

El arte del buen amor en las familias. Las Constelaciones Familiares.

Joan Garriga

Noviembre 2013

En tiempos en los que las coordenadas sociales y religiosas no definen claramente como debemos vivir, nos sentimos más libres, y por tanto podemos escribir el guión de nuestros pasos con la pluma soberana, pero también inestable, de nuestra propia mano. Gozamos de muchas opciones pero esto también nos causa mayor inseguridad. Ante este panorama, somos muchos los que buscamos alforjas, mentores, apoyos, vislumbres y, en fin, sabiduría para encarar las angustias e incertidumbres del vivir y, con suerte, acertar en el blanco de nuestra realización personal y de una vida que nos sea digna de ser vivida. Puesto que no elegimos las cartas que nos tocan, sí podremos al menos jugarlas a nuestra creativa manera.

Es en este contexto donde encuentran espacio y sentido las terapias y enfoques profesionales de ayuda, métodos de asesoramiento filosófico o existencial capaces de reconectarnos con un centro interior, a menudo olvidado por la espesura de nuestra cotidianidad. Es decir, técnicas que satisfacen la necesidad de sentirnos centrados, congruentes, reales, dignos, respetuosos con nosotros y con los demás y con la vida, orientados y con sentido, en lugar de perdidos en la velocidad y lo volátil de la modernidad, con su sequedad afectiva. Son técnicas también eficaces a la hora de desmadejar las enredadas tramas de nuestros afectos —el nudo gordiano de nuestras vidas— para que nos volvamos más alegres, más amorosos, más humanos y más íntegros, lo que no significa volvernos más débiles. Nietzsche, que fue un gran defensor de lo dionisiaco, habló de liberarnos del estadio del camello, con su joroba llena de obligaciones impuestas por valores ajenos, ya sean sociales o familiares, para pasar al estadio del león, en el cual podemos comenzar a hablar con nuestra verdadera voz y afirmar nuestra genuina voluntad, para desembocar luego en el bienaventurado estadio de niños, en el que recuperamos por fin la inocencia y la dulzura del corazón, y nos reencontramos con el placer de cooperar —nuestro verdadero paraíso perdido—.

Entre estas técnicas, Las Constelaciones Familiares han destacado e impactado fuertemente en la cultura y la praxis de la ayuda terapéutica, en esta última década, por su misterio, intensidad y eficacia. Como abordaje se enmarca en principios sistémicos, transgeneracionales y existenciales.

Bert Hellinger

Filósofo, teólogo y terapeuta alemán nacido en 1925, Hellinger es el creador de las Constelaciones Familiares. En el año 1999 llegó a Barcelona, invitado por el Institut Gestalt, para enseñar su trabajo y prender desde aquí el intenso desarrollo que las Constelaciones Familiares habrían de tener en todo el mundo hispanoparlante. Hellinger fue religioso católico y misionero en Sudáfrica entre los zulúes, donde dirigía un colegio cuando, alrededor de sus 45 años, un terapeuta especialista en dinámica de grupos lo confrontó con una pregunta certera que le agrietó sus creencias y le llevó a transformar su vida: “¿Le interesan más las personas o las ideas? Si se diera el caso, ¿a quién sacrificaría en primer lugar?” Cuestión nada desdeñable, pues casi todos en algún momento, nos hemos visto obligados a elegir entre preservar nuestros puntos de vista personales, a menudo muy limitantes, o conservar buenos amigos y buenas relaciones. Algunos flexibilizan sus marcos de creencias y abren el corazón a lo diferente y dan prioridad a las personas, otros optan por rechazar y sacrificar a las personas que no encajan en sus códigos de vida. Algunos viven en el paradigma al uso de buenos y malos; otros, más comprometidos con su crecimiento, van más allá de este paradigma tan estrecho, y aprenden a amar lo real de la vida y de los demás.

Sea como sea, tal como explica el propio Bert Hellinger, este fue el germen de su salida como sacerdote y el inicio de su interés en la psicología. A partir de este momento, estudió Dinámica de grupos, Psicoanálisis, Análisis Transaccional, Terapia Gestalt, Grito Primal, Programación Neuro Lingüística, Hipnosis y Terapias familiares y sistémicas. Fruto de todo ello, más un fuerte componente de psicoespiritualidad entendida como asentimiento a la voluntad soberana de la vida (o *amor fatti*, en el sentido nietzscheano), resulta el enfoque de las Constelaciones Familiares y Sistémicas según Bert Hellinger. Es claro que Hellinger bebió de muchas fuentes, tanto filosóficas como teóricas, pero conviene al menos resaltar a dos de sus grandes precursores metodológicos. El primero, Jacob Moreno, creador del psicodrama, en el cual se buscan, con una praxis pseudoteatral, soluciones nuevas y

creativas para viejas escenas limitantes que nos hicieron sufrir en el pasado y no hemos logrado soltar ni resolver. Y en segundo lugar, pero aún más determinante, Virginia Satir, una de las pioneras en el trabajo terapéutico familiar, la cual ideó la técnica de la escultura familiar, para comprender los roles incongruentes y las danzas de comunicación y relación disfuncionales en las familias, evidenciando la implicación compartida de todos sus miembros, que intentan desesperadamente preservar su dignidad.

Las Constelaciones Familiares

A través de una constelación, una persona, una pareja o una familia que plantea problemas de relación, de comunicación, de conducta, de personalidad, de salud, de sufrimiento en su trabajo u organización, etcétera, logra comprender en un tiempo breve las dinámicas e implicaciones desfavorables que operan en su sistema alimentando lo problemático, y cambiarlas. La metodología, que habitualmente se practica en grupo, es asombrosamente simple y escénica. Se eligen representantes para las personas involucradas en el asunto, las necesarias para su comprensión y solución, ya sean de la familia actual o de la familia de origen, parejas anteriores, personas de nuestro sistema laboral, etcétera, y luego se posicionan en el espacio, de manera que el “cliente” exterioriza la imagen interior que tiene acerca de sus vínculos y su red de relaciones. Se plasma así una geometría que expresa como se perciben las conexiones y el lugar que ocupa cada quien en el sistema. A continuación, afloran las dinámicas que mantienen los problemas, generalmente muy sutiles, casi invisibles, y se generan imágenes alternativas de solución a través, por ejemplo, de la integración de excluidos, o reparaciones entre las personas, o se completan movimientos emocionales pendientes, o se expresan frases rituales que ordenan, estructuran y alivian a todos los miembros del sistema. El cliente o clientes suelen tener la sensación de haber liberado viejos pesos, culpas o destinos difíciles, y de orientarse mejor hacia lo bueno y hacia sus propios objetivos.

Personas que repetían patrones o destinos desdichados (suicidios, adicciones, fracasos, luchas, depresiones, traiciones, etcétera) de otras personas en las familias, siguiendo amorosas lealtades invisibles, quedan liberadas. Hijos que aman ciegamente a sus padres, y navegan en la sintonía de su sistema, asumiendo dinámicas terribles como seguir a la muerte a otras personas cuyo duelo no ha sido completado, o enfermar o asumir sacrificios o

culpas o venganzas por otros, o tomar a su cargo esfuerzos y lugares que no corresponden (como ser la pareja invisible de uno de los padres, por ejemplo), se muestran por fin disponibles para estar más felices en su vida o en su pareja o su trabajo, etcétera. El efecto de una constelación suele ser el de una magna liberación porque lo meramente intuido es desvelado y enfrentado, y porque lo no resuelto es encarado por fin, a menudo acompañado de una fuerte emocionalidad que es catárticamente descomprimida. De modo que las Constelaciones actúan a la profundidad de los misterios sutiles de nuestro grupo familiar y de los requerimientos de su Alma colectiva. Pues las Constelaciones trabajan con esta Alma común, un ente gregario y colectivo al que pertenecemos y de cuyo orden y salud depende nuestro bienestar personal. Es equivalente a Mente Sistémica o Red de Vínculos y se asemeja de algún modo a la idea del Inconsciente colectivo de Jung. Es decir, pertenecemos a un Alma colectiva familiar que nos envuelve y nos acoge al mismo tiempo, dándonos identidad y satisfaciendo nuestra sed de pertenencia, que es el instinto más poderoso del ser humano, al tiempo que nos ata a lealtades y exigencias sacrificadas, que pueden y deben ser superadas para que la orientación a la vida y la felicidad triunfe sobre sus contrarios de muerte y desdicha.

El Alma Familiar. Sexualidad y Muerte.

Esta Alma o Mente común es, según Hellinger, una fuerza que une y dirige a quienes le pertenecen, y lo hace siguiendo ciertas leyes a las que llamó Órdenes del Amor (una expresión original de San Agustín), que explicaremos a continuación, cuyo respeto y cumplimiento favorece que el nexo y el amor, generalmente presente entre los miembros del grupo o familia, fermenta en su bienestar y dicha, y cuya transgresión suele acarrear sufrimientos y sacrificios que muchas veces parecen ilógicos, a juzgar por el amor que sienten los unos por los otros. Esta Alma colectiva a la que pertenecemos ha sido impactada por dones y por heridas, por vida y por muerte, por risas y por lágrimas, por avances y retrocesos. El colectivo como tal es retado a asumir e integrar todos los hechos que la existencia, regida por los dos grandes poderes del vivir que son la sexualidad y la muerte, les regala. La Sexualidad abre las puertas de la vida y la hace avanzar y prosperar, teniendo como aliados al amor, la alegría de vivir, la fortaleza, y la esperanza. Por el contrario, la Muerte cierra las puertas de la vida y nos obliga a crecer a través del dolor, que nos traen sus poderosos aliados como la enfermedad, los abortos, la autodestrucción, la violencia,

las adversidades accidentales, etc. En los sistemas familiares hay hechos que duelen, debilitan, avergüenzan o lastiman, y el sistema trata de protegerse de ellos a veces con el silencio, encerrándolos en el olvido, sin advertir que los silencios son sonoros y tienen consecuencias, e impiden la fortaleza y la salud del grupo, y a menudo conllevan implicaciones y sacrificios. Se requiere integrar lo que dolió o devastó para que pierda su poder y quede como pasado. Como reza un pequeño fragmento de Yerma, de García Lorca: “Algunas cosas no cambian. Hay cosas encerradas detrás de los muros que no pueden cambiar porque nadie las oye”.

Por tanto, vivimos no sólo en nuestra mente individual sino perteneciendo a redes de vínculos, almas colectivas, cada una con su propia mente arcaica e imperiosa, que nos influyen e incluso gobiernan, aunque no las comprendamos (especialmente la familiar). En estas redes, el amor no es suficiente para asegurar el bienestar; requiere de un orden. A algunas personas les parece ilógico el sufrimiento si el amor está presente. Sin embargo, la evidencia muestra que muchas personas sufren a pesar de la presencia del amor. El amor no basta, pues se requiere Buen amor o Amor ordenado. El buen amor se reconoce porque nos conduce hacia el bienestar, la vida, el provecho y la realización. El buen amor supone que hemos avanzado emocionalmente para respetar y asentir al pasado y a los dones y las heridas de nuestros anteriores, en lugar de involucrarnos en éstas, repitiéndolas, o mostrándoles una fidelidad mal entendida a nuestros anteriores con nuestra infelicidad. Así, el buen amor logra que vayamos un poco más allá en más vida, tanto en bienestar como en felicidad

Guiándonos por la intensidad de los vínculos como destino común y por su capacidad para plasmar grandes dones o graves implicaciones, pertenecen a esta red, en la que muchos estamos en resonancia con muchos, los siguientes: El hijo, con sus hermanos, incluyendo los que no llegaron a nacer o murieron pronto; los padres y sus hermanos, incluyendo también los que no llegaron a nacer o murieron pronto; los abuelos y sus hermanos, también los bisabuelos y aun otros anteriores si tuvieron destinos muy marcados; también pertenecen aquellos que hicieron espacio para otros, por ejemplo, parejas anteriores por cuya desaparición las posteriores obtuvieron el lugar, y también aquellos que tuvieron pérdidas a costa de que otros tuvieron ganancias (como víctimas de guerra o de asesinatos), o al revés, algunos que tuvieron ganancias

o hicieron daño a costa de la pérdida de otros (asesinos, dañadores, estafadores), etc.

Los Órdenes del Amor

El primer orden del amor nos dice que, en esta red de vínculos, todos sin excepción, con independencia de si se les juzga positiva o negativamente, tienen el mismo derecho a pertenecer y a ser incluidos y dignificados, permitiendo y exigiendo que asuman su destino y sus culpas y las consecuencias de las mismas, cuando así fuera el caso. En la práctica ocurre que los sistemas familiares excluyen o apartan a algunos de sus miembros porque condenan su comportamiento, o porque su recuerdo es demasiado hiriente, vergonzoso o doloroso. A veces, hay personas que murieron pronto, o personas que se suicidaron, y esto ocasiona dolor o vergüenza en los descendientes, o bien incluso padres a los que se juzga por no haber hecho lo adecuado o por irresponsables, malos, maltratadores, abandonadores, alcohólicos, etc. En realidad, excluir es un movimiento de la mente personal que trata de protegerse de lo que le genera dolor. Pero la Mente Colectiva, el Alma común, no entiende el lenguaje de la exclusión y sigue un principio existencial que reza que “todo lo que es tiene derecho a ser tal como ha sido, y a ser reconocido de esta manera”. Cuando este principio es respetado, como fruto de cavar en el propio proceso emocional y asentir a los asuntos familiares, el pasado queda liberado y el futuro puede ser fuerte y real. Cuando hay exclusiones, la Mente Colectiva impone la consecuencia inevitable de que lo excluido será encarnado de nuevo por personas posteriores, que no tienen nada que ver con el asunto, y que muchas veces inconscientemente, sin saberlo, siguen el destino del excluido. Es el efecto de las habitaciones prohibidas que atraen inevitablemente a algunos en un intento fallido de elaborar y cerrar capítulos dolorosos de los sistemas. ¿Cuántos se hacen alcohólicos siguiendo a un padre despreciado por su alcoholismo? ¿Cuántos padecen un apego frágil a la vida cuando en el corazón de la familia se les vive como miembros que reemplazaron a alguien perdido por muerte temprana, por ejemplo, o se sienten atados a la persona que falleció, y con dificultades para tomar la vida en plenitud? ¿Cuántos sienten impulsos suicidas cuando otros, anteriores, también se quitaron la vida o bien se hicieron culpables de la muerte o la desgracia de otras personas?

El segundo orden del amor es de una simplicidad extraordinaria: las personas están mejor cuando ocupan el lugar que les corresponde

y no otro, lo que, traducido a los sistemas familiares, significa que los hijos sean hijos y los padres sean padres, y que en la pareja ambos sean adultos, iguales en rango, y caminen lado a lado. Si enunciarlo es fácil, que se cumpla no lo es tanto. ¿Cuántos hijos no se ven llevados a tomar la posición invisible de padres de sus padres, especialmente cuando éstos los perdieron pronto o los rechazaron (y entonces, sin darse cuenta, buscan en los hijos lo que les faltó de sus padres), y los hijos lo asumen por amor, al precio a veces de llevar mochilas y fardos que dificultan su propia vida y expansión? ¿Cuántos hijos se encuentran implicados con uno de sus padres en contra del otro, o se sienten la pareja invisible de uno de ellos, o están demasiado cerca de uno de sus progenitores y en contra del otro, o hacen malabarismos emocionales y enferman en un intento heroico de preservar un buen lugar a sus padres en su corazón? No debemos olvidar que el anhelo genuino de los hijos es aunar a ambos padres en su interior, con independencia de lo que pase o haya pasado entre ellos. Demasiados padres se comportan como pequeños y demasiados hijos se comportan como grandes y especiales, transgrediendo la regla del bienestar en las familias: cada quien en el lugar que le corresponde. Y esto significa también que los posteriores se apoyan en los anteriores y orientan su mirada hacia el futuro. Es lo que en sociedades más tribales se vive como apoyo en los ancestros, a los cuales se honra y venera.

El tercer orden del amor refiere reglas de intercambio entre el dar y el recibir, lo cual riega y sostiene la vida de todos. En lo que respecta al vínculo con los padres, por ejemplo, no podemos devolver lo mucho recibido y lo compensamos y equilibramos dando a nuestros hijos o sirviendo y cuidando a la vida con nuestros dones. El mandamiento bíblico reza: “honrarás a tu padre y a tu madre y de este modo tendrás una larga y buena vida sobre la tierra”, lo cual significa que hacemos justicia a lo recibido logrando una vida buena y, a ser posible, larga. También compensamos cuidándolos dentro de nuestras posibilidades cuando lo necesitan en el declive de su vida.

Al trabajar con los problemas de las personas, encontramos que muchas no están asentadas en lo que viene de los padres (que simbolizan la vida) y más bien se niegan a tomar lo que recibieron, para preservarse de lo negativo. Sin embargo, de este modo raramente se ponen en paz con ellos mismos y con la vida, entregándole lo que tienen para darle. Más bien se empobrecen y

se escatiman, posicionándose en el victimismo o el resentimiento u otros lugares de sufrimiento. Tomar lo que viene de los padres, aunque incluya heridas dolorosas, y trabajar emocionalmente en ello parece ser una suerte de salvoconducto para el buen amor y un antídoto contra muchos males, que nos induce a tomar responsabilidad por la propia vida y la renuncia a jugar juegos psicológicos invalidantes, llenos de sufrimiento, por ejemplo con la pareja o con los hijos o en entornos profesionales.

Respecto a los iguales, la regla del intercambio es mantenerlo equilibrado, para asegurar la paridad y la igualdad de rango. Damos, tomamos, compensamos, equilibramos, y estamos libres, y si seguimos juntos es usando nuestra libertad, no por sentido de deuda o de ser acreedores. Es un clásico en conflictos de pareja que suela haber desequilibrios en este intercambio de manera tal que uno se siente deudor y acreedor y ya no son capaces de mirarse a los ojos con confianza y apertura de corazón.

En resumen, ayuda en mucho a las personas y las familias que haya un orden, ordenar el amor, plasmarlo en una buena geometría de las relaciones humanas, en la que estén todos sin excepciones e igualmente dignos de respeto y de consideración, cada uno en el lugar exacto que le corresponde y nutriéndose los unos a los otros de manera tal que logren crecer en lugar de padecer. He aquí, pues, el buen amor.

Quién mejor que un poeta podría explicar ideas tan evasivas para la mente y tan certeras para el corazón. Miguel Hernández, en un fragmento del poema “Hijo de la luz y de la sombra”, escribió:

No te quiero en ti sola, te quiero en tu ascendencia
Y en cuanto de tu vientre descenderá mañana.
Porque la especie humana me han dado por herencia,
La familia del hijo será la especie humana.
Con el amor a cuestras, dormidos y despiertos,
Seguiremos besándonos en el hijo profundo.
Besándonos tú y yo, se besan nuestros muertos,
Se besan los primeros pobladores del mundo.

Algunos postulados de las Constelaciones Familiares como enfoque sistémico transgeneracional.

Al menos cuatro postulados psicológicos que, en nuestra cultura actual, muchas personas darían intuitivamente por ciertos, más por sentido común y experiencia de vida, que por otras razones empíricas estrictas, constituyen los pilares de las Constelaciones Familiares.

El primero: en la vida y en el cuerpo de cada persona se encuentra presente la huella, el eco y la resonancia de muchos otros, presentes o pasados, vivos o muertos, que nos conciernen o nos concierne afectivamente: padres, abuelos, hermanos, tíos, hijos, parejas, exparejas, etc. Estamos unidos a ellos con una profundidad, un anillamiento y una sutileza más terca de lo que a veces deseáramos. Nos conviene experimentar nuestras raíces, y ser leales a ellas a través de nuestros desarrollos y nuestra alegría de vivir.

El segundo: somos mamíferos y, en consecuencia, nuestros afectos, nuestras buenas o malas relaciones, el lugar que tenemos respecto a los demás, y las vivencias expansivas de nuestro corazón en nuestros vínculos o sus contrarias de retracción, son determinantes en la trama de nuestra vida, en los guiones que nos dirigen, en la fuerza o debilidad para nuestra camino y en como construimos nuestro destino alegre o triste, feliz o desdichado.

Tercero: vivimos en familias y sistemas que nos contagian con ideas, creencias y tareas que podemos aceptar o rechazar, pero que no podemos obviar. Bailamos las danzas de comunicación que conocen aquellos con los que nos criamos, y ahí hacemos aprendizajes afectivos y conductuales relevantes, que nos acompañarán el resto de nuestras vidas, si no trabajamos con ahínco y profundidad para transformarlos. Pertenecemos a estos sistemas, especialmente el familiar, y nuestra pretendida libertad individual se revela, demasiado a menudo, como ficción. Aunque no estemos dispensados de tomar responsabilidad por nuestra vida, inconscientemente algunas de nuestras cartas están marcadas por el sello de nuestra historia.

Cuarto: la matriz familiar de la que venimos es una historia de fuerza y de dolor, surcada por hechos que hicieron prosperar la vida como uniones, nacimientos, riquezas, superación de adversidades, talentos, etcétera, y otros que la lastimaron, como muertes tempranas, violencias, desamores, traiciones, secretos, etcétera. Conviene que todos los hechos de esta matriz hayan sido reconocidos e integrados para que las potencialidades de sus miembros se desplieguen en la dirección del futuro y de la vida, y no queden pegadas al pasado y a los sucesos y sombras que no

quedaron superados, en forma de implicaciones fatales y lealtades desdichadas.

A través de estos enunciados nos adentramos en el pensamiento sistémico, en primer lugar, según el cual las personas somos seres contextuales: vivimos en sistemas y cada miembro de un sistema afecta y es afectado por los otros, y si uno cambia invita a los otros a cambiar. Traducido a las familias y a sus modelos de comunicación, diremos que no hay personas tristes, o malvadas, o timoratas, o buenas o malas, etc., sino que les toca este rol en la danza común que ejecutan entre todos, al son de la música de su dolor y de sus necesidades de amor y de dignidad. En segundo lugar, nos adentraremos también en una vertiente del pensamiento sistémico denominada transgeneracional, según la cual no sólo estamos afectados por nuestras experiencias biográficas, sino por los hechos y experiencias de vida de muchos que ni siquiera conocimos y que siguen presentes en nosotros en forma de ecos y resonancias que se manifiestan tanto en negativo (por ejemplo, en repeticiones inconscientes de destinos calamitosos, o atracciones por ciertos temas no resueltos, enfermedades físicas o psíquicas, impulsos de muerte o expiación de culpas, seguir a la muerte o enfermar en lugar de, etcétera), como en positivo (legados de talentos y dones, intentos de reconciliar y reparar viejas heridas, etc.).

Sujetarse a la vida (ejemplo)

“Te sigo a la muerte querido hijo”, expresa el quebrado corazón de una madre que perdió a su hijo al nacer. O, “ya voy/muero/enfermo yo en tu lugar, porque te quiero tanto, querida mamá”, resuena en el corazón del hijo que percibe, de algún modo osmótico, que la madre no está completamente sujeta a la vida. Y de ahí devienen comportamientos destructivos, adictivos, problemáticos, desesperados, de fracaso o escaso cuidado de uno mismo o de los demás. También, “ya me sacrifico, o expío, o cargo con culpas, rabias, penas, dolores, en lugar de vosotros, mis queridos padres, abuelos, tíos, hermanos, parejas, hijos, etcétera”. Son dinámicas de amor ciego o mal amor, que no llevan a la vida ni a la felicidad, pero que afectan a muchas personas en la tramoya compleja e inescrutable de los vínculos de su vida y de su familia. Y tienen consecuencias, tanto en el ámbito de la salud, como de la pareja, como de la profesión, como de un general poco respeto a la vida. Podría poner infinitos ejemplos. Pero pondré uno al que titularemos: “Esta es mi última oportunidad”.

De este modo, desesperado e imposible, comienza su presentación una mujer que padece una profunda depresión. Al investigar sobre los hechos cruciales de su vida y de su familia, aparece un suceso determinante: sobrevivió a un atentado en el que murieron muchas personas. A partir de ahí, extrañamente, sintió que ella también estaba muerta y que no le correspondía subirse de nuevo al tren de la vida. En la Constelación la representante de esta mujer se mueve hacia tres personas que, tumbadas en el suelo, representan a los que murieron, como queriendo también caer y morir con ellos. De ahí su depresión. Se siente atada a ellos, en una suerte de inquebrantable destino común, y en su corazón dice “yo también muero con vosotros”. En lugar de tomar el regalo de la vida, que se le concede como un segundo nacimiento, más bien se pregunta: ¿Por qué a ellos les tocó morir y a mi me toca vivir? Y con el peso de la muerte de los otros, no encuentra en lo más íntimo de su alma, la fuerza para abrazar de nuevo la vida. Además, en la Constelación, los representantes de los hijos de esta mujer se muestran muy violentos con ella, apretando los puños ostensiblemente. Luego, ella agregará lastimeramente que sus hijos la golpean en la vida real. Sin embargo, esta dinámica de violencia de los hijos refleja su amor desesperado: se enojan e incluso la golpean porque no logran soportar su movimiento de caer, de hundirse, de no vivir. Con sus golpes pretenden, equivocada y desesperadamente, retenerla en la vida, que parece que se le escurre de las manos.

En este caso, además de la comprensión clara de la dinámica de la depresión, lo que ayudo fue ver y notar, a través de la Constelación, que las víctimas fallecidas no desean ser perturbadas ni necesitan que los sobrevivientes vayan con ellas; más bien al contrario, les sonrían y les bendicen. Ayudo cuando la mujer pudo mirarles y decirles: “A vosotros os toco morir y a mi vivir, y trato de respetar vuestro destino de morir y el mío de vivir, y por favor mirarme con buenos ojos para que viva”. Ayudo también que, con más integridad sentida, les dijera a sus hijos: “Me quedo con fuerza en la vida y recupero mi lugar de madre y de grande, y vosotros estáis libres de tener que preocuparos por mi”.