



EL ENFOQUE DE LAS CONSTELACIONES FAMILIARES



[Escribir el nombre
de la compañía]

[Escribir la dirección
de la compañía]

PSICOLOGÍA CRIMINAL

[Escribir el número
de fax]

16/11/2010



EL ENFOQUE DE LAS CONSTELACIONES FAMILIARES

16 de noviembre de 2010



Indice:

Constelaciones familiares:	2
Constelando se puede	5
La conciencia familiar	6
Tres elementos básicos:.....	7
Los órdenes del amor.....	8
La red familiar, una familia en el más amplio sentido	11
Quien estuvo primero, tiene prioridad	11
El reconocimiento de los padres	12
El respeto ante los padres como fundamento de la propia identidad	12
Los órdenes en la adopción.....	13
Los órdenes en la relación de pareja	13
La conciencia como mecanismo regulador:	15
EL METODO DE TRABAJO	18
La Diferenciación de los Sentimientos	20



Constelaciones familiares:

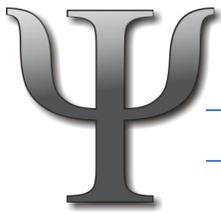
Se trata de una reciente técnica de investigación donde se profundiza intensamente en la fuente de problemas que afectan a la persona que consulta por ellos y participa en un taller grupal o sesión individual. Al igual que otras disciplinas terapéuticas, en “Constelaciones” hay una apuesta por desvelar, por poner a la luz. Este objetivo prima sobre el objetivo terapéutico, o mejor conlleva una propuesta en donde el reconocimiento de la “verdad” es prioritario o coincide con la noción de sanación o de cura en este tratamiento.

El padre de esta técnica es Bert Hellinger, un hombre con una intensa experiencia de vida, con un profundo humanismo, marcado por la religión primeramente a través del estudio de la Teología, el Psicoanálisis, y un largo etc de técnicas de intervención en psicoterapia.

La técnica de las “Constelaciones” se considera un abordaje fenomenológico en donde se trata de esclarecer una realidad con la ayuda de un grupo de personas que participan en la experiencia del taller. Desvelada la realidad oculta, se buscan “soluciones” que ayudan a la persona y sus grupos de referencia a ponerse en “orden”, de manera que el amor y el reconocimiento fluyan.

Hellinger descubre lo que llama los “órdenes del amor”. No se trata de una propuesta práctica de una determinada moral sino la constatación de que ciertas relaciones tienden a sostenerse bien y dar fuerza a la persona si se respetan estos órdenes. Entre ellos están: el derecho de los miembros de un grupo familiar a pertenecer al sistema familiar sea cual fueren las circunstancias; la fuerte influencia en el sistema familiar de la muerte de una persona joven; la fidelidad de los hijos hacia los padres (madre y padre) biológicos; el rango o jerarquía en base al orden de llegada al sistema (por ejemplo: el hermano mayor está por delante en la jerarquía sobre los pequeños, pero debe ayudar a éstos). Hay un “orden natural” que se encuentra en las relaciones. No podemos prescindir de este “orden” sin consecuencias, esto nos lo muestran las CF. Los efectos pueden ponerse de manifiesto varias generaciones después a través del descendiente más insospechado.

Lo más importante en el enfoque de las “Constelaciones Familiares”, al igual que en otras perspectivas, es la familia de origen, donde se producen los acontecimientos que estructuran un “sistema” (un “orden”) al que pertenecemos necesariamente. Pero aquí, la familia de origen se refiere no sólo al padre y la madre, sino que se remonta a través del árbol genealógico. El fundamento de los



EL ENFOQUE DE LAS CONSTELACIONES FAMILIARES

16 de noviembre de 2010



problemas (enfermedades, malestar, dificultades en las relaciones y con el trabajo) puede arrastrarse desde mucho tiempo atrás y manifestarse en un descendiente sin relación directa con esa fuente. En cierta medida, siempre es así, por cuanto que somos herederos y hacedores del mundo que vivimos.

Podemos restablecer este “orden” cuando está perdido o desordenado. Es lo que el terapeuta procura. Revelada la situación conflictiva, la fuente del problema, se propone una configuración, una imagen a través de los participantes que en una sesión toman el papel de las personas clave realizando una “constelación” al servicio del consultante. La “constelación” desvela primero y ofrece después una solución. El resultado es un apaciguamiento de las dolencias y dificultades en la vida mediante una sugerencia de “puesta al orden” de la estructura familiar en que se sostiene al consultante. Se produce una mejoría que afecta a todos los miembros de la familia o grupo social de referencia sobre la que se trabaja.

Todo esto no parece nuevo. Lo novedoso y espectacular de esta técnica es la capacidad para conectar los participantes, sin ningún tipo de entrenamiento previo, con una realidad de personas que no ha conocido y de las que no ha recibido información o apenas. Este el punto tal vez más fascinante del trabajo en las “Constelaciones Familiares”. Uno puede encontrarse allí percibiendo con notable nitidez los sentimientos de alguien que no conoció, ofreciéndolo al esclarecimiento de una estructura transgeneracional, en un trabajo que muy probablemente de dará también mucha luz sobre su propia situación.

Tratar de explicar cómo funciona y qué es lo que sucede en un taller de “Constelaciones” es desmerecerlo. Se trata de una experiencia que merece ser vivida. Cualquier relato tenderá a parecer exagerado, afectado, presuntuoso.

Son acontecimientos especialmente intensos, que suele haber en casi todas las familias, los que vienen a producir desajustes que se deben reparar: adopciones, divorcios, abortos, fallecimientos de niños o personas jóvenes, muertes violentas, crímenes (especialmente asesinatos), violaciones, estafas, suicidios, migraciones, relaciones anteriores de los padres, ...

CÓMO SE práctica Normalmente se desarrolla la práctica en grupo a través de la fórmula de “talleres”, aunque también se puede hacer en consultas individuales.

Cuando se trata de un taller, se reúne el grupo de personas que quieren asistir. Los asistentes tienen la opción de trabajar sobre un problema. Se trabaja consecutivamente con cada uno de los que lo solicitan y el coordinador considera.



EL ENFOQUE DE LAS CONSTELACIONES FAMILIARES

16 de noviembre de 2010



También se puede asistir al taller sin que se vaya a trabajar directamente sobre una problemática propia, aunque estos asistentes podrán participar en “constelaciones” de otros si son requeridos para ello. Igualmente, se puede asistir sin que ello requiera necesariamente participar en las “constelaciones”, lo que también resulta beneficioso. No se necesita ninguna experiencia previa.

El objetivo último de este trabajo es la sintonía de la persona con su propio destino.

Una Constelación Familiar es posiblemente una experiencia vivencial muy importante. Cada vez más psicólogos, psiquiatras y terapeutas en todo el mundo utilizan esta metodología con resultados evidentes.

Las Constelaciones sirven para identificar de una manera gráfica e inmediata muchos problemas y sus causas, mediante una imagen que también nos muestra las posibles soluciones, siendo una herramienta especialmente efectiva para la "resolución de conflictos" en cualquier relación interpersonal.

¿Qué imagen muestra una Constelación Familiar?

Una imagen del pasado de una persona (y su familia) hasta hoy.

La imagen interior que mantiene atada y atrapada a la persona.

La imagen que ha impregnado el alma de esa persona debido a la interrupción de un "movimiento energético", el cual, a un nivel psíquico, congeló el desarrollo emocional normal de ese ser humano.

¿En que se basa el modelo de las Constelaciones Familiares?

El lugar energético (psicológico) que ocupa un individuo en un grupo familiar, social o laboral condiciona y determina sus sentimientos y sus emociones. Por ello, solamente cuando el individuo ocupa el lugar que le corresponde, es posible desarrollar su proyecto de vida de una manera armoniosa y fructífera.

¿Qué solución brindan las Constelaciones?

En casi todas las familias, hay ciertos hechos que tienen un profundo impacto en todos sus miembros. Estos hechos afectan profundamente a las relaciones entre padres e hijos, hermanos, parejas,... y causan enfermedades y trastornos mentales graves.



EL ENFOQUE DE LAS CONSTELACIONES FAMILIARES

16 de noviembre de 2010



Al constelar su historia la persona tiene la oportunidad de liberarse de sufrimientos, culpas y obligaciones inconscientes que se transmiten de generación en generación, iniciando un proceso de profunda sanación psíquica y física.

Las Constelaciones son una oportunidad única para comprender los vínculos invisibles de la red familiar e iniciar un profundo cambio en las relaciones dentro de la familia.

En las constelaciones familiares, se muestran las soluciones que traen alivio y bienestar a los miembros de la familia, afectando de forma muy positiva no sólo a quien constela, sino también, de forma sorprendente y misteriosa, a miembros de la familia no presentes.

Para lograr armonía y felicidad que todo ser humano desea es necesario que cada miembro de la familia sea reconocido, y tenga su lugar de dignidad y respeto.

Constelando se puede

Solucionar conflictos con la pareja, los padres, los hijos, los hermanos y otros miembros de la red familiar (y también otros sistemas).

Comprender y aceptar la enfermedad en sus orígenes sistémicos como un primer paso hacia la posible sanación.

Aprender a aceptar la pareja tal como es, y mejorar la comunicación y la sexualidad.

Equilibrar los sistemas familiares, sociales u organizacionales, y comprender en profundidad lo que es la lealtad y cuándo es sana la rebeldía.

Enfrentarse con el miedo a la muerte y a las separaciones en general.

Clarificar y diferenciar las emociones y los sentimientos hacia otras personas.

Comprender que toda acción siempre tiene consecuencias.

Recuperar el equilibrio interior y adquirir un compromiso social acorde con los auténticos deseos.

Finalmente, alcanzar la paz y la felicidad que se necesita en la vida, pues estos son anhelos del alma.



EL ENFOQUE DE LAS CONSTELACIONES FAMILIARES

16 de noviembre de 2010



Desde que nacemos, cada uno de nosotros forma parte de una red familiar que comparte una conciencia común. Una especie de "alma familiar" que une a los miembros de la familia, velando por los derechos de todos, aunque sus miembros no sean conscientes de ello.

Cuando algún miembro de la familia tuvo una suerte especialmente trágica, o fue olvidado, excluido o menospreciado, en generaciones posteriores se desarrollan identificaciones e implicaciones sistémicas.

Esto quiere decir que un miembro posterior de la familia cargará "inconscientemente" con la obligación de "recordar" a aquellos que fueron apartados de la familia (expulsados, despreciados, olvidados,...), o sufrieron una suerte especialmente difícil y no han sido reconocidos y honrados.

El miembro olvidado deja un "espacio vacío" que es percibido por el resto de los miembros (aunque se trate de un abuelo o bisabuelo que nunca han conocido), como "me falta algo - nos falta algo", y algún miembro posterior se sentirá movido a "llenar" ese espacio vacío, identificándose inconscientemente con el "excluido" y repitiendo impulsivamente su suerte.

Otra forma de verlo sería que la "presencia energética" de ese "ser olvidado" permanece en la familia, como si fuera un fantasma, afectando trágicamente el destino de próximas generaciones, hasta que es reconocido e integrado en la "memoria familiar".

La conciencia familiar

La conciencia familiar se manifiesta como una sensación de bienestar o malestar que se respira en el ambiente familiar. Aunque sus miembros apenas pueden percibir sus raíces, su origen se puede vislumbrar en la historia oculta de la familia.

Para la conciencia individual es un proceso inconsciente, pero la fuerza de su impulso crea dinámicas que desbordan y modelan los comportamientos de los miembros del sistema familiar.

Las Constelaciones Familiares desvelan las dinámicas ocultas en el sistema familiar, ayudan a enfocar la situación, y permiten resolver relaciones conflictivas y otras implicaciones sistémicas.



EL ENFOQUE DE LAS CONSTELACIONES FAMILIARES

16 de noviembre de 2010



Desvelar el origen de las fuerzas que gobiernan la realidad del sistema familiar no solo fortalece las relaciones dentro de la familia sino que también trae paz y tranquilidad a sus miembros.

Tres elementos básicos:

Vínculo y pertenencia.

Equilibrio entre dar y tomar.

Orden.

Vínculo y pertenencia

De la misma forma que es vital respetar las leyes de la naturaleza y del universo, reconocer los órdenes que gobiernan las relaciones humanas es trascendental.

Todos los miembros de una familia tienen un sentido de pertenencia innato. Si algún miembro es excluido, aunque sea por un motivo aparentemente razonable, otro miembro de una generación posterior repetirá su suerte.

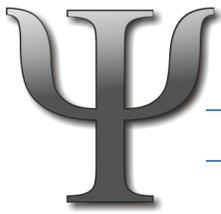
Ningún miembro de una familia puede ser apartado o marginado por ser alcohólico, drogadicto u homosexual, ni debido a su estatus económico, cultural o social, ni tampoco por sus creencias, su raza o su color.

Cuando alguien no es reconocido en su vínculo natural con la familia ni se respeta el lugar que le corresponde, toda la familia sufre las consecuencias, incluidos los miembros que no saben nada de lo ocurrido.

Las investigaciones realizadas por Bert Hellinger parecen confirmar que las personas que son apartadas de su familia, más adelante son “representadas” por otros miembros de la misma familia. Así, en generaciones posteriores, parecen repetirse las enfermedades, las adicciones, los suicidios, los accidentes,... Lo que Hellinger deduce de todo ello es que la conciencia familiar intenta compensar las injusticias sufridas por los miembros de las generaciones anteriores. Esta conciencia se encarga, por decirlo de alguna manera, de darles el lugar que les fue negado.

Equilibrio entre dar y tomar

Todo ser humano necesita encontrar un equilibrio entre dar y tomar (recibir), entre ganar y perder. Una relación tiende a romperse cuando la relación entre el dar y el



EL ENFOQUE DE LAS CONSTELACIONES FAMILIARES

16 de noviembre de 2010



tomar no está equilibrada. Si lo que se da no es compensado con lo que se recibe, surgirán problemas.

Cuando la relación no es proporcionada, es muy difícil soportar el desequilibrio. Por esta razón, no es conveniente dar mucho más de lo que el otro sea capaz de devolver, porque éste siempre se sentirá incómodo con la deuda. Cuando alguien no tiene posibilidad de conseguir un equilibrio proporcionado se generan conflictos que casi siempre conducen al fin de la relación.

Orden en la familia

Con frecuencia, se ocultan ciertos sucesos (suicidios, abortos voluntarios, viejos amores, crímenes, injusticias, etc.) para intentar alejarlos de la memoria familiar, pero esta queda impregnada energéticamente de estos sucesos y, al no encontrar donde ubicarlos o situarlos, se produce un desconcierto generalizado en la familia.

Debido a ello, los padres o los hijos asumen papeles que no les corresponden: el hijo hace de padre, el hermano mediano de primogénito, el abuelo de padre del nieto, etc.

Este desconcierto se convierte en un continuo desasosiego cuando además no se respeta ni se honra a uno de los padres, excluyéndolo, marginándolo o negándole el lugar que le corresponde (también afecta cuando no se respeta el lugar que debe ocupar una pareja anterior del padre o de la madre).

En muchas ocasiones, como consecuencia de este desajuste energético/vivencial, los hijos son quienes se ven obligados a dar y los padres los que reciben, cuando en realidad los hijos únicamente tienen la obligación de amar, honrar y respetar a sus padres. Todo lo demás debería de nacer del amor que sienten hacia ellos y no como una obligación.

Reconocer estos órdenes que gobiernan las relaciones familiares, permite restablecer el equilibrio y el orden natural en la propia vida.

Los órdenes del amor

Para Hellinger creador de la terapia de Constelaciones Familiares, un orden impuesto desde afuera permanece en la superficie, mientras que un orden que emana del interior también actúa en lo profundo.



EL ENFOQUE DE LAS CONSTELACIONES FAMILIARES

16 de noviembre de 2010



Los Ordenes del Amor como leyes que rigen la conciencia o alma familiar para el creador de las Constelaciones Familiares, se manifiestan o presentan de la siguiente manera:

En primer lugar, los Ordenes del Amor entre padres e hijos comprende que los padres den y los hijos tomen. Los padres dan a sus hijos aquello que antes tomaron de sus propios padres. Los hijos en primer lugar toman a sus padres como padres y en segundo lugar todo aquello que los padres le dan de mas.

A cambio los hijos más tarde, pasan a otros aquello que de sus padres recibieron, sobre todo a sus propios hijos.

De manera sencilla esta ley establece la honra que el hijo(os) debe a los padres, pues de ellos le vino la vida, al honrarlos pueden tomar conciencia de la importancia de la misma y cómo usarla de manera digna, útil y abundante y a su vez cumplir con la ley de traspasarla a sus descendientes.

Cuando una persona, hombre o mujer, no cumple con esta condición de traspasar lo que recibió (no tiene hijos) generalmente la manera de establecer el equilibrio es trabajando en una actividad creativa, como el caso de los artistas con sus composiciones propias, infunden vida a lo creado y así cumplen con la ley (sus obras son sus hijos)

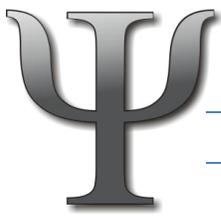
También en hermanos se manifiesta; quien estuvo primero tiene que dar al posterior y por su jerarquía también se le debe honra (ejemplo: el hijo menor que se dedica a ayudar al mayor y con ello sacrifica su identidad y su realización personal, está alterando el orden)

Los órdenes del amor difieren en las relaciones de pareja. Es necesario el reconocimiento de parejas anteriores, es uno de los principios para caminar libre de deuda en una nueva relación.

Los hijos de una anterior pareja fueron primero que la nueva pareja, con lo cual se debe honrar la presencia y llegada de ellos en jerarquía.

De estas distintas maneras puede verse la importancia de mantener los ordenes del amor en la relación. Quien llegó primero tiene mayor jerarquía.

También la pertenencia es parte de estos órdenes, todo el que llega a una familia pertenece. El sistema no acepta espacios vacíos.



EL ENFOQUE DE LAS CONSTELACIONES FAMILIARES

16 de noviembre de 2010



El alma no tiene exigencias socio-políticas. Si no hay orden el alma sufre y así lo expresa.

"Así como el oído difícilmente se habitúa a las disonancias, por mucho que se expliquen. Así nuestra alma difícilmente se hace a un amor sin orden" **Bert Hellinger**

Conrad Ferdinand Meyer describe este movimiento de arriba hacia abajo en su poema *La Fuente Romana*:

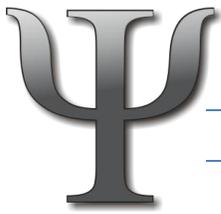
"Un surtidor se alza para colmar, cayendo, el mármol de la concha que, a su vez, se vela, rebosa e inunda el seno de otra cavidad. De tanta riqueza entrega a la tercera su caudal y cada una toma y da al mismo tiempo"

Los órdenes del amor entre padres e hijos y entre hermanos comprende que todo el que tome honre el don recibido y al dador del que lo tomó. Quién de esta manera toma, acerca el don recibido a la luz, hasta que brille y aunque también de sus manos sigue fluyendo hacia abajo, su resplandor recae en el dador, como si, para volver a la imagen de la fuente romana, la concha inferior, en sus aguas que de arriba recibió, le reflejara a la superficie el caudal que encima de ella fluye y mas allá todavía el cielo.

En Terapia Familiar Sistémica, la trama relacional entre los diversos miembros de la familia ocupa un papel destacado. El comportamiento de un miembro de la familia condiciona la reacción del otro, y dependiendo del punto de partida de nuestra observación, podremos describir diferentes sucesos y procesos. Un problema de conducta desorganiza a todo el sistema, y el trabajo terapéutico consiste en encontrar conductas que permitan eliminar el problema.

En el trabajo terapéutico de Bert Hellinger los problemas cotidianos no tienen ninguna importancia. Su enfoque se centra en el sistema familiar en conjunto. Incluso se muestra convencido de que muchos comportamientos y sentimientos no se explican por la actual situación vital de una persona, sino que se remontan a determinados sucesos en su familia de origen.

Bert Hellinger, nacido en Alemania en 1925, estuvo trabajando durante 16 años como misionero de una orden católica en Sudáfrica. Más tarde se hizo psicoanalista y, a través de la Dinámica de Grupo, la Terapia Primaria, el Análisis Transaccional y diversos métodos de Hipnoterapia, llegó a desarrollar su propia terapia sistémica y familiar. Durante los años 80, logró conocer las leyes según las



cuales se desarrollan identificaciones e implicaciones trágicas entre los miembros de una familia. Partiendo de esta base, pudo crear procedimientos novedosos para la solución de tales dinámicas. Enfocando directamente en la solución, su trabajo constituye uno de los instrumentos terapéuticos más eficaces para reorientar y sanar las relaciones en el seno de la familia.

Hoy en día, sus métodos revisten una importancia cada vez mayor, tanto en el ámbito germano parlante, donde sus libros y vídeos se han convertido en auténticos best sellers, como también en el resto de Europa, Estados Unidos, Latinoamérica y en Asia, donde ya fue invitado repetidas veces a presentar su enfoque terapéutico. Antes de describir más detalladamente este abordaje, quisiera explicar algunas características fundamentales de su visión sistémica:

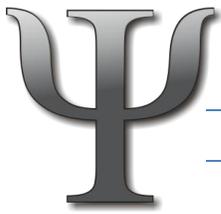
La red familiar, una familia en el más amplio sentido

Cuando Hellinger habla de "familia", se refiere a más que aquello que nosotros solemos definir como tal. Para subrayar este concepto más extenso, Hellinger utiliza la expresión de "red familiar". Una red familiar es más que la familia; a ella pertenecen: los hijos y sus hermanos, los padres y sus hermanos, los abuelos de ambas partes, a veces, alguno de los bisabuelos, y todos aquéllos que hicieron sitio para otros en el sistema, por ejemplo, un primer marido o una primera mujer (también relaciones comparables a un matrimonio, incluso si los compañeros posteriormente se separaron), o cuando alguien tiene un hijo con otro miembro de la red familiar. Todo miembro de esta red familiar tiene el mismo derecho de formar parte, y nadie puede negarle su lugar.

Ahora bien, cuando a una de estas personas se le niega la pertenencia (por ejemplo, no aceptando a un hijo ilegítimo o difamando a un tío que no correspondía a las normas de la familia) y, en consecuencia, otro miembro de la familia ocupa su lugar, este hecho hiere el orden y provoca un trastorno en el sistema. Frecuentemente, las consecuencias no se manifiestan hasta mucho más tarde, cuando, en generaciones posteriores, alguien, sin saberlo, imita la suerte de la persona excluida.

Quien estuvo primero, tiene prioridad

"El ser se califica por el tiempo." Eso significa que existe un orden jerárquico en la familia que se define por el tiempo: primero van los padres, después, la fila de los hijos; el primogénito ocupa un lugar anterior a los demás hermanos, y un segundogénito siempre será un segundogénito, aunque su hermano mayor haya muerto. En relación al dar y al tomar entre padres e hijos, esto significa: los padres



les dan la vida a los hijos. Son ellos los que les dan a los hijos. Por otra parte, significa que los hijos no pueden darles nada equivalente a los padres. A veces, un hijo intenta darle a uno de los padres algo que éste no recibe de su pareja. No obstante, no le corresponde al hijo ocupar ese lugar, por lo que en algún momento reaccionará sintiéndose desbordado o cayendo enfermo. Así, un hijo no puede sustituir al padre cuando la madre vive y lo educa sola, de la misma manera que un hermano mayor no puede sustituir a los padres para un hermano menor. Cuando los padres se dirigen a sus hijos con exigencias o expectativas que no corresponden a la relación, este hecho equivale a una inversión de la situación con consecuencias negativas para el sistema entero.

El reconocimiento de los padres

En todo caso, es importante que los hijos reconozcan a sus padres. "Honrando a los padres, algo se arregla en las profundidades del alma", dice Hellinger y describe que no les corresponde a los hijos juzgar a sus padres, ya que el hecho de convertirse en padre o madre no depende de cualidades morales, sino de un acto determinado, establecido de antemano e independiente de características morales. "Los padres merecen el reconocimiento como padres por la consumación de un acto, y sólo por esta consumación." Aquí, por tanto, no hay lugar para juicios morales; desde este punto de vista, no hay padres buenos o malos. Los padres les dan a los hijos la vida, el bien supremo, y es esto lo que los hijos deben agradecer.

El respeto ante los padres como fundamento de la propia identidad

Este enfoque naturalmente es provocativo. ¿Cómo podrá un hijo respetar a sus padres cuando éstos abusaron de él, lo maltrataron o lo dieron? Aquí, la atención se centrará en no confundir los niveles. Cuando se trata de que una persona, en su desarrollo, llegue a estar "completo", es imprescindible integrar interiormente a ambos padres. Una persona sólo puede encontrar su identidad estando en paz con ambos padres. "Cuando se excluye a uno de los padres, el hijo sólo está a medias, sintiendo el vacío y la falta, lo cual es la base de la depresión. La depresión se sana integrando al padre o a la madre excluidos, dándole su lugar y su dignidad."

Muchas veces, las personas sienten el miedo de hacerse como sus padres, pero este rechazo de determinadas características de los padres únicamente los lleva a rechazarse también a ellos mismos. El tomar e integrar al padre y a la madre es un proceso independiente de sus cualidades y de sus actos posteriores, "es un proceso curativo".



Los órdenes en la adopción

En lo que se refiere a adopciones, Hellinger ha llegado a diversas comprensiones que, a primera vista, pueden parecer osadas, pero finalmente sí resultan claras y hasta beneficiosas. Primeramente dice que los padres carnales siempre son los mejores padres que un niño puede tener. Si los padres no están disponibles para criar y educar a los hijos, por orden jerárquico les toca a los abuelos. Cuando tampoco hay abuelos, ni otros familiares más cercanos, la adopción es justificada. Un padre que repudia o no admite al hijo, ha perdido el derecho al hijo. Aún así, los padres adoptivos nunca deben sentirse como los padres mejores. Si no respetan y valoran a los padres carnales del niño, más tarde, el hijo adoptivo se enfrentará con los padres adoptivos. De esta manera se muestra la profunda fidelidad de los hijos con sus padres, aunque fueran repudiados o no pudieran criarse con ellos.

Interiormente, cada uno es fiel a sus padres. La fidelidad es muy fuerte en una familia, especialmente hacia los padres, aunque no la sintamos conscientemente, y puede manifestarse de diferentes maneras. En el caso de un hombre joven, la fidelidad hacia su padre se mostraba en el hecho de que no lograba ningún éxito económico, porque inconscientemente no quería contradecirle a su padre que estaba convencido de que su hijo fracasaría.

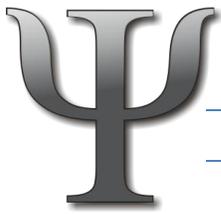
En la pubertad, muchos hijos no se emancipan de sus padres porque temen que éstos se separen cuando ellos inicien su propia vida. Así, prefieren quedarse, caer enfermos o desarrollar conflictos psíquicos. Muchas chicas se vuelven anoréxicas, así pueden seguir siendo niñas.

La fidelidad también se hace palpable en la manera en que los miembros de una familia defienden a la familia en caso de un ataque exterior.

En el trabajo con descendientes de víctimas y perpetradores del Holocausto, se muestra otra forma de fidelidad: los supervivientes quieren seguirles a los muertos, por lealtad. El hecho de que ellos estén con vida les parece una injusticia que intentan compensar.

Los órdenes en la relación de pareja

En el caso de un matrimonio, la jerarquía es la siguiente: la primera mujer, o el primer marido, en la jerarquía tienen prioridad ante un segundo cónyuge. En este caso no tiene ninguna importancia si el matrimonio se contrajo oficialmente o no. Un segundo matrimonio puede lograrse cuando cada uno de los cónyuges respeta



EL ENFOQUE DE LAS CONSTELACIONES FAMILIARES

16 de noviembre de 2010



al compañero anterior. Donde no se da este respeto, es decir, donde la mujer o el marido anteriores son despreciados o excluidos, las consecuencias pueden afectar a los hijos del matrimonio posterior. Frecuentemente, un hijo se identifica con una pareja menospreciada, mostrando síntomas de rechazo hacia la madre o el padre.

Pero también puede ocurrir como en el cuento de "La Bella Durmiente": la treceava hada, la mala, que no fue invitada, es la primera mujer del rey. Ella no fue reconocida como tal, por lo que tiene que vengarse mediante un hechizo sobre la niña. Hellinger señala que en muchas familias con una problemática de este tipo, el hijo desarrolla una neurodermitis. Una solución sería que tanto el marido como la segunda mujer reconocieran a la primera esposa y le pidieran su bendición para su hijo.

¿Cuál es el orden en el segundo matrimonio? Una cuestión fundamental es cuál es el orden cuando ambos cónyuges ya tuvieron una relación anterior de la que nacieron hijos. En este caso, el amor al propio hijo de la relación anterior tiene prioridad sobre el amor a la pareja. Hellinger dice que esto no puede entenderse como un dogma, pero que muchos trastornos en relaciones radican en los celos de uno de los compañeros hacia los hijos. Cuando se reconoce el orden, la relación puede lograrse.

Las relaciones pueden disolverse; el vínculo, no. En este contexto surge la pregunta de si una relación puede ser disuelta, y de qué manera se realiza este paso. Hellinger afirma que bien es posible terminar una relación, pero no el vínculo que esta relación conlleva. En el caso de un matrimonio con hijos, esto significa que los padres siempre seguirán unidos como tales. Pero también las relaciones sin hijos conservan su vínculo.

Los órdenes no son dogmáticos. Según Hellinger, los órdenes siempre están presentes, independientemente del comportamiento de una persona. Son inamovibles, pero es imposible abarcarlos por completo. Es posible observar las leyes, pero el resultado será diferente en cada caso. El secreto de estas leyes se fundamenta en que es posible intuirlos, pero no, determinarlos. Permiten muchos resultados diferentes. La forma en que se plasman estos órdenes, es decir, cuáles son las consecuencias de qué sucesos, puede verse en el trabajo con constelaciones familiares.



EL ENFOQUE DE LAS CONSTELACIONES FAMILIARES

16 de noviembre de 2010



Las cuatro dinámicas fundamentales El proceder de Bert Hellinger no se trata de una técnica, sino de un acercamiento respetuoso del cliente a una profunda comprensión de los órdenes del amor en su familia. A continuación, siguen diversos pasos necesarios para restablecer los órdenes, y finalmente, la configuración de una imagen de solución que el cliente asimila en su interior.

En la mayoría de los casos se pregunta por cuatro dinámicas fundamentales:

¿Hubo alguien en la familia que murió pronto?

¿Existen enfermedades en la familia?

¿Se le negó la pertenencia a un miembro de la familia?

¿Alguien en la familia contrajo una culpa?

La muerte temprana de uno de los padres constituye una experiencia traumática porque interrumpe el movimiento amoroso del hijo hacia los padres. En consecuencia, es posible que el hijo quiera seguirles a los padres para unirse a ellos en la muerte.

En el caso de miembros de la familia enfermos puede tratarse de una identificación por la que un miembro de la familia sano dice: "Mejor que sea yo que tú".

Cuando a un miembro de la familia se le negó la pertenencia, por ejemplo, a un hijo ilegítimo o a una pareja anterior, otra persona en la generación siguiente puede reproducir estos sentimientos de rechazo y la reacción correspondiente. En el caso de la culpa que alguien contrajo, es posible que un posterior miembro de la familia pretenda expiar esta culpa.

El procedimiento Una persona que quiera configurar una constelación en relación a una cuestión determinada, primeramente refiere su intención. A continuación, de entre los presentes elige a representantes para los miembros de su sistema familiar, incluyendo a alguien para ella misma / él mismo.

La conciencia como mecanismo regulador:

La conciencia del hombre está compuesta por todo aquello que él conoce con lo que ha estado en contacto a través de las experiencias adquiridas durante su vida. El mundo externo divide la conciencia en: Subconciencia, donde están obtenidas



EL ENFOQUE DE LAS CONSTELACIONES FAMILIARES

16 de noviembre de 2010



todas las experiencias del pasado, las cuales yacen profundamente enterradas influyendo dentro de su naturaleza; la Conciencia, que comprende las experiencias del presente, y la Superconciencia, o desenvolvimiento superior, por cuya adquisición el hombre está luchando. La conciencia es propiedad única de cada corriente de vida individual, y es la única actividad que no puede ser robada o destruida. Por lo tanto, aquello que el hombre construye en su conciencia mediante la contemplación y esfuerzo, le pertenece para toda la eternidad. Por eso hay un axioma metafísico que dice "Lo que le pertenece por derecho de conciencia no puede serle quitado".

Durante su vida, el hombre posee tres distintos tipos de conciencia:

- 1) La Conciencia Individual, que es el conocimiento o conciencia de existir y de ser un toco de Luz inteligente; con poder para hacer uso de sus energías, sus facultades y su libre albedrío, con el cual debe crear y dirigir un plan de vida individual.
- 2) La Conciencia de Masas, en la cual todo pensamiento y sentimiento, toda virtud y vicio emanado contribuye a reforzar en esa "conciencia grupal" tal o cual cualidad en particular.
- 3) La Conciencia del Ascendido maestro, en la cual la autoconsciente inteligencia del individuo usa de las facultades creativas de pensamiento, sentimiento y la palabra hablada para crear, por voluntad propia y consciente, solamente aquello que es perfecto, cuando desee o se proponga crear algo.

La puesta en marcha de las Constelaciones Familiares es sencilla. Así la describen Patrice Van Eersel y Catherine Maillard en su libro Mis antepasados duelen (Ed. Obelisco): "Usted escoge varias personas para que representen cada uno de los miembros de su familia (o de su empresa o comunidad). Sin decirles nada, coloque a esas personas como le plazca, de pie, con los brazos colgando, dentro del círculo... Siempre actúa por sensaciones, bajo un estado semisonámbulo, sin pensar en nada, solo vigilando lo que sucede en su interior. Después, se sienta y escucha al psicoterapeuta constelador interrogar a cada una de las personas de la constelación. Aunque parezca una locura, esas personas empiezan a responder a las preguntas relacionadas con usted, su situación, su vida, su árbol genealógico".

Las Constelaciones Familiares se basan en dos principios fundamentales: el orden y el amor. Según Bert Hellinger, el amor entre las personas de una misma red sólo



EL ENFOQUE DE LAS CONSTELACIONES FAMILIARES

16 de noviembre de 2010



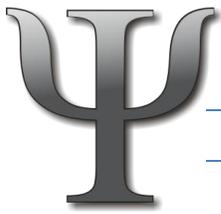
puede influir como un río, es decir, de arriba abajo. Nuestra energía nunca debe orientarse hacia el pasado o hacia los anteriores, sino hacia nuestra propia vida y hacia nuestros descendientes. Los mayores siempre deben responsabilizarse de los pequeños. Si esta jerarquía se rompe, surgen el dolor y la desdicha. "Cuando el amor hacia un familiar que sufre o ha desaparecido nos lleva a romper el orden, a expiar sus culpas o hacer sacrificios, estamos ante un amor infantil que sólo conlleva infelicidad. Estas dinámicas pueden romperse a través de las Constelaciones para convertir este amor ciego en " un amor que mira". Cuando por ejemplo un hijo mira a sus padres a la cara ya no puede desear morir o sufrir por ellos, por que percibe en ellos el deseo de que sea feliz. Cuesta disfrutar por que otros seres amados no pudieron o no pueden hacerlo. Esta dinámica se transmite de generación en generación: los hijos reproducen la actitud de sus padres", precisa Garriga

Pero, ¿cómo curan las Constelaciones Familiares? "Curan al restablecer el orden y el amor entre todos los seres de una misma familia. A través de la constelación se pregunta qué personas excluidas del grupo deben reintegrarse en él para que cada miembro ocupe su lugar siendo reconocido y respetado. Los excluidos proyectan siempre su sombra sobre alguien impidiéndole vivir su propio destino. La constelación permite manejar esto que estaba oculto y que cada uno vuelva, acepte su lugar y lo que ha pasado. Aceptar la realidad cura, nos permite ganar fuerza y energía" contesta Garriga.

A través de las constelaciones se resuelven trastornos de salud originados por un deseo inconsciente de muerte, conflictos familiares y problemas de pareja. Este método permite entender la naturaleza sistémica de las relaciones y descubrir el potencial creador de nuestra red familiar. También es útil en sistemas no familiares, como empresas.

"Nos guste o no hay una realidad invisible que compartimos. Para conquistar el bienestar hay que hacer un espacio a todas las partes que nos componen porque cada persona es el final de una pirámide de muchos seres humanos que han sido indispensables para su existencia", asegura Garriga.

Es la metodología fenomenológica y sistémica creada por Bert Hellinger, psicoterapeuta alemán, que ha enriquecido el panorama terapéutico a partir de las comprensiones de las Ordenes del Amor y los Movimientos del Alma. En el trabajo de Constelaciones se logra, en un tiempo breve, comprensiones muy claras



EL ENFOQUE DE LAS CONSTELACIONES FAMILIARES

16 de noviembre de 2010



acerca de las dinámicas e implicaciones familiares que mantienen los problemas y, a menudo, se desarrollan importantes movimientos de solución.

Desde el momento de nacer, cada uno de nosotros forma parte de una red familiar. Una consciencia común -también podríamos llamarla alma familiar- une a todos los miembros de una familia, velando por los derechos de cada uno. Así, pues, donde algún miembro del sistema tuvo una suerte especialmente trágica o fue olvidado, excluido o menospreciado, en generaciones posteriores se desarrollan identificaciones e implicaciones sistémicas. Es decir, un miembro posterior de una familia, muchas veces sin saberlo, se ocupará de "recordar" a quienes fueron apartados del consciente familiar.

Tales implicaciones pueden manifestarse en la persona afectada a través de trastornos psíquicos o enfermedades físicas, pero también, en la dificultad de encontrar pareja, en comportamientos conflictivos o en la incapacidad de desarrollar una actividad profesional satisfactoria.

El trabajo con Constelaciones es un método sumamente eficaz para descubrir y resolver las ataduras fatales y convertir en amor fructífero lo que hasta ahora era destructivo, en consciente, lo inconsciente.

EL METODO DE TRABAJO

El procedimiento de trabajo en sí es sencillo: el cliente elige, guiándose por su intuición, a representantes para las personas que integran su sistema familiar, actual o de origen, incluyendo a un representante para sí mismo. A continuación coloca y relaciona a estos representantes en un espacio abierto. A partir de esa imagen exteriorizada y basándose en los sentimientos expresados por los representantes, el coordinador acompaña al cliente a través de un proceso de reconocimiento de su propia realidad familiar.

El objetivo de una Constelación nunca es el de manipular los hechos, sino mirar cara a cara lo que es real. A partir de ahí, y sirviéndose también de frases curativas y/o expresiones corporales, el coordinador va guiando la imagen configurada hacia una Constelación final, en concordancia con los Ordenes del Amor que rigen nuestras relaciones.

Viviendo este proceso de transformación e interiorizando la nueva imagen, el cliente encuentra el camino a la reconciliación con el propio destino, a la aceptación del propio lugar en el sistema, a la expresión de un amor auténtico y consciente hacia todos los miembros de la familia.



EL ENFOQUE DE LAS CONSTELACIONES FAMILIARES

16 de noviembre de 2010



Bert Hellinger, filósofo, teólogo y misionero en África durante más de 15 años, creó el método terapéutico de las Constelaciones Familiares a finales de los años ochenta tras especializarse en dinámicas de grupo, psicoanálisis, PNL y Gestalt. Aunque ya la psicoterapeuta Virginia Satir había hablado de la escultura familiar como una ayuda para resolver ciertos conflictos relacionados con los padres y comprender qué lugar ocupa cada individuo dentro de una estructura o grupo, Hellinger descubrió que bastaba colocar a las personas en un espacio para que éstas pudieran percibir las vivencias de los individuos que representaban sin saber nada de la vida de éstos. "Esto puede sonar un tanto metafísico pero el fenómeno ha sido explicado científicamente por el biólogo Rupert Sheldrake mediante los campos morfogenéticos. Entre todas las personas de la humanidad existe una conexión global y Hellinger comprobó que dentro de una constelación familiar los que interpretaban el papel de otro eran invadidos por todo tipo de sentimientos que correspondían a quien representaban. Así se revelaban las dinámicas inconscientes que perpetúan los problemas de una familia de generación en generación y se podía ayudar a romperlas orientando a las personas hacia la vida y la salud", explica Joan Garriga del Instituto Gestalt, presidente de la asociación Bert Hellinger y gran especialista en terapia.

La puesta en marcha de las Constelaciones Familiares es sencilla. Así la describen Patrice Van Eersel y Catherine Maillard en su libro *Mis antepasados duelen* (Ed. Obelisco): "Usted escoge varias personas para que representen cada uno de los miembros de su familia (o de su empresa o comunidad). Sin decirles nada, coloque a esas personas como le plazca, de pie, con los brazos colgando, dentro del círculo... Siempre actúa por sensaciones, bajo un estado semisonámbulo, sin pensar en nada, solo vigilando lo que sucede en su interior. Después, se sienta y escucha al psicoterapeuta constelador interrogar a cada una de las personas de la constelación. Aunque parezca una locura, esas personas empiezan a responder a las preguntas relacionadas con usted, su situación, su vida, su árbol genealógico".

Las Constelaciones Familiares se basan en dos principios fundamentales: el orden y el amor. Según Bert Hellinger, el amor entre las personas de una misma red sólo puede influir como un río, es decir, de arriba abajo. Nuestra energía nunca debe orientarse hacia el pasado o hacia los anteriores, sino hacia nuestra propia vida y hacia nuestros descendientes. Los mayores siempre deben responsabilizarse de los pequeños. Si esta jerarquía se rompe, surgen el dolor y la desdicha. "Cuando el amor hacia un familiar que sufre o ha desaparecido nos lleva a romper el orden,



a expiar sus culpas o hacer sacrificios, estamos ante un amor infantil que sólo conlleva infelicidad. Estas dinámicas pueden romperse a través de las Constelaciones para convertir este amor ciego en "un amor que mira". Cuando por ejemplo un hijo mira a sus padres a la cara ya no puede desear morir o sufrir por ellos, por que percibe en ellos el deseo de que sea feliz. Cuesta disfrutar por que otros seres amados no pudieron o no pueden hacerlo. Esta dinámica se transmite de generación en generación: los hijos reproducen la actitud de sus padres", precisa Garriga

Pero, ¿cómo curan las Constelaciones Familiares? "Curan al restablecer el orden y el amor entre todos los seres de una misma familia. A través de la constelación se pregunta qué personas excluidas del grupo deben reintegrarse en él para que cada miembro ocupe su lugar siendo reconocido y respetado. Los excluidos proyectan siempre su sombra sobre alguien impidiéndole vivir su propio destino. La constelación permite manejar esto que estaba oculto y que cada uno vuelva, acepte su lugar y lo que ha pasado. Aceptar la realidad cura, nos permite ganar fuerza y energía" contesta Garriga.

A través de las constelaciones se resuelven trastornos de salud originados por un deseo inconsciente de muerte, conflictos familiares y problemas de pareja. Este método permite entender la naturaleza sistémica de las relaciones y descubrir el potencial creador de nuestra red familiar. También es útil en sistemas no familiares, como empresas.

"Nos guste o no hay una realidad invisible que compartimos. Para conquistar el bienestar hay que hacer un espacio a todas las partes que nos componen porque cada persona es el final de una pirámide de muchos seres humanos que han sido indispensables para su existencia", asegura Garriga.

La Diferenciación de los Sentimientos

4 tipos de sentimientos:

El primer tipo es el sentimiento primario, es decir un sentimiento que deriva de la situación inmediata y que corresponde a la situación. Cuando la madre muere y el hijo es arrasado por el dolor y llora y solloza, entonces eso es un sentimiento primario. Corresponde a esa situación. Los sentimientos primarios a menudo son muy intensos, pero duran poco. Ni bien uno se entrega a ellos, pasan pronto. Además, los sentimientos primarios son despiertos y están orientados hacia



EL ENFOQUE DE LAS CONSTELACIONES FAMILIARES

16 de noviembre de 2010



afuera. Por ejemplo, en este caso el niño llora con los ojos abiertos. Mira a la madre muerta y solloza con los ojos abiertos.

Cuando una persona cierra los ojos se encuentra en un sentimiento diferente, en general. Eso entonces es un sentimiento secundario. El sentimiento secundario es un reemplazo de la intensidad del sentimiento primario. Y, también, a los sentimientos secundarios se los disfruta. Uno se aferra a ellos porque sirve como defensa para no actuar. Por esa razón un terapeuta nunca debe prestar atención a un sentimiento secundario. Ni bien se presta a ese sentimiento, el cliente le demuestra que no lo puede ayudar. Por que el sentimiento secundario busca evitar la acción. Yo recién trabajaría con el una vez que haya abandonado el sentimiento secundario y regrese al sentimiento primario. Los sentimientos primarios obedecen a una conducción interna. Por lo tanto la persona que se encuentra en un sentimiento primario jamás puede pasar vergüenza. Los demás comparten los sentimientos primarios. Ese compartir el sentimiento primario también nos hace fuertes a nosotros. A pesar de estar junto con el otro cuando compartimos el sentimiento, éste no nos quita nada.

A la inversa, cuando nos enfrentamos con sentimientos secundarios nos sentimos desvalidos, incluso fastidiados. Nos sentimos usados. Mediante los sentimientos secundarios una persona busca llamar la atención. Mediante un sentimiento primario no hay nadie que atraiga la atención sobre sí mismo. A través del sentimiento primario nos sentimos inmersos en una situación en la que compartimos el sentimiento, pero en la que, no obstante, permanecemos en nosotros. En el caso de los sentimientos secundarios es a la inversa. Por eso en el caso de un sentimiento secundario se debe seguir la premisa: no intervenir bajo ningún concepto. El criterio principal para reconocer los sentimientos secundarios son los ojos cerrados.

El sentimiento secundario sigue una imagen interior, no sigue a la realidad. Dado que extrae su fuerza de una imagen interna es necesario cerrar los ojos.

Luego existe un tercer tipo de sentimientos que son los sentimientos adoptados, los sentimientos ajenos, por ejemplo los que provienen de una identificación. Eso lo vemos muy a menudo en las constelaciones familiares. La persona queda liberada cuando se manifiesta de quien o para quien ha adoptado ese sentimiento. Detrás del sentimiento adoptado muchas veces actúa el amor primario. Pero recién es posible llegar a él una vez anulada la identificación. La identificación impide que yo vea a la persona con la que estoy identificada. No puede aparecer



EL ENFOQUE DE LAS CONSTELACIONES FAMILIARES

16 de noviembre de 2010



como alguien que yo pueda encarar, ya que a través de la identificación yo soy como ella. Si yo estuviera identificado con un hermano de mi padre, yo estaría sintiendo igual que él, no podría verlo porque en la identificación yo soy como él. Pero cuando él se coloca frente a mí yo lo puedo mirar, respetar y amar, así se anula la identificación.

Al cuarto tipo de sentimientos los llamo meta-sentimientos o sentimientos del ser. Son sentimientos de un orden superior. En realidad son sentimientos sin emociones. Son fuerza pura para la acción. Cuando una persona se ve confrontada con situaciones que la conmueven pasa a ese meta nivel. En ese caso, por un lado da la sensación de carecer de sentimientos, pero está completamente centrada. Aquí se no es presentan destinos que calan tan profundo que nos arrastran en todo concepto, como sentimiento compartido, también como recuerdo. Eso en realidad es natural. Eso es humano y es humilde y es bueno.

Las meta-sentimiento tienen una calidad de ligereza. No hay nada pesado, nada dramático. Son completamente sencillos. Uno logra llegar allí cuando uno se libera de las propias implicaciones. En constelaciones familiares es posible averiguar cómo liberarse de ellas.