hemos tomado como dado. Este intercambio entre dar y tomar se realiza entre todos los implicados. Es decir, quien toma algo del otro, también le devuelve algo equivalente. Pero no solo hay que tener en cuenta el equilibrio, sino también el nivel del intercambio. Un intercambio reducido entre dar y tomar aporta poca ganancia; el gran intercambio, sin embargo, enriquece y viene acompañado de un sentimiento de plenitud y de dicha. Esta dicha no cae del cielo, se crea. En el intercambio a un nivel tan alto tenemos la sensación de levedad y de libertad, y de justicia y de paz. De entre las muchas posibilidades de experimentar la inocencia, esta será la más liberadora. Esta inocencia está satisfecha.

## ○ Traspasar lo debido.

En algunas relaciones, sin embargo, no es posible llegar a esta descarga, porque entre el que da y el que toma existe un desnivel insalvable. Este sería el caso entre padres e hijos, o entre maestros y alumnos. Ya que padres y maestros,

# Culpa e Inocencia en Nuestras Relaciones

en un primer lugar dan, e hijos y alumnos toman. Naturalmente, también los padres reciben algo de sus hijos, y los maestros, de sus alumnos, pero el desequilibrio no se elimina, solo se mitiga.

No obstante, también los padres en su tiempo fueron hijos, y los maestros, alumnos. Ellos logran llegar a una compensación traspasando a la siguiente generación aquello que ellos mismos recibieron de la anterior. Esta no aplica para padres y madres con sus hijos y los alumnos. Este desequilibrio solo se equilibra cuando los hijos se vuelven padres y dan a sus hijos y los alumnos pueden hacer lo mismo. Pero el desequilibrio no se elimina, solo se mitiga.

- **Agradecimiento.**

Una última posibilidad de alcanzar un equilibrio entre tomar y dar es el agradecimiento. Al dar las gracias no rehúyo del dar. Aun así, a veces es la única respuesta adecuada al tomar. El amor acompaña el tomar y el dar y le precede. En el tomar se expresa como gratitud. El que da las gracias reconoce: tú das, independientemente de si yo en algún momento podré pagártelo, y lo tomo de ti como un regalo. Y quien acepta el agradecimiento dice: tu amor y el reconocimiento de aquello que doy me valen más que todo lo demás que aún puedas hacer por mí (Hellinger, El amor del espíritu. Un estado del ser, 2009).

## **Culpa e inocencia.**

La culpa también existe en otros niveles. La culpa más pesada es que nuestra conducta ponga en peligro nuestra pertenencia a la familia de origen. Es decir, el miedo ante la exclusión.

# Culpa e Inocencia en Nuestras Relaciones

Dado que la sentimos con tanto peso, hacemos algo para recuperar la pertenencia y preservarla. Esa culpa tiene que ver con vinculación de origen. La conciencia vela para que no perdamos la pertenencia y cuando hacemos algo que la pone en peligro la conciencia reacciona y nos lleva a modificar nuestra conducta de manera que volvamos a tener el permiso de pertenecer. Cumple con una función social importante (Hellinger, El manantial no tiene que preguntar por el camino, 2008).

A veces el enfrentamiento necesario también se sustituye por el perdón, cuando este tan solo encubre y aplaza el conflicto en vez de solucionarlo. Especialmente grave es el perdón cuando la víctima le perdona la culpa al culpable como si tuviera el derecho de hacerlo. Para lograr una reconciliación verdadera, el inocente no solo tiene el derecho de exigir la reparación y la expiación, sino incluso tiene la obligación de hacerlo. Y el culpable no sólo tiene la obligación de llevar las consecuencias de sus actos, sino también tiene el derecho de hacerlo.

También existe el perdón bueno que respeta la dignidad del culpable, guardando al mismo tiempo la propia. Este perdón exige que la víctima no lleve sus exigencias hasta el último extremo, y que también acepte la recompensa y la expiación que el perpetrador le ofrezca. Sin este perdón bueno no hay reconciliación posible (Hellinger, 2003).

Los conocimientos fundamentales que han aportado las Constelaciones Familiares nos dicen que lo que nos guía es una conciencia que nos ata, una que nos niega o prohíbe determinadas percepciones, porque si la perdiésemos estaríamos en peligro de perder la pertenencia a nuestra familia, se dirige contra el movimiento que nos permite alcanzar a ver un todo mayor, más allá

# Culpa e Inocencia en Nuestras Relaciones

de los límites de la conciencia. Nos quiere impedir reconocer con los mismos derechos, en un nivel superior, las contradicciones o lo que se contrapone, como, por ejemplo, criminal y víctima, o este grupo y ese grupo, o esta religión y aquella religión. Pero eso solo puede hacerlo quien haya crecido más allá de los límites de su propia conciencia. Este es un logro personal específico. Y solo para quien lo ha alcanzado puede tener, al final, un efecto reconciliador.

En nuestras relaciones actúan órdenes que se manifiestan en las conciencias y en sus efectos. Quien conoce estos efectos puede superar los límites de la conciencia a través de la comprensión. Esta comprensión sabe donde las conciencias nos ciegan, libera donde las conciencias atan, frena donde las conciencias empujan, actúa donde las conciencias paralizan y ama donde las conciencias separan (Hellinger, 2003).

¿Y qué obtendremos al final? Que todas las personas sean reconocidas de igual valor. Que reconozcamos que no sólo existe un Dios de los así llamados buenos, sino que el mismo Dios también toma a su servicio, para sus objetivos, a todos los demás, también a los así llamados malos y a los criminales. En ese momento, todos los hombres serán hermanos ante algo Más Grande (Hellinger, El intercambio, 2007).

## *Referencia:*

*Hellinger, B. (2009). El amor del espíritu. Un estado del ser. Barcelona. Rigden institut gestalt*