



**FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

**“CONSTELACIONES FAMILIARES: UNA TÉCNICA EFICAZ PARA  
EL TERAPEUTA”**

**TESINA**

**QUE PARA OBTENER EL TITULO DE  
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

**PRESENTA:**

**PALOMA ESTRADA ROSILES**

**ASESORA DE TESINA:**

**MPH. MARGARITA ANAYATZIN TAPIA PANIAGUA**

**CLAVE:16PSU0004J**

**ACUERDO: RVOELIC000204**

**MORELIA, MICH., MAYO DEL 2008**

## AGRADECIMIENTOS

Primeramente quiero agradecer a **Dios**, por siempre acompañarme, por darme salud y la inteligencia para poder culminar esta etapa de mi vida.

A **mis antepasados, mis ancestros**, porque sin ellos, sin su fuerza y decisión, Yo no estaría el día de hoy aquí.

A mis **Padres**, porque soy el resultado de Ustedes dos, han sido excelentes Maestros en mi vida y ni un millón de trabajos de investigación, me bastarían para expresarles lo agradecida que estoy.

A mis **Hermanas**, por haber hecho espacio para mí en este mundo, por la convivencia tan sana que hemos tenido por muchos años y por respetarme y apoyarme en mis decisiones.

A mi **Madrina**, por ser un ángel de la guarda en mi vida.

A **Mayín**, gracias por apoyarme en mis decisiones, por ser mi complemento, por ser un equipo día a día para crecer como personas y como pareja. Te Amo, go team!!!.

A mi **Tía Lore**, por ser siempre tan solidaria, por compartirme un camino de desarrollo humano.

A mi mejor amigo **Benjamín**, gracias, hiciste que mi paso por la Universidad fuera totalmente enriquecedor en todos los aspectos, estudio, diversión, amistad. Eres un componente especial en mi vida.

A **Liz, Dulce, Liliana, Lorena y Yanin**, gracias por su amistad, amigas para toda la vida!!!!.

A **Kony, Mar, Kari, Aro**, ¡ay Dios cuánto he aprendido de Ustedes!, y ¡cuánta diversión ha habido!... Los quiero muchísimo.

A **Mago Tapia**, gracias por las horas que me dedicaste, por las charlas tan amenas, por compartir nuevas ideas y por siempre tener aportaciones excelentes.

A **Ashkaru** gracias por tus comentarios, me fueron muy útiles, y por estar presente en mi desarrollo personal.

A la **Peke, Erika y Beli**, gracias por ser amigas y compañeras en la Universidad, recuerdo muchos momentos con Ustedes.

A mis **Profesores**, por siempre tener un conocimiento para compartir.

*Dedicado con todo el amor del mundo para:*

*Sofía, Luisa, y Julia.*

<b>RESUMEN</b>	.....	9
<b>INTRODUCCIÓN</b>	.....	10
<b>OBJETIVOS</b>	.....	14
<b>IMPORTANCIA DEL ESTUDIO</b>	.....	15
<b>JUSTIFICACIÓN</b>	.....	16
<b>MARCO TEORICO</b>	.....	18
<b>1. CONSTELACIONES FAMILIARES</b>	.....	18
1.1. Definición de Constelaciones Familiares	.....	18
1.2. Historia de las Constelaciones Familiares	.....	20
1.2.1 Bert Hellinger: autor de las Constelaciones Familiares	.....	20
1.2.2 Surgimiento de las Constelaciones Familiares	.....	21
1.2.3 Constelaciones Familiares en México	.....	23
1.2.4 El revuelo causado por esta nueva técnica	.....	24
1.3. Descripción de la técnica de Constelaciones Familiares	.....	26
1.3.1 Revisión de la técnica de Constelaciones Familiares	.....	26
1.3.2 Hechos concretos en la historia de la familia	.....	32
1.3.3 Requerimientos para ser un facilitador de Constelaciones Familiares	.....	32
1.3.4 El papel del representante	.....	33
<b>2. FUNDAMENTOS CIENTÍFICOS DE LAS CONSTELACIONES FAMILIARES</b>	.....	35

2.1. Fundamentación Experimental y Física	
de la Teoría de Constelaciones Familiares .....	35
2.1.1 Estudios anteriores .....	35
2.1.2 Los campos con memoria .....	36
2.1.3 Campos Morfogénicos .....	38
2. 2. Correlación Teórica de las Constelaciones	
Familiares y el Inconciente Colectivo de Carl Jung .....	42
2.3. La Importancia de la Ayuda .....	46
2.3.1 Componentes de la ayuda .....	48
<b>3. CONCEPTOS BÁSICOS DE LA TEORÍA</b>	
<b>DE LAS CONSTELACIONES FAMILIARES .....</b>	<b>51</b>
3.1. Aspectos generales de la teoría .....	51
3.1.1 Pertenencia a la red o sistema familiar .....	51
3.1.2 La conciencia desde la visión Hellingeriana .....	51
3.1.3 El amor .....	55
3.1.4 El equilibrio .....	56
3.1.5 Los excluidos .....	56
3.1.6 Las implicaciones .....	57
3.2. Dinámica de las relaciones desde la Teoría de Hellinger .....	57
3.2.1 Dar y tomar, culpa e inocencia .....	57
3.2.2 Traspasar lo recibido .....	59
3.2.3 Daño y pérdida .....	60
3.2.4 La doble transferencia .....	60

3.2.5 El destino	61
3.2.6 La vinculación	64
3.2.7 La lealtad	64
3.2.8 La expiación	66
3.2.9 El derecho a la pertenencia	66
3.3. Los Órdenes del Amor entre Padres e Hijos	67
3.3.1 Dar y tomar	67
3.3.2 El honrar	68
3.3.3 La jerarquía	68
3.3.4 La inversión del orden	70
3.3.5 La red familiar	71
3.3.6 El vínculo	72
3.3.7 El derecho a la pertenencia	72
3.4. Los Órdenes del Amor entre el Hombre y la Mujer	73
3.4.1 Hombre y Mujer	73
3.4.2 El vínculo en la relación de pareja	73
3.4.3 Conciencia y equilibrio	74
3.4.4 La renuncia	75
3.4.5 La igualdad de rango	75
3.4.6 La fidelidad en la relación de pareja	76
3.4.7 Implicaciones sistémicas	76
3.5. Emociones en las Constelaciones Familiares	77
3.6. Situaciones Especiales dentro de las	

Constelaciones Familiares	.....	79
3.6.1 Enfermedad	.....	79
3.6.2 La Muerte	.....	80
<b>4. CONCLUSIONES</b>	.....	84
<b>LIMITACIONES Y SUGERENCIAS</b>	.....	92
<b>REFERENCIAS</b>	.....	94
<b>ANEXOS</b>	.....	96
Reflexión Personal	.....	96

## **RESUMEN**

A través de este trabajo se presenta una investigación de tipo documental, que presenta información sobre uno de los nuevos abordajes de la Psicología, como lo es la Teoría de Constelaciones Familiares, su definición, los pormenores de la creación de ésta, su autor, su fundamento físico y experimental, así como su relación con teorías anteriores. Al mismo tiempo, se ofrece una recopilación de los conceptos básicos que componen la teoría, para el mejor entendimiento de ésta. Todo lo anterior mencionado, con la finalidad de promover el conocimiento de las nuevas alternativas para la psicoterapia, y que también esto sea contemplado por directivos de escuelas de Psicología para la integración de este tipo de nuevas técnicas en los programas de enseñanza.

Palabras clave: Constelaciones Familiares, Red Familiar, Campos Morfogénicos, Conciencia Grupal, Órdenes del amor.

## INTRODUCCIÓN

La falta de conocimiento de este tema, ha llevado a la autora del presente trabajo a interesarse en él para que sea de provecho a futuras generaciones.

El abordaje de este tema es importante, ya que el mundo y las exigencias de este van cambiando día a día, y así sucede en la Psicología, cada vez surgen nuevas teorías y técnicas las cuales el Psicólogo puede utilizar para beneficio de los pacientes.

Bert Hellinger (1999) autor de las Constelaciones Familiares ha encontrado: que hay relaciones ocultas entre los miembros de una familia actual con sus generaciones pasadas, por lo tanto, en ocasiones los hijos repiten destinos difíciles de tíos o abuelos, todo esto basado en un amor incondicional que no tiene límites y que se mueve en un terreno inconciente. Estas relaciones ocultas con otros miembros de la familia son el origen de muchos fenómenos como depresiones, sentimientos de culpa, perturbaciones psíquicas o inclinaciones al suicidio.

Hellinger (1999) dice que el reconocimiento de los traumas multigeneracionales se hacen evidentes con Constelaciones Familiares, así como el amor que ha sido transmitido de generación en generación... en generación. Todos sufren si el amor no tiene éxito.

Esta técnica no tiene mucho tiempo de haber entrado al País, fue a finales de los años noventas que se inició el trabajo en forma, dando la oportunidad de entrenar a distintas personas para la aplicación de esta herramienta. Existen dos escuelas muy fuertes en la Ciudad de México, el Instituto Sowelu, a cargo de Ingala Robl y el Instituto Bert Hellinger a cargo de Raquel Schlosser, estas instituciones son las más representativas, que se encargan de aplicar y enseñar las Constelaciones Familiares a lo largo del territorio mexicano. En el País ya se ha contado en diversas ocasiones con la presencia de Bert Hellinger (autor de Constelaciones Familiares) en congresos y seminarios.

Por lo tanto es importante, no pasar por alto estas dudas, y poder llevarlas a la práctica para así comprobar que es fundamental que los Psicólogos estén enterados de las nuevas técnicas para el complemento de su profesión.

El presente trabajo se divide en tres capítulos, en los que se describen varios temas los cuales componen la Teoría de Constelaciones Familiares. Cabe mencionar, que ésta es una teoría muy extensa, y la manera en que se da a conocer es a través de varios libros, con una manera peculiar de escribir de Bert Hellinger, ya que no son libros de consulta a los que se está acostumbrado a recurrir, son libros, en donde son plasmados los seminarios que Hellinger ha impartido en varias partes del mundo, lo cual ha hecho un tanto complicado el aterrizaje de conceptos a cerca de esta teoría, también se transmite a través de

seminarios presenciales, entrenamientos, revistas especializadas y aún en páginas de Internet.

Dentro de los temas que se analizan en el presente trabajo se encuentran los siguientes:

En el primer capítulo se habla de forma general de las Constelaciones Familiares, se hace una definición, se comenta la historia, aportando datos de la vida del creador de las Constelaciones Familiares, cómo surgió la teoría, su entrada en nuestro País y el revuelo que ha causado este trabajo, ya que en ocasiones puede parecer mágico. Así mismo, dentro de este primer capítulo viene la descripción sobre la técnica, comentando cómo se hacen y que sucede en las Constelaciones Familiares, lo que es importante indagar como facilitador en la problemática del cliente para llevar a cabo la representación. De igual manera se plantea quién puede emplear dicha técnica. Este primer capítulo puede tomarse como una gran explicación, no detallada (porque se hace en los siguientes capítulos).

En el segundo capítulo de este trabajo, se encontrará los fundamentos científicos de las Constelaciones Familiares, tomando en cuenta estudios anteriores de la técnica, así como la entrada de los campos con memoria y morfogénicos, que tienen que ver con la Física Cuántica, la sincronidad y los saltos cuánticos. En este capítulo también se hace una correlación teórica entre el *Inconciente Colectivo* del que hablaba Carl Jung y la *Gran Alma* de Bert

Hellinger. También se toma en cuenta el concepto que se tiene de lo que es la ayuda, desde la teoría de Hellinger, ya que éste plantea un concepto distinto del que se tiene en otras corrientes terapéuticas.

En el tercer capítulo se habla de lo que es central en las Constelaciones Familiares: la dinámica de las relaciones; entre padres e hijos, de pareja, fraternas, y en general. En este capítulo el lector llegará a comprender de una mejor manera lo que sucede en Constelaciones Familiares.

Y por último se escriben las conclusiones que se obtuvieron de revisar la bibliografía y se anexa en este capítulo una reflexión personal nacida de la experiencia obtenida a través del contacto que se ha tenido con esta nueva teoría Psicológica.

## **OBJETIVOS**

### **OBJETIVO GENERAL**

Proponer mediante una investigación documental que el empleo de las Constelaciones Familiares puede ser una alternativa eficaz en la resolución de problemas aparentemente individuales que pudieran tener raíz en un asunto transgeneracional.

### **OBJETIVOS PARTICULARES**

- Definir la técnica de Constelaciones Familiares
- Ofrecer una explicación científica de la teoría de las Constelaciones Familiares.
- Analizar los fundamentos básicos de la teoría de Constelaciones Familiares.
- Informar a cerca de la existencia de la existencia de nuevas estrategias que nos hablan del proceso evolutivo de la Psicología Postmoderna.
- Proponer que se incluyan en las currículas de las escuelas de Psicología las nuevas tendencias y técnicas con las que se está trabajando en la Psicología postmoderna.

## **IMPORTANCIA DEL ESTUDIO**

Este trabajo es importante porque hace referencia a una teoría nueva y eficaz desde un análisis neutral y científico desde el punto de vista de la Psicología contemporánea con el fin de que quien lo lea, tenga una idea clara y precisa de qué son, para qué sirven y cómo funcionan las Constelaciones Familiares.

Las alternativas que ofrece la Psicología hoy en día, son cada vez más numerosas, sin embargo, es importante detenerse a hacer un análisis minucioso de la técnica y de la obtención de resultados. Proponer el conocimiento de una de estas técnicas nuevas dejará en el lector la inquietud por conocer y analizar estos movimientos novedosos en este Universo de conocimientos que es la Psicología actual.

## JUSTIFICACIÓN

El enfoque de las Constelaciones Familiares tiene gran éxito el cual va en incremento debido probablemente a que ofrece alternativas de solución a problemas en los que mediante una terapia convencional no se llegaría a mucho, por la cuestión de que a veces lo que se ha verbalizado, ya es algo muy planeado o conocido y muchas veces está tan mentalizado y mecanizado que no se llega a una solución, en cambio con la técnica de Constelaciones Familiares es un hecho que a través de su aplicación, se puede llegar rápidamente a la raíz del problema, en donde además el paciente lo puede ver en ese momento e interiorizarlo para pasar a la acción de solucionarlo.

Las Constelaciones Familiares además permiten observar el problema desde un marco de referencia distinto porque permite hacer “conscientes impulsos incomprensibles a menudo de naturaleza trágica para buscar caminos que ayuden a resolver estas implicaciones trágicas o inclusive para poder impedir a tiempo que sucedan” (Hellinger2001, p.45). Esto quiere decir que desde esta teoría se busca la solución de un problema aparentemente irresoluble explorando sucesos anteriores en la historia familiar que generan conductas que no se explican desde una historia personal construida a partir del nacimiento o de la generación que nos antecede, como es el caso del Psicoanálisis y de cualquier otra teoría psicoterapéutica actual.

Es por esto que existe un interés especial en que a través de este trabajo quede plasmada la inquietud y la solicitud de incluir en las escuelas de Psicología programas que versen en las aulas las nuevas tendencias de la Psicología, sin olvidar por supuesto las grandes bases en las cuales descansa esta apasionante profesión.

*“La mitad de tu ser consiste en tu madre y la mitad de tu ser  
consiste en tu padre. Tú estás aquí por ellos: si ellos  
no estuviesen, tú no estarías aquí. Todo lo que te ocurre, es en  
cierto modo por su causa. Uno tiene que darse cuenta de esto.  
Ellos siguen siendo tus raíces así que no olvides las raíces, eso es todo”  
OSHO.*

## **MARCO TEÓRICO**

### **1. CONSTELACIONES FAMILIARES**

#### **1.1. Definición de las Constelaciones Familiares**

La historia familiar de cada persona afecta profundamente su personalidad, su comportamiento y sus relaciones. Moldea sus valores, actitudes, creencias sobre ellos mismos, los otros y su vida. Constelaciones familiares es un proceso que permite ver y comprender los eventos y misterios de la familia.

Algunos describen las Constelaciones Familiares como las primeras ideas nuevas de Psicoterapia en las últimas dos décadas. Otros le llaman la terapia más breve. Algunos usan la palabra espiritual para este acercamiento y otros hablan de campos energéticos. Las definiciones abundan; no son necesariamente suficientes.

Las Constelaciones Familiares son una técnica en la cual se puede profundizar en los roles familiares de una forma novedosa, por medio de representantes le será mostrada al cliente su propia familia en forma visible y viva, por lo tanto en un abrir y cerrar de ojos se pueden observar así relaciones y uniones no reconocidas hasta el momento a través de generaciones. “Una Constelación Familiar es como un árbol genealógico –vivo-“ Ulsamer ( 2004, p.13).

Desde la teoría de Constelaciones Familiares se sabe que la familia causa enfermedades, no porque las personas sean malas, sino porque en la familia actúan destinos que implican, afectan e influyen a todos (Hellinger, 1999). Esta influencia determina en cierta parte la situación actual de las personas como seres individuales y como parte de un todo.

Existen otras técnicas donde se menciona que el individuo debe desprenderse de la familia, u oponerse a ella, o combatirla para sanarse, incluso hay ejercicios donde el terapeuta anima al cliente a descargar toda su rabia e ira contra sus padres, lo cual solamente dará como resultado el autocastigo del cliente, porque sabe en su interior que ama profundamente a sus padres. Es por esto que en esta técnica lo primordial es volver a tomar el amor que brindan los padres, así como establecer un orden. Con esto no se trata de desacreditar algunas técnicas de la Gestalt, como la silla vacía, o los ejercicios con cojines, donde el paciente hace catarsis a través de estos, solamente, que sería mejor, si después de el momento catártico, se llevara al paciente, a regresar otra vez a los brazos de los padres, reconociendo el amor mutuo en la relación.

En Constelaciones Familiares se hace evidente que los hechos y destinos difíciles ocurridos a miembros de la familia que nos antecedieron, pueden tener un efecto traumático en un individuo. Así mismo, los hechos que suceden comunitariamente a nivel nacional e internacional también pueden tener trascendencia en las personas.

Este método no considera al individuo como una unidad separada, sino como parte de un todo más grande, un sistema familiar, con leyes silenciosas e invisibles, así pues su comportamiento individual, sentimientos, emociones y actitudes deben ser comprendidos en el contexto de ese grupo más extenso.

Lo que distingue a esta teoría es que no se limita a descubrir una dinámica familiar destructiva, ya que lo observado en un trabajo de Constelaciones Familiares es para que la estructura familiar y las relaciones entre los miembros de la familia puedan ser modificadas para establecer un nuevo equilibrio, más natural para todo el sistema.

A través de las Constelaciones Familiares se arroja luz a las consecuencias amenazantes y peligrosas que resultan de reprimir y negar los órdenes de la

conciencia colectiva, dejando a un lado los miedos, juicios y exigencias, y aceptando lo que toca.

Las Constelaciones Familiares permiten una introspección en las raíces de los destinos trágicos y facilitan la producción de cambios favorables para todos, esto a través de la vinculación de la conciencia colectiva y la conciencia personal en un plano superior que permite al individuo trascender mas allá de las fronteras de su pequeño grupo a un todo mayor, que consigue disolver a tal punto las diferencias entre individuos y colectividades, que pueden sobreponerse a las diferencias sin sacrificar nunca lo propio, es por esto que se dice que las Constelaciones Familiares sirven para la reconciliación Ulsamer, (2004). Recordemos que el individuo es parte de un todo y si se encuentra la conexión de este con la colectividad y además se reconcilia existirá el equilibrio.

## **1.2 Historia de las Constelaciones Familiares**

### **1.2.1. Bert Hellinger: autor de las Constelaciones Familiares**

Bert Hellinger es el autor de las Constelaciones Familiares, su origen es alemán, nació en la ciudad de Stuttgart en el año de 1925, estudió Filosofía, Teología y Pedagogía. Considera a sus padres y a su niñez como una gran influencia para su trabajo. A los 17 años participó como soldado y fue prisionero de guerra en un campo de Bélgica con los Aliados. A los 20 años, inmediatamente después de ser prisionero de guerra entró a una orden Católica religiosa y empezó un nuevo y largo proceso de purificación silenciosa de mente, cuerpo y espíritu; estudiando contemplando y meditando. Durante 16 años fue misionero de esta orden católica entre los zulúes de Sudáfrica dirigió una escuela donde enseñaba y era sacerdote en una parroquia. Después de 25 años decidió dejar amigablemente la orden católica. Gradualmente se dio cuenta de que ser un sacerdote no era la expresión más apropiada para su crecimiento interno. Con un carácter impecable y como consecuencia del tomar la decisión de renunciar a la vida que bien conocía desde hace mucho tiempo, volvió a Alemania y empezó

un entrenamiento psicoanalítico en Viena, conoció a su futura esposa, Herta, con la que se casó después.

Posteriormente trabajó como psicoanalista y, mediante la dinámica de grupos, la terapia primal, el análisis transaccional y diversos métodos de hipnoterapia, llegó a desarrollar su propia terapia sistémica y familiar. Hellinger se caracteriza por tener una capacidad natural de lanzarse a situaciones totalmente nuevas, y de sumergirse en ellas, además cuando algo ya lo tiene aprendido o dominado, siempre surge en él el impulso de incursionar en otras cosas.

En la actualidad es reconocido internacionalmente como una de las figuras clave de la psicoterapia, se dedica a escribir libros y a hacer videos didácticos. Demuestra su trabajo un par de veces al año, en la mayoría de los casos con enfermos graves y ante cientos de espectadores. Su trabajo se extiende por Alemania y también alrededor del mundo.

La búsqueda del conocimiento ha sido una constante en su vida y en ella siempre se ha guiado por su propio criterio y experiencia personal, a tal grado de haber llegado a idear su propia teoría, en la cual busca siempre encontrar la solución para la persona que está tratando.

### *1.2.2. Surgimiento de las Constelaciones Familiares*

La idea de la terapia sistémica le vino a Hellinger después de aplicar el análisis conciliatorio de Eric Berne, este análisis partía de que toda persona vivía siguiendo un patrón determinado, esto era representado cuando se le pedía a la persona que recordara una historia que le impresionara antes de los cinco años y otra historia que le cautivara en el presente, cuando se comparaban estas dos historias se descubría un plan de vida secreto, que según Berne tenía que ver con mensajes que los padres transmitían a sus hijos en la primera infancia. Hellinger descubrió que esto no era cierto, porque vio que los planes de vida que las personas seguían sin darse cuenta se fundamentan en vivencias anteriores,

independientes a lo transmitido por los padres, más bien hacían conexión con una situación de vida de alguno de sus antecesores, esto es la dimensión sistémica de los problemas personales y de los destinos.

Así como los postulados de Eric Berne le sirvieron a Hellinger para el desarrollo de esta herramienta, hubo otros más, como sus maestros de Dinámica Grupal sudafricanos formados en Estados Unidos.

Cuando él decidió regresar a Alemania en 1969, se interesó por la psicoterapia, por lo cual estudió Psicoanálisis en Viena. Estando en proceso de análisis, conoció por medio de su analista la Terapia Primal de Arthur Janov, (1970), la cual le llamó la atención, dos años después viajó a Estados Unidos de Norteamérica para estudiarla, ahí descubrió el amor primario que se le tiene a la madre y al padre, el cual puede ser interrumpido por separaciones en edades tempranas, como el estar en la incubadora, o la muerte de alguno de ellos en los primeros años, en estos casos el amor se convierte en dolor, que es tan grande, que más tarde el niño no quiere volver a tocarlo. En vez de acercarse a la madre, o a otras personas, prefiere mantenerse alejado de ellos, sintiendo rabia, desesperación o tristeza en vez de amor (Hellinger, 2001).

En los años ochentas se interesó por la Terapia Familiar que comenzaba a estar en boga, hizo seminarios con Ruth McClendon y Les Kadis, en ellos observó Constelaciones Familiares impresionantes, estando en estos procesos se dio cuenta que existía un orden de origen, es decir que lo anterior en un sistema tenía prioridad sobre lo posterior.

Años atrás otros terapeutas habían trabajado con Constelaciones Familiares, pero eran diferentes, en estas a los pacientes, los terapeutas les daban indicaciones al momento de configurar la Constelación, como por ejemplo, adoptar ciertas posturas. Hellinger, (2001) confía plenamente que el individuo que está configurando a su familia, está en contacto con algo que lo supera.

Su trabajo, también ha sido influido por Milton Erickson y sus discípulos Jeff Zeig y Stephen Lankton en cuanto a la avidez para reconocer a la persona tal como es y reconocer las señales tal como son, y el dejarse guiar por las señales que brinda el cliente.

Concluyendo, Hellinger desarrolló a partir de la combinación del análisis conciliatorio, la terapia primal y la terapia familiar su propia forma personal de Constelaciones Familiares.

Las Constelaciones Familiares han tenido ciertas modificaciones, después de que su autor ha hecho infinidad de talleres y seminarios, y ha aprendido mucho en ellos, por lo tanto, se ha percatado de algunos patrones que le arrojan datos importantes aplicables a la técnica, así que la forma de hacer Constelaciones se encuentra en modificación constante.

### *1.2.3. Constelaciones Familiares en México*

En México esta técnica se introdujo en 1997, mediante el primer entrenamiento en Constelaciones Familiares en una institución llamada Yollocalli, y fue impartido por Lorenz Wiest. Posteriormente se forma otra institución llamada Sowelu, donde Lorenz Wiest e Ingala Robl hacen una contribución al conocimiento de este trabajo a través de la capacitación. En la misma época se funda Con FamiliaS y en el 2001 el Instituto Bert Hellinger de México, que está bajo la dirección Raquel Schlosser, y que se distingue por ser el primer instituto a nivel mundial que cuenta con la Maestría en Terapia Transgeneracional de Constelaciones Familiares. Este nuevo trabajo ha encontrado eco en la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Autónoma de México, por lo tanto los diplomados que imparte el Instituto Bert Hellinger de México por toda la República están avalados por la casa de estudios más importante del territorio Mexicano.

En el año 2003 en el mes de noviembre se llevó a cabo el Primer Congreso Internacional de Constelaciones Familiares en las Américas, en el estado de Oaxaca. En dicho congreso se contó con la honorable presencia de Bert Hellinger, así como otras personalidades provenientes de Alemania, Inglaterra, España, Rumania, Venezuela, Argentina, Brasil, Nicaragua y por supuesto de México.

Hasta el año 2004 se han impartido 12 diplomados a nivel nacional en nueve Estados de la República: Distrito Federal, Puebla, Jalisco, Estado de México, Morelos, Nuevo León, Michoacán, Guanajuato y Sonora, formando aproximadamente 240 facilitadores de Constelaciones Familiares en México.

En el año 2005 se iniciaron Diplomados en Aguascalientes, Jalisco, Guanajuato, Querétaro, Sonora, Puebla, Hidalgo, San Luis Potosí, Nuevo León, Distrito Federal y Estado de México.

El Instituto Bert Hellinger tiene un proyecto en el país llamado “Por una Cultura de la Paz”, trabajando en conjunto con entidades gubernamentales y no gubernamentales encaminadas a poner la Terapia Sistémica Transgeneracional de Constelaciones Familiares al servicio de la salud pública.

En la ciudad de Guanajuato se llevará a cabo un congreso llamado: Encuentro Sobre Constelaciones Familiares, del 7 al 10 de Febrero del 2008 en el cual se hablará de los últimos avances en la aplicación a las problemáticas actuales.

#### *1.2.4 El revuelo causado por esta nueva técnica*

La técnica de Constelaciones Familiares ha despertado en cierta forma polémica, las personas no se pueden explicar fácilmente que es lo que sucede cuando forman parte de una Constelación o están presentes en el desarrollo de una, por lo tanto Bert Hellinger ha sido blanco de numerosas entrevistas en las cuales ha explicado los pormenores de su trabajo.

Siempre que surge algo innovador existen personas que se muestran escépticas en cuanto al contenido de lo nuevo y las Constelaciones Familiares y su autor no son la excepción de la regla, ya que en ciertas esferas (sobre todo en Alemania) se han cuestionado a cerca del trabajo y la integridad de Hellinger, acusándolo de pertenecer a movimientos antisemitas, cuando lo que ha tratado de hacer es reconocer y tratar de reconciliar a todas las víctimas y sus perpetradores en tiempos del Holocausto.

De igual manera es muy criticada su postura autoritaria durante las Constelaciones, ya que en ocasiones sus afirmaciones resultaban duras, desconsideradas y hasta despiadadas. Hellinger en una de sus entrevistas dice:

“Yo no dejo nada en manos del cliente durante las Constelaciones Familiares. No dejo, por ejemplo, que él busque solo el lugar donde se siente a gusto. Solo le permito pequeñas cosas. No dejo a nadie la iniciativa, el cliente no encontraría jamás la solución solo. Si el pudiese hacer esto no vendría a preguntarme a mí.” (Hellinger, 1999 p.84).

Estas posiciones sobre el papel dominante de Hellinger, llaman la atención, pues en el mundo de la terapia no es común ejercer tal dominio al grado que se le ha tachado de arrogante y presuntuoso. Nuber (2003), expresa su opinión acerca de el autor, citada en *Psychologie Heute*: “tan libre de dudas, tan seguro de sus juicios y sin dejarse impresionar por la crítica, actuando también de modo tan autoritario. Hacia tiempo que nadie se atrevía a esto y menos en el contexto de la terapia”.

La obra de Hellinger es enorme, la cual ha desarrollado solo y con independencia esta forma de hacer Constelaciones Familiares. Por lo tanto ha abierto un campo desconocido e ignorado por la mayoría de las terapias hasta hoy en día.

Pero lejos de ser un problema o algo que pueda causar un dolor de cabeza, esto sirve para replantear y explorar sobre los puntos ciegos o asuntos aun

desconocidos y también destacar los logros hasta el momento, de esta manera se puede demostrar con investigaciones que las teorías psicológicas de antaño en la actualidad ya no son suficientes y que hay nuevos horizontes que se abren y que están puestos al servicio de la humanidad.

Ulsamer (2004) menciona que en el año de 1998 organizó una actividad docente de tres días en Friburgo, en la cual Hellinger demostró su trabajo con enfermos graves ante profesionales. Esto no fue lo impactante, lo impactante fue que siete meses antes de comenzar los 650 lugares para los que tenía capacidad el recinto, ya estaban reservados y antes del día de la inauguración tuvo que rechazar casi la misma cantidad de solicitudes. Llegó gente desde muy lejos con la esperanza de poder entrar en el último momento, una persona falsificó su entrada, algo totalmente inusual en el mundo terapéutico en Alemania y en cuanto se abrían las puertas, las personas corrían desenfrenadas a ocupar los primeros asientos.

El trabajo de Bert Hellinger es impresionante, es por esto, que algunas personas acuden a él con esperanzas de curación sobredimensionadas en ocasiones, ya que su seguridad (tan criticada en ocasiones), hace bien y tranquiliza.

### ***1.3. Descripción de la Técnica de Constelaciones Familiares***

Las personas que han estado presentes en una Constelación Familiar, no podrán negar que es totalmente impresionante lo que llega a suceder en ella. En ocasiones se llega a pensar que los representantes están actuando y fingiendo lo que esta pasando, pero cuando se está en el lugar del representante no queda ninguna duda de lo que sucede en realidad y de las reacciones que causan en cada una de las personas que se encuentran presentes.

#### ***1.3.1 Revisión de la Técnica de Constelaciones Familiares***

La mejor y más simple manera de realizar una Constelación es mediante un taller. Existen constelaciones que se realizan durante una terapia o bien durante

una charla individual. No obstante, la opción de un taller es la más adecuada, dado que gracias a la presencia de numerosos representantes se trasmite una impresión aún más amplia. En dichos seminarios asisten personas que pueden representar a los miembros de la familia. En la mayoría de los casos, acuden los participantes solos, ya que no se necesita que asistan otros miembros de la misma familia, pero si toman parte hermanos o alguno de los progenitores, o la pareja, esto hace más enriquecedor el trabajo.

La persona que está interesada en hacer una Constelación primeramente necesita un tema o problema, el cual es el motivo por el cual acude, por ejemplo, al taller asiste una hija, ya adulta que experimenta sin sentido aparente en repetidas ocasiones un sentimiento de ira contra su madre. En la Constelación se buscarán las causas desconocidas de su ira y la verdad saldrá a la luz, guardando la esperanza de lograr que su ira cambie, se reduzca o incluso desaparezca.

En primer lugar el terapeuta o facilitador pregunta a su cliente acerca de los hechos más significativos ocurridos en su familia durante las dos últimas generaciones, deben ser hechos concretos, sin entrar en grandes detalles. Después de esto el cliente elige de entre todos los participantes del seminario, un representante para los miembros de la familia que el terapeuta solicite, estén vivos o muertos. Normalmente se toman hombres para representar al sexo masculino y mujeres para representar al femenino. Ahora se realizará la Constelación, para la cual se necesita un espacio en medio de la habitación o un pequeño escenario. El cliente le dará a cada participante por orden, un lugar de orientación dentro del espacio de forma espontánea, sin hablar y sin explicación alguna.

Cuando el cliente ya ha ubicado a todos los miembros de la familia, se sienta en un lugar desde donde pueda observar todo lo que suceda, desde este momento

hasta el final será sólo observador y recibirá atento toda la información que se vaya presentado.

Lo extraordinario y misterioso de este método es que los representantes de la Constelación tienen acceso a los sentimientos y relaciones de los miembros de la familia que representan Ulsamer, (2004).

Cuando, por ejemplo, se establece la situación de que un niño o uno de los padres es ubicado al borde y aparta la vista de los otros, esto es vivido por el representante en forma negativa la mayoría de las veces. Es fácil entender y justificar. Pero más allá de esto, los representantes sienten muchos sentimientos y relaciones que existen en la familia en cuestión aunque estos se encuentren bajo la superficie. Ellos experimentan en repetidas ocasiones cambios corporales como tensión en los hombros, mareos, temblor de rodillas, ganas de llorar, expresar el enojo o bien retortijones de tripas. Los representantes sienten quien les gusta en su rol y quien no, con quien están molestos o con quien desearían profundizar sus contactos. Todos los lugares tienen su propia energía, de manera que quien se encuentra en un determinado lugar reacciona de forma similar. Incluso a veces el representante utiliza las frases que ese miembro de la familia siempre ha utilizado.

El terapeuta pregunta a cada uno de los representantes como se sienten en los lugares en los que están, en base a las respuestas puede ir agregando a miembros de la familia de generaciones pasadas, a partir de este momento suelen suceder cosas sorprendentes, cuando se ubica en la Constelación a miembros olvidados hace tiempo, muertos o apenas conocidos.

De esta forma, por ejemplo, un sobrino puede sentirse de pronto mágicamente atraído hacia su tío, quien murió décadas atrás en la guerra. Las Constelaciones muestran que si alguien se siente unido internamente en forma intensa hacia otro tienen en repetidas ocasiones en su propia vida, sentimientos

similares e incluso un destino similar al de este antepasado. Esto quiere decir que los hijos adoptan sentimientos y comportamientos de miembros antepasados de la familia y los suelen mantener durante toda su vida, aunque estos al principio les sean totalmente ajenos, lo cual significa que se encuentran entramados con sus antepasados. Así se puede explicar como las relaciones ocultas con otros miembros de la familia son el origen de muchos fenómenos como depresiones, sentimientos de culpa, perturbaciones psíquicas o inclinaciones al suicidio. Mientras alguien no ha reconocido con quien se encuentra unido, sus propios sentimientos y su comportamiento le serán muchas veces incompresibles. Estará influenciado invisiblemente por estas relaciones y algunas veces incluso dominado por ellas. El motivo de que una persona se encuentre implicada puede ser que una persona de la familia haya sido excluida y olvidada, pues estos miembros de la familia aparecerán regularmente durante las futuras generaciones, siendo representados por un nuevo miembro de la familia.

Para reconocer si una hermana muerta influye aún hoy a los miembros vivos de la familia hay que ubicar en la Constelación a una representante para esta. En el caso de que la cliente esté unida a la muerta, la representante de la cliente reaccionará. Tal vez sienta simpatía o miedo cuando coloquen a su lado a la hermana muerta, al mismo tiempo los representantes de los otros miembros de la familia también reaccionarán a su manera a la llegada de la hermana muerta. En toda la familia se puede percibir como cambian las sensaciones y los sentimientos, ya que alguien puede sentir miedo, o alivio, tristeza, etcétera. Así la cliente puede observar mediante estas reacciones con quien esta unida y de quien ha tomado los sentimientos.

El encuentro con los muertos es un paso liberador en muchas Constelaciones. Cuando se respeta a los muertos, estos se tornan amables con los vivos y las relaciones de estos con los muertos también cambian positivamente Ulsamer, (2004). En cambio los muertos olvidados en una familia representan más bien

una fuerza misteriosa y amenazadora oculta. Si se les manifiesta el respeto y la honra se transformarán en apoyo y refuerzo para los vivos.

La Constelación sigue desarrollándose a través de la entrada de nuevos representantes de la familia, estos también tienen reacciones causadas por los otros integrantes de la Constelación, el terapeuta debe estar al tanto de los movimientos de cada uno de ellos y en ocasiones utilizar frases simples que puedan decirse unos a otros. Estas frases desarrollan una fuerza liberadora si son auténticas. Los representantes poseen cierta sensibilidad para descubrir si una frase es auténtica y va de acuerdo con su vivencia. Si no es verdadera será rechazada por ellos. Las frases auténticas tienen un efecto positivo, en este caso la persona suspira aliviada y se nota en su rostro ligereza y hasta una sonrisa en ocasiones. El facilitador al finalizar debe procurar un orden dentro de la Constelación para que ésta se siga trabajando a través del tiempo.

El facilitador se da cuenta si ha llegado a la solución a través de la expresión de las caras, ya que cuando se llega a ésta, los rostros de las personas se iluminan y todos se sienten y se ven relajados.

En terapia familiar se llega a la solución cuando se encuentra el punto justo para todos en la familia; cuando cada uno se encuentra en el lugar que le corresponde, cuando asume lo que tiene que asumir, y cuando se centra en sí mismo sin interferir en la esfera de los demás

Al final de la Constelación, el participante del taller que ha presentado a su familia toma el lugar de su representante. Hasta éste momento el cliente había presenciado todo desde afuera, y ahora es tiempo de tomar su lugar y percibir conscientemente y adoptar el nuevo orden en su familia.

.Este método está basado en la comprensión de que a través del reconocimiento de lo que es y dándose cuenta de los enredos básicos, se es capaz de moverse

más allá de la familia. La manera de relacionarse se hace más abierta, consciente y flexible.

Es decir se trata de hacer conscientes impulsos incomprensibles, para buscar caminos que ayuden a resolver estas implicaciones trágicas o inclusive para poder impedir a tiempo que sucedan.

Una Constelación dura normalmente entre quince minutos y una hora, aunque también hay Constelaciones más cortas o más largas. La meta no es descubrir la interminable multiplicidad de todas las relaciones familiares, sino solo la trama más fuerte, aquella en la que la persona está atrapada y que bloquea su energía. Estas tramas son reveladas claramente durante la Constelación. Cuando se reconocen y solucionan, se establece la posibilidad de un nuevo orden adecuado en el cual todos los participantes se sienten bien. De esta forma la Constelación encuentra su fin natural.

El terapeuta suele dar por terminada la Constelación cuando una situación familiar con una carga emocional muy grande ha sido descubierta, y continuar trabajando amenaza con encubrir todo lo que se ha revelado hasta el momento. En ocasiones es necesario suspender la sesión porque la Constelación pierde su dinámica, la atención y la energía de los participantes se han agotado. Esto no quiere decir que la Constelación no haya servido, ya que dan a los clientes importantes orientaciones y sugerencias, por lo tanto, se desarrolla un efecto positivo.

Hellinger 2005 (Interior, revista de Constelaciones Familiares y sistémicas, 2005) dice que “lo que se trabaja en las Constelaciones es la reconciliación, primero con el destino personal, luego con el destino familiar y finalmente el destino colectivo. La reconciliación con aquello que es y que fue, es lo que trae paz al alma” (p.19)

### *1.3.2. Hechos Concretos en la Historia de la Familia*

Cuando se inicia un trabajo de Constelaciones es indispensable que el cliente tenga un tema o un problema a tratar. Este tema es de suma importancia, pero trae un trasfondo, este trasfondo se busca en Constelaciones por medio de preguntas, las cuales deben ser contestadas con hechos concretos que hayan pasado en la familia, no es de ayuda el escuchar como se sintieron las personas a partir de estos hechos sucedidos, y tampoco importa toda la historia de cómo sucedió, nombrar el hecho como tal, es lo que el terapeuta necesita para trabajar.

Hay ciertas preguntas que son adecuadas, y que pueden ser utilizadas por el terapeuta, como las siguientes (Ulsamer, 2004):

- ¿Murió en su familia alguna persona, antes de los 25 años de edad?
- ¿Hay actos delictivos y culpa grave en la familia?
- ¿Hubo anteriores relaciones de los padres con otras parejas?
- ¿Hay destinos que hicieron de alguien un excluido, ya sean estos un impedimento físico, hijos naturales, el internamiento en la cárcel o un establecimiento psiquiátrico, la homosexualidad o el exilio?
- ¿Hay destinos que provocaron un serio daño en las relaciones entre los hijos y sus padres naturales, como una adopción o haber sido educado por tutores?
- ¿Ha sido alguien de su familia expulsado de su patria?
- ¿Tiene alguien padres de diferentes nacionalidades?

Alguna de estas preguntas será contestada y seguramente ese hecho tiene influencia en los hijos, nietos y bisnietos.

### *1.3.3. Requerimientos para ser un Facilitador de Constelaciones Familiares*

Hellinger en 1999 mencionó que para que alguien pueda y sea autorizado a ofrecer el trabajo de las Constelaciones Familiares, tiene necesariamente que haber entendido, interiorizado y reconocido las leyes de la conciencia personal y

colectiva, de manera que se encuentre en condiciones de reconciliarlas en un plano superior, para que se pueda cumplir la principal demanda de la conciencia colectiva: que se conserven juntos los que pertenecen al grupo, y además al servicio de algo mayor, lo cual permite al individuo crecer mucho más allá de sí mismo, facilitándole a su vez la máxima realización personal posible.

Actualmente se imparten diplomados por el País, donde se da el entrenamiento en esta técnica, estos diplomados duran generalmente un año, y hace unos años se configuró la Maestría en Terapia Transgeneracional de Constelaciones Familiares, que hasta el día de hoy solamente es impartida en México en el Instituto Bert Hellinger, ubicado en el Distrito Federal.

#### *1.3.4. El Papel del Representante*

¿Por qué se necesitan representantes en las Constelaciones Familiares?, ¿Son un recurso necesario porque la familia entera no quiere o no puede estar presente?, ¿no sería mejor que las personas reales estuvieran situadas en la Constelación?

La práctica demuestra que no. Los representantes tienen una gran ventaja: no tienen prejuicios. Es por esta razón que el cliente elige un representante para sí mismo, ¿Por qué?, porque el está cargado de recuerdos de su familia, y eso contamina el proceso, ya que si existe algún resentimiento del pasado, en la actualidad sigue presente.

Los representantes no tienen los mismos sentimientos estables hacia los miembros de la familia desconocidos, es por esto que posibilitan el acceso al *campo conocedor* (del cual se habla en el siguiente capítulo). Estos representantes conocen solo aspectos esenciales de la familia, ya que el cliente no cuenta mucho a cerca de su historia, y entonces el representante no sabe nada de los sentimientos de los miembros de la familia y las posibles tensiones entre ellos. Los representantes en las Constelaciones Familiares cumplen con un rol de servicio.

Cuando alguien ve por primera vez una Constelación Familiar tiene la duda de si podrá participar como representante, pero no se necesita ser muy aprehensivo, o fantasioso, lo único que se necesita es tener la humildad para ponerse al servicio del paciente.

Hasta este momento se ha hecho un esbozo referente a las Constelaciones Familiares en el cual se destaca que la práctica de éstas es un proceso que permite ver y comprender los eventos y misterios que hay dentro de una familia y que también nos sirve para profundizar en los roles familiares.

Con las Constelaciones Familiares se puede hacer una introspección en las raíces de los destinos trágicos, para de ésta manera producir cambios favorables para todos, vinculando la conciencia colectiva con la conciencia personal en un plano superior que permita al individuo trascender más allá de las fronteras de su pequeño grupo para conectarse a un todo mayor, para disolver las diferencias entre individuos y colectividades.

La meta en Constelaciones Familiares no es descubrir la interminable multiplicidad de todas las relaciones familiares, sino solo la trama más fuerte, aquélla en la que la persona se encuentra atrapada y que bloquea su energía.

## **2. FUNDAMENTOS CIENTÍFICOS DE LAS CONSTELACIONES FAMILIARES**

### ***2.1. Fundamentación Experimental y Física de la Teoría***

Constelaciones Familiares es el resultado del esfuerzo de Bert Hellinger. El después de analizar y practicar varias teorías durante muchos años forjó la propia, y como tal cumple con todo aquello que compone una teoría.

La forma en como suceden las Constelaciones Familiares es muy peculiar, en ocasiones puede creerse que sucede magia dentro de éstas, por esta razón es que se ahondó en aspectos que el propio autor de las Constelaciones Familiares menciona para dar una explicación científica de lo que sucede en estas.

#### ***2.1.1 Estudios Anteriores***

Hasta el momento no existen muchos trabajos experimentales donde se intente comprobar la efectividad de la teoría, sin embargo, el más destacado de ellos pertenece a un trabajo de tesis doctoral de Höppner (2001), que en un diseño cuasi – experimental, buscó cambios en una muestra de 85 personas tras haberse sometido a esta técnica. Como hipótesis Höppner maneja que el cambio psicológico logrado por una Constelación Familiar se produce a través de un cambio en la imagen interna de la propia familia. En este trabajo se midió el bienestar psicológico antes y después de la terapia, y se encontraron mejoras significativas en un periodo de seguimiento de cuatro meses. Höppner descubrió que la disminución del malestar en la persona fue más significativo, cuanto más específica era la Constelación realizada con respecto a la demanda del paciente, su malestar disminuyó en mayor medida, que cuando fue menos específica. Un dato clínico interesante que aporta este trabajo es que aquellos clientes cuyo estado de partida es un malestar psicológico leve o mediano se benefician más de la Constelación Familiar que aquellos que acuden con una carga severa.

Como se comentó antes, no existen grandes datos a cerca de lo efectivo de esta teoría más sin embargo, son muchos los comentarios positivos sobre esta, ya que se menciona que el hecho de presentar una problemática para ser

representada en una Constelación, si ofrece resultados, tanto instantáneos – como el hecho de hacer consciente dinámicas ocultas dentro de la familia e interiorizarlas- así como resultados futuros, que desde mi punto de vista tienen su raíz en el hecho de que el individuo se hace más consciente al ver representada a su familia con todo y sus implicaciones.

### *2.1.2 Los Campos con Memoria*

Las Constelaciones Familiares aprovechan algo completamente nuevo, que hasta ahora no había sido percibido conscientemente por ninguna otra disciplina terapéutica. Este es el fenómeno del “campo conocedor”. Este concepto fue introducido por Albrecht Mahr. Sin la comprensión de este fenómeno es imposible entender y llevar a cabo el trabajo con las Constelaciones Familiares.

Un “campo conocedor” es el fenómeno por el cual los *representantes* tienen acceso a ese conocimiento que tienen las personas a quienes representan. Ulsamer, (2004). Lo cual quiere decir que ellos perciben los sentimientos y las relaciones en la Constelación de la familia como estas personas, por lo tanto los representantes se ponen en contacto con un estrato o verdad muy profunda de las relaciones en este sistema desconocido. Este es un fenómeno no aclarado hasta el momento.

Estos campos conocedores, también aparecen en otros tipos de terapias, como en el Psicodrama, la psicóloga Grete Leutz (2001) menciona: “En reiteradas ocasiones, la actuación psicodramática espontánea en el rol desconocido de la otra persona suele desarrollarse durante largos periodos de tiempo de forma tan fiel a las circunstancias de vida, constitución psicofísica y reacciones de este otro, que cuesta entender ese proceder, teniendo en cuenta el desconocimiento objetivo de las circunstancias”(p.58). En otras palabras, las actuaciones de los representantes, son tan fieles a la realidad, que son totalmente impresionantes hasta para el cliente, porque los representantes, en la mayoría de las ocasiones desconocen la vida del cliente y también de su familia.

La energía del campo conocedor se expresa en dos direcciones. Las Constelaciones Familiares son, en primer lugar, un inventario de las energías subliminales existentes en una familia. Esto queda demostrado por el lugar en que alguien está situado, la distancia que hay entre él y los otros miembros de la familia y la dirección en que mira. Los representantes perciben y comparten estas energías.

Al mismo tiempo, el campo conocedor, posee una energía que trata de lograr la curación. Los representantes que participan en la constelación perciben una corriente que los atrae, algunas veces más fuerte y otras más débil. Este flujo está siempre presente y se orienta hacia la solución. El terapeuta puede de esta manera confiar en los representantes Ulsamer, (2004).

Retomando estas dos direcciones se traducen de la siguiente manera, la primera, tiene que ver con las energías que existen dentro de la familia, que pueden ser vistas, por las posiciones de cada uno de los representantes (acomodados por el cliente), así mismo cuando los representantes no se sienten cómodos, pueden moverse y orientarse a otras direcciones, así mismo, su mirada también puede estar enfocada en diferentes lugares, lo cual le da al facilitador una pista de la dinámica que existe en la familia. Por otra parte, la segunda dirección obedece a la búsqueda y a la llegada de la solución, ¿de qué manera se logra esto?, esto sucede ya que los movimientos de los representantes marcan cual es el embrollo, la implicación que presenta la familia, por lo tanto, se demuestra algo que está sucediendo pero que es inconsciente para cada miembro de la familia, cuando esto es mostrado, el facilitador, acomoda la Constelación buscando la solución, el equilibrio dentro de la familia, así que estas implicaciones, irónicamente, marcan la solución.

### 2.1.3 Campos Morfogénicos

Existen nuevos modelos de pensamiento, nuevos paradigmas, maneras de pensar que provienen de la Física de este siglo, donde el Universo ya no es concebido como una máquina predecible y de compartimentos separados, sino como un conjunto dinámico de situaciones interrelacionadas y en ocasiones independientes. En la actualidad se ha descubierto, que lo que existe como un ente separado, independiente e individual, es parte de un todo y confluye con el funcionamiento de algo más, de algo extenso, que a la misma vez es complejo. Estos nuevos conocimientos, se han descubierto gracias a que están basados en estudios científicos, los protagonistas de estos interesantes tratados son las bacterias; las escogidas fueron unas que contaban con flagelos que las hacían capaces de nadar, en cierto momento se logró ver que ya no nadaban más, se asentaban en la pared del recipiente en el que se encontraban, después de haber estado cierto tiempo pegadas a estas paredes, volvían a nadar, pero ¿a qué se debía esto?, la respuesta es que esto sucede gracias a que estas bacterias liberan sustancias que les informan, por ejemplo: es momento de asentarnos y empezar a producir sustancias que les permitan adherirse, o ahora la comida ya está escasa, es momento de producir flagelos y activan sus sistemas para buscar otro lugar mejor, con lo cual se demuestra que la actividad de las bacterias en este caso no solamente depende de el lugar en el que están, sino, que también dependen de la actividad interna de estas mismas. En palabras más simples, dentro de un sistema existen acciones que se complementan, que no necesariamente tienen que ver una con la otra, en ocasiones son totalmente opuestas, sin embargo, actúa la acción que es adecuada en ese momento.

Para poder entender bien esto hay que ir más allá de las viejas formas de mirar el mundo. La *sincronicidad*, por ejemplo, es un evento que sucede fuera del tiempo y del espacio, como en otra dimensión y admite un significado que es a priori de la conciencia humana. Cómo se van repitiendo los hábitos de la

naturaleza, lo trata de explicar la teoría de los *Campos Morfogénicos* y de la *Resonancia Mórfica*.

Estos conceptos han sido introducidos por un científico llamado Rupert Sheldrake, él cuenta con un doctorado en Bioquímica en la Universidad de Cambridge. Actualmente es becario investigador de la Royal Society, miembro del Cler College de Cambridge y especialista en biología celular, en su haber tiene varios libros. Sheldrake es reconocido internacionalmente por sus estudios sobre los campos morfogénicos y considerado actualmente como uno de los más importantes biólogos del mundo.

Sheldrake, (1990) menciona que los *Campos Mórficos* son los que permiten la transmisión de información entre organismos de la misma especie sin mediar efectos espaciales. Cabe mencionar que el autor se refiere a transmisión de información y no de transmisión de energía, por lo tanto el término no se contrapone a la Teoría de la Relatividad publicada por Einstein a principios del siglo XX.

Dentro de sus investigaciones destacan dos, la primera fue patrocinada por la revista *New Scientist*, de Londres y la segunda por el *Brain / Mind Bulletin*, de Los Ángeles, California. Estos dos experimentos parece que confirmaron su teoría.

En el experimento patrocinado por *New Scientist*, a personas de distintas partes del mundo se les dio un minuto para encontrar rostros famosos escondidos en un dibujo abstracto. Se tomaron datos y se elaboraron medias. Posteriormente la solución fue emitida por la BBC en una franja horaria donde la audiencia estimada era de un millón de espectadores. Inmediatamente después de haber sido realizada la emisión; en lugares donde no se recibe la BBC, se realizó el mismo "test" sobre otra muestra de personas. Los sujetos que hallaron los rostros dentro del tiempo de un minuto fueron un 76% mayor que la primera

prueba. La probabilidad de que este resultado se debiera a una simple casualidad era de 100 contra uno. Según el Dr. Sheldrake, los campos no-locales, o campos morfogenéticos, habían transmitido la información a toda la especie, y no solamente a los que habían visto el programa.

En el experimento patrocinado por el Brain/Mind Bulletin de Los Ángeles, a varios grupos de personas se les pidió que memorizaran 3 poemas distintos. El primero era una canción infantil japonesa, el segundo un poema de un autor japonés moderno y el tercero un discurso sin sentido. Tal como la teoría de los campos morfogenéticos predice, la canción infantil, habiendo sido aprendida por millones de niños durante muchas generaciones, aunque éstos fueran japoneses, fue memorizada notablemente más rápido que las otras dos alternativas.

Los campos mórficos no solamente vinculan a los miembros de un grupo sino que también tienen en cuenta otras cualidades muy importantes como una memoria inherente, estos campos mórficos evolucionan en campos organizados, ya sea pájaros, galaxias o personas, cualquier tipo de sistema auto-organizado tiene una suerte de memoria. La forma en que se transforma y se traspasa esta memoria, es a través de lo que se ha hecho antes. Podemos ver que, a través de lo que es la resonancia mórfica, las ratas, enfrentadas con los mismos problemas bajo condiciones similares, más adelante se van a ajustar rápidamente a la prueba, porque eso ya estaba en su campo y de esta manera ya tienen información que ha sido transferida. Esto sucede en todos los lugares, es una suerte de telepatía colectiva, si se quiere llamarlo así, es una influencia que funciona con el correr del tiempo.

La resonancia mórfica entonces tiene que ver con lo que sería una tendencia conservadora a través de la cual tenemos hábitos que tienden a reforzarse a través de la repetición y que se encuentran muy arraigados dentro de lo que es nuestra conciencia, nuestra historia, patrones dentro de un patrón dominador. En

lo que la gente hace hoy, hay conexión con respecto a las cosas que se han hecho con anterioridad, por lo tanto el pasado, está presente a través de la resonancia mórfica, que conecta a los participantes presentes con aquellos que han hecho lo mismo en el pasado, integrándolos. Esto significa que lo que cada uno imagina, dice y realiza, o lo que cada uno de los grupos piensa, hace y dice, puede ejercer influencia sobre otros, inclusive aún cuando no tomen conciencia de eso.

En el área de la psicología: ¿Cómo serían los campos mórficos de nuestros procesos psíquicos? Serían parecidos a los de la física cuántica con información acerca del sujeto, de la familia del sujeto, del pueblo del sujeto y de toda la especie humana. Así, la memoria de nosotros mismos, no se ubicaría sólo en el interior de nuestro cerebro (como postulan la mayoría de los científicos que hoy estudian la memoria) sino que estaría también afuera. Sería una "mente extendida", dice Sheldrake. Y en el proceso de la rememoración, nuestro cerebro haría las veces de sintonizador que, a la manera de un aparato de televisión, por resonancia mórfica sintonizaría campos mórficos con informaciones específicas organizadas jerárquicamente. Para cada ser autoorganizado es más sencillo sintonizar con el propio pasado, pero también es posible sintonizar con el pasado de otros seres humanos, familias, grupos sociales.

Con esta cualidad de disfrutar cada ser humano de una mente extendida, son posibles los fenómenos que suceden dentro de la representación de las Constelaciones Familiares, ya que aunque los representantes son seres desconocidos, tal vez, nunca antes vistos para la persona que muestra su problemática familiar, pueden sintonizar con el pasado personal y familiar de éste.

Con respecto a la psicología analítica, Sheldrake (1990) relaciona su teoría con los conceptos de inconciente colectivo y de arquetipo desarrollados por Jung. Y

sugiere: "un principio similar opera a través de todo el universo y siguiendo la corriente principal planteada por Jung, el inconciente colectivo y los campos mórficos pueden llegar a cambiar completamente el contexto de la psicología moderna". Sheldrake hace referencia también a la descripción de inconciente colectivo que hace Marie Luise von Franz quien lo imagina en capas que por debajo del inconciente personal y que se encuentra representado por un "inconciente de grupo", por debajo de él un "inconciente común de unidades nacionales" y por debajo aún, "la suma de las estructuras psíquicas universales que compartimos con toda la humanidad". Y esto último aunque parece un tanto extraño, es algo que realmente sucede, ya que en experiencia personal de la autora de esta tesina, en alguna ocasión tuvo la oportunidad de participar en una serie de Constelaciones Familiares, en donde había personas de varias partes del mundo, por ejemplo, de España, Italia, Inglaterra, Dinamarca, Chile, Argentina y México. Lo impresionante es que en la Constelación personal de la autora, participaron personas de España, Inglaterra y Chile, y las representaciones fueron fieles a lo que su dinámica familiar era, a pesar de que participaban personas que nunca antes había visto y que a parte eran de otras nacionalidades. Constelaciones Familiares recuerdan que no existen fronteras entre los seres humanos, que todos somos parte de un todo mayor, en el cual podemos reconocernos unos a otros y traer nuestro pasado personal a la actualidad, dando cabida a la suma de estructuras psíquicas universales que compartimos con toda la humanidad.

## ***2.2 Correlación teórica de las Constelaciones Familiares y el Inconciente Colectivo de Carl Jung.***

Hace dos siglos nació en Freiberg, Alemania Sigmund Freud, mejor conocido como 'el padre del Psicoanálisis', porque en aquéllos tiempos eran escasas las acepciones del ser humano desde el punto de vista psicológico ya que predominaba el punto de vista desde la ciencia médica, se dice que Freud fue el pionero y que asentó bases sólidas para la psicoterapia, que como ya se ha mencionado, ha cambiado a lo largo del tiempo, pero estos cambios no han sido

exclusivos de la modernidad, estos existen desde principios del siglo pasado y fueron presentados por los discípulos de Freud, algunos de estos con ideas revolucionarias que les costaron la separación de la exclusiva 'Sociedad Psicoanalítica de los miércoles' (Kriz, 1985).

Uno de estos discípulos fue Carl Gustav Jung que en el año de 1910 fue presidente de la recién fundada "Asociación Psicoanalítica Internacional" en la ciudad de Nuremberg, Alemania.

Para el año de 1913 sucede la ruptura con Freud, porque Jung en una de sus obras aseveraba que la libido no solamente era energía sexual sino también era energía anímica, entendiéndose que los aspectos sexuales eran secundarios, también reconocía al inconciente como el suelo materno donde brota la conciencia y que este inconciente se encuentra constituido por contenidos personales y por contenidos colectivos y no como comentaba Freud que estaba constituido solo por contenidos reprimidos provenientes de las vivencias personales (Kriz, 1985).

Jung para lanzar su teoría del Inconciente Colectivo hizo extensos viajes donde estudió los sueños y las representaciones de seres primitivos, donde observó por ejemplo que los contenidos de sueños de hombres de raza negra, coincidían claramente con contenidos de mitología griega. Esto lo llevó a suponer que existían principios innatos de estructuración de naturaleza filogenético.

Carl Jung, menciona en su obra "Arquetipos e Inconciente Colectivo", (1936-1970) que existe un inconciente en cierta manera superficial el cual se llama inconciente personal, que descansa sobre otro más profundo que no se origina en la experiencia y la adquisición personal, sino que es innato, a este tipo de inconciente, le ha nombrado *inconciente colectivo*.

Este autor escogió el término colectivo porque este inconciente no es de naturaleza individual, más bien es universal, ya que tiene contenidos y modos de comportamiento que son los mismos en todas partes y en todos los individuos.

Estos dos tipos de inconcientes se componen de ciertos contenidos, los complejos de carga afectiva pertenecen al inconciente personal y forman parte de la intimidad de la vida anímica. A los contenidos del inconciente colectivo se les denomina arquetipos, estos contenidos son arcaicos y primitivos.

El concepto de arquetipo puede aplicarse indirectamente a las representaciones colectivas, ya que en verdad designa contenidos psíquicos no sometidos aun a elaboración consciente alguna, y representa entonces un dato psíquico todavía inmediato Jung, (1936). El arquetipo representa esencialmente un contenido inconciente, que al conciencializarse y ser percibido cambia de acuerdo con cada conciencia individual en que surge.

Jung no creía que estos arquetipos se heredaran como imágenes en sí y pasaran de generación en generación, es como si se creyera que las aves migratorias tuvieran en su cabeza un mapa del Mediterráneo, más bien esto es debido a que intervienen principios básicos de estructuración que organizan según ciertas imágenes los elementos psíquicos cuando estos ingresan en la conciencia.

En la teoría de Constelaciones Familiares también se hace alusión a dos tipos de conciencia, la conciencia sistémica o arcaica, y la conciencia personal. La primera de éstas dos, comparte conceptos, con el inconciente colectivo de Jung, o sea, son arcaicas, se han formado a lo largo del tiempo, son costumbres de una colectividad y se han convertido en leyes implícitas, son una forma de conciencia innatas, pero se les puede llamar inconciente porque 'no te das cuenta que las tienes'.

Sus aportes a la comprensión del hombre es que este se encuentra luchando contra una corriente que lo empuja a seguir el inconciente colectivo, el orden contra el caos, el ahorro contra la dispersión, proceso de *entalpía* hacia la *entropía*. En otras palabras, el ser humano cuenta con dos tipos de conciencia, una que le es heredada: *inconciente colectivo*, y otra que es personal y una va de la mano con la otra, si el ser humano no llega a reconocerse a si mismo, entonces se encontrará en una lucha incesante, con los conceptos dados por el inconciente colectivo.

La realización personal sólo es posible cuando existe una interacción efectiva entre tres esferas psíquicas: la conciencia, el inconciente individual y el inconciente colectivo.

Haciendo alusión a lo mencionado por Jung, de que cuando apenas nos toca lo inconciente ya somos inconcientes, nos volvemos inconcientes de nosotros mismos. Ya que la conciencia del hombre es insegura y vacilante, es todavía infantil, por lo tanto fácilmente puede barrerla una ola de lo inconciente, y este hombre se olvida entonces de quien es él y hace cosas en las cuales ya no se reconoce.

Retomando lo planteado por Hellinger en 2002, el hombre se encuentra a expensas de la gran conciencia sin siquiera saberlo, de pronto se encuentra haciendo y viviendo situaciones que no pertenecen a su persona, ya que son de alguien más, por lo tanto es importante el fortalecimiento de la conciencia, el cual sobreviene en Constelaciones Familiares cuando la verdad sale a la luz y el individuo hace conciencia de una situación, (fortalece su propia conciencia) y puede llegar a funcionar adecuadamente a través de tomar y reconocer lo que es suyo y dejando a un lado lo que no le pertenece.

Esta teoría del Inconciente Colectivo formulada por Jung, tiene mucho que ver con lo que son las Constelaciones Familiares, ya que a través de esta

*conciencia colectiva* que todos compartimos y que está en cada uno de nosotros, es la que permite que sucedan los movimientos en las Constelaciones Familiares, y como menciona Jung, el *inconciente colectivo* está, y no se sabe que se tiene, hasta el momento en el que surge, y es interpretado por el individuo, según su conciencia personal.

No podemos dejar de reconocer que si cada uno de nosotros estamos el día de hoy aquí es gracias a que antes hubieron más personas, y aunque nosotros vivimos en el siglo XXI, compartimos una memoria de muchos años, donde en saltos cuánticos aparecen expresadas en cada una de las personas.

Lo que sucede en Constelaciones Familiares no es otra cosa más que la comprobación de que todos los seres humanos gozamos de una conciencia compartida, totalmente ancestral, que puede ser manifestada hoy en día en un trabajo de Constelaciones Familiares.

### **2.3. La importancia de la Ayuda**

Las Constelaciones Familiares son posibles, gracias a los campos con memoria, a los campos morfogénicos, y al inconciente colectivo, pero no se puede dejar a un lado también una apreciación muy personal del autor de las Constelaciones Familiares sobre lo que es la ayuda, lo cual me pareció importante añadir en este capítulo, ya que ésta posición, de alguna manera también permite que se lleven a cabo las Constelaciones Familiares

Es muy común que dentro de nuestra profesión como Psicólogos, cuando una persona llega a nuestro consultorio a buscar ayuda, creemos que nosotros contamos con la solución a sus dolores del alma y que debemos ayudarles; en cierta parte tenemos razón, pero las cosas se complican cuando en algún momento llegamos a tomar el lugar de los padres de nuestros pacientes, y cuál es el resultado de esto, bueno el resultado no es más que una relación terapéutica de años y años, porque como terapeutas no pusimos límites, por

consiguiente los pacientes desarrollan hacia nosotros los mismos sentimientos que tienen para sus padres y terminamos siendo iguales que sus padres, la ayuda en este caso se queda entre la transferencia y contratransferencia y la terapia no avanza. La tarea de los terapeutas debe estar enfocada a conducir a los pacientes con sus padres verdaderos, para que se les honre y se les acepte. Así ambas partes permanecerán libres (Hellinger, 2003).

Cuando un adulto aparezca con un deseo de ayuda ante nosotros, nosotros debemos presentarnos también como adultos, una relación de igual a igual, sin arrogancias, es un error permitir que el cliente demande al terapeuta así como un niño lo hace con sus padres, y que en resultado el terapeuta trate al cliente como si fuera un niño, asumiendo en su lugar asuntos cuyas responsabilidades y consecuencias únicamente puede y debe asumir él. Reconocer la ayuda desde este punto, de igual a igual, de adulto a adulto, es lo que hace la diferencia más marcada entre el trabajo de Constelaciones Familiares y la Psicoterapia convencional.

Otra cuestión importante dentro de la ayuda es que no se debe tomar al cliente como si fuera un individuo aislado, porque es parte de una familia, de un sistema, es por esto, que el facilitador de las Constelaciones Familiares debe estar atento a lo que percibe, o sea de los integrantes de la familia a quien necesita o a quien le debe algo. Si el terapeuta ve al cliente junto con sus padres y antepasados, quizá también con su pareja y sus hijos, lo percibe tal como es en realidad. “Así también percibe y comprende quién es, en esta familia, la persona que necesita primero su respeto y su ayuda; a quien se ha de dirigir el cliente para darse cuenta cuáles son los pasos decisivos, y darlos” Hellinger, (2003 p. 18). Esto significa que la empatía del facilitador debe ser menos personal y sí más sistémica. Por lo tanto, la ayuda se da como liberación y fuente de fuerza.

Es de vital importancia que en el deseo de ayuda el facilitador deje a un lado los juicios personales y sociales, para que cuando el que recibe la ayuda se queje de sus padres o de su destino, el terapeuta no adopte como propia la visión del cliente, porque si lo hace de esta manera se encontrará al servicio del conflicto y no al de la solución. Por lo tanto, es preciso que el facilitador inmediatamente de un lugar en su corazón a la persona de la cual el cliente se queja, traducido en otras palabras es la actitud de sentir un amor incondicional a toda persona tal como es, por mucho que se diferencie de uno, así se abrirá el corazón para el otro. El terapeuta convierte una parte del otro en suya y lo que se ha reconciliado en su corazón, también podrá reconciliarse en el sistema del cliente (Hellinger, 2003).

### *2.3.1 Componentes de la Ayuda*

El primero de ellos es la *observación*, ésta, comenta el autor de las Constelaciones Familiares que debe ser nítida, exacta y enfocada en el detalle. En el trabajo de Constelaciones suceden muchas cosas, pero es importante observar cada una de ellas, cualquier movimiento por pequeño que sea, es importante, desde un pequeño paso, hasta un llanto. Recordemos que la observación es la premisa de las ciencias exactas y de la tecnología moderna también.

El segundo es la *percepción* la cual debe ser distanciada, para captar una visión extensa y global, para darle un contexto a la situación, le da un sentido a lo observado.

El tercer componente es la *comprensión*, la cual necesita la observación y la percepción previas, porque sin estas no hay comprensión, pero también sin comprensión lo observado y percibido quedarán sin contexto, la comprensión se puede traducir en el entendimiento de lo antes observado y percibido.

El cuarto es la *intuición*, la cual se parece a la comprensión, pero no son lo mismo, ya que la intuición es la comprensión repentina de lo que se ha visto y a partir de ella se da el siguiente paso o movimiento. “La intuición, reconoce el siguiente movimiento y es exacta” Hellinger, (2003 p.21). Este cuarto componente me parece de suma importancia, ya que cuando me he acercado a preguntar a los facilitadores de Constelaciones Familiares sobre como saben que movimiento hacer, lo único que contestan es... ‘de repente lo sé y confío en lo que estoy viendo’, lo cual realmente me parece asombroso.

Y por último está la *concordancia* que es la percepción desde el interior y está orientada hacia el actuar, ésta es similar a la intuición con la diferencia de que esta concordancia es la que permite sintonizar con el otro, para así comprenderlo, pero para comprenderlo se debe sintonizar también con su origen, con sus padres, pero también son su destino, sus posibilidades, sus límites, las consecuencias de sus actos, con su culpa y con su muerte. Pero siempre es importante mantener una distancia para que la ayuda sea efectiva, el estar en concordancia con el cliente no quiere decir estar rendido a sus pies o compadeciéndonos de él a cada segundo.

Concluyendo, en Constelaciones Familiares ciertamente falta mucho por investigar a cerca de este método de trabajo, lo que corresponde al área científica puede que no quede muy claro, pero debemos reconocer que como dijo Sheldrake en 1995 “debido a que la ciencia institucional se ha vuelto conservadora, tan limitada por los paradigmas convencionales, algunos de los problemas más fundamentales son ignorados, tratados como tabú o puestos en el último lugar de la agenda científica” (p.78), por lo tanto no se les da la importancia que merecen, y cuando se les da la importancia, resulta que lo ponen en aprobación personas con mente cuadrada, acostumbradas a lo matemático y a lo que puede ser representado y comprobado a simple vista. Es por esto que con los elementos con los que se cuentan se explica esta teoría apoyándonos en otras ya aprobadas con anterioridad como es el caso de la

teoría del inconciente colectivo, que si de verdad nos ponemos a pensar no es descabellada, es totalmente real, sin embargo, se debe contar con un pensamiento amplio, abierto a varios paradigmas, al fin y al cabo, se haya comprobado o no hasta el momento, el fenómeno de Constelaciones Familiares ha sucedido y sigue sucediendo hoy.

Resultó interesante incluir en este capítulo algunas opiniones del autor sobre lo que es la ayuda, porque en esta nueva teoría, se deja ver muy claro, que en la ayuda no hay jerarquías, ya que se trata de igual a igual, sin caer o dar pie al narcisismo, en el que a veces algunos terapeutas de diversas corrientes llegan a ser objeto.

Es necesario recordar que lo único que se busca en Constelaciones Familiares es reconocer, y reconciliar las partes dañadas dentro de un sistema familiar, sin arrogancias, ni prejuicios, simplemente desde el alma, desde el centro del corazón, con el amor como estandarte.

### **3. CONCEPTOS BÁSICOS DE LA TEORÍA DE LAS CONSTELACIONES FAMILIARES**

#### **3.1. Aspectos Generales de la Teoría**

##### *3.1.1. Pertenencia a la Red o Sistema Familiar*

Primeramente es de importancia dar una explicación de lo que a Sistema se refiere el autor de las Constelaciones Familiares, “la palabra sistema se refiere a una comunidad de personas unidas por el destino a través de generaciones, cuyos miembros, de manera inconsciente, pueden verse involucrados en el destino de otros miembros. El alcance de este sistema se define por el alcance de los destinos causantes de implicaciones” (Hellinger, 2001 p. 108).

- Al sistema familiar pertenecen la persona misma y sus hermanos y hermanas; también pertenecen los niños que mueren al nacer, los abortos naturales y provocados.
- Los padres y sus tíos (as) los que murieron y nacieron muertos y hermanos (as) ilegítimos.
- Los abuelos (as).
- Los bisabuelos (as).
- Gente que no siendo parientes fueron injustamente tratados, por ejemplo: parejas anteriores de los padres o abuelos.

##### *3.1.2. La Conciencia desde la visión Hellingeriana*

Una base fundamental de las Constelaciones Familiares es la conciencia y para entenderla es necesario hacer referencia a lo observado por Hellinger en su trabajo por Sudáfrica, en donde se percató que existían tribus, de 20 ó 30 miembros donde dependían unos de otros y nadie podía abandonar la tribu y tampoco se excluía a ningún miembro, a menos que hubiera asesinado a alguien de la propia tribu.

En este grupo regían dos órdenes fundamentales, la primera es el derecho a la pertenencia, en el cual ningún miembro podía negar a otro la pertenencia dentro

del grupo, no importando si vive o muere, es parte de él. Y la segunda es el orden original que aseguraba la superioridad a los miembros más viejos del grupo, por encima de los más jóvenes, así que cada uno tenía su lugar dentro del grupo. Estos dos órdenes mencionados con anterioridad, estaban dados al grupo por una *conciencia colectiva*, de esta manera cualquier infracción contra estos órdenes conducía a una *mala conciencia* y al sentimiento de culpa.

La función de la *conciencia* es guiar el comportamiento del individuo, lo que tiene que hacer y lo que no debe hacer. Siempre está relacionada a un grupo y a las normas que son válidas, lo que es considerado bueno y malo en ese grupo en particular. Si un individuo viola esas normas, tiene *mala conciencia*: se siente culpable. Si las sigue, tiene una buena conciencia: se siente inocente. La conciencia es dada por la sociedad y regula nuestra pertenencia a cierto grupo. Osho le llama a esta conciencia la *política interior*.

Es necesario hacer una división en el concepto de conciencia, porque existen elementos que constituyen o forman la conciencia, pero que no pueden ser englobados en una misma categoría, de tal manera que, existe una conciencia que se percibe y una conciencia que es arcaica e inconciente. A continuación se detallarán las características de cada una para clarificar el concepto.

a) Conciencia sistémica.

La conciencia grupal, arcaica o inconciente, se fue formando a través de los años, con acciones y costumbres colectivas que se fueron archivando en la memoria de las personas que conforman los grupos, para después convertirse en leyes implícitas, contenidas en cada uno de los miembros de ese grupo en particular.

A la conciencia arcaica también se le llama inconciente, porque no te das cuenta a ciencia cierta que la tienes, pero es más poderosa que la conciencia personal. Como está formada por lo que constituyó la esencia de ese grupo que ha sido reforzado a lo largo de las generaciones, entonces actúa, como un guardián del

grupo y todos los miembros de ese grupo están sujetos a sus leyes. Para dejar más claro lo anteriormente citado, a continuación se dan unos ejemplos: “en este grupo todos los hombres aprovechan su fuerza y trabajan, el que no lo haga será excluido de este”. Otro ejemplo, podría ser: “en esta comarca todas las mujeres son monógamas, la que no sea así, será señalada”.

Hellinger, (citado por Svagito, 2006) esta conciencia se rige por las siguientes leyes:

- Ley de Pertenencia: todo el mundo tiene el mismo derecho a pertenecer al sistema familiar. Ejemplo: un primer niño olvidado, que murió temprano, posteriormente es representado por otro niño que lleva el mismo nombre.
- Ley del Sistema Jerárquico: todo el mundo dentro del sistema tiene una jerarquía de acuerdo al tiempo, aquellos que vinieron antes tienen una mayor jerarquía que los que llegaron después. Ejemplo: un hijo que intenta compensar inconscientemente por una culpa personal de su padre, viola esta ley.
- Ley del Equilibrio: la familia debe ser equilibrada, cualquier injusticia hecha anteriormente a un miembro anterior de la familia deberá ser equilibrado por un miembro posterior. Ejemplo: el hijo de una mujer que no honró a su primer marido tiene hacia su madre los mismos sentimientos que ese hombre debe haber tenido.

Esta conciencia regida por sus leyes (ley de la pertenencia, jerarquía y del equilibrio) sirve tanto a las necesidades personales como a las necesidades sistémicas. Por lo tanto a menudo son experimentados conflictos de conciencia, donde se siente culpabilidad e inocencia al mismo tiempo, por ejemplo, en una familia donde todos los varones han sido golpeadores, existe un varón que decide actuar a *mala conciencia* y dejar de ser así, por lo tanto se siente inocente porque no hace daño a su pareja, pero culpable porque traiciona a las conductas que eran normales en su sistema. Estos conflictos son inconscientes,

y la conciencia arcaica es tan pesada que muchas veces gana sobre la conciencia personal y el patrón de comportamiento se sigue perpetuando.

La conciencia de grupo, no conoce la justicia para los descendientes, sino únicamente para los antepasados, aquellos que tienen que asumir el destino de un excluido son obligados injustamente por la conciencia de grupo, ya que ellos son absolutamente inocentes, en cambio, los que realmente son culpables, quizás se encuentren bien a pesar de todo. Este hecho tiene que ver con un orden fundamental en todo sistema familiar, el orden que se rige por la siguiente ley: “Quien una vez pertenece al sistema, tiene el mismo derecho de pertenencia que todos los demás. Algunos, sin embargo, condenan o excluyen a otro miembro del sistema. Esta es una injusticia que será expiada a través de la implicación, sin que los afectados mismos lo sepan” (Hellinger, 1999 p.19).

#### b) La conciencia personal

La conciencia personal o conciencia que se percibe, apareció cuando un grupo se encontró con otro grupo y algún miembro se dio cuenta de la diferencia que existía entre unos y otros, aparece entonces la conciencia de ser mejor o peor que posteriormente se lleva a la competencia en el sentido de “yo soy mejor que tú”, “yo tengo más derecho a pertenecer que tú”, etcétera. Con este telón de fondo se desarrolló la conciencia personal; lo que es percibido por nosotros como buena y mala conciencia, asociada al sentimiento de culpa e inocencia personal.

Esta conciencia deslinda a los miembros del grupo entre sí y conduce al desarrollo de la conciencia individual; y más adelante, también a la oposición de persona y comunidad o de libertad individual y autodeterminación en relación con las normas y exigencias del grupo. La conciencia personal tiene muchos estándares diferentes, uno para cada una de las relaciones o grupos a los que se pertenece.

Con el paso del tiempo se fueron replegando estas normas y órdenes de la conciencia colectiva al inconciente, de manera que ya no se impusieron naturalmente como buena o mala conciencia. Así como el individuo se colocó sin lugar a dudas del lado del grupo, así la conciencia personal se colocó del lado de la conciencia colectiva.

### *3.1.3. El Amor*

Para esta teoría lo más importante es el amor, porque es a partir del cual se dan todos los movimientos. Tanto como para estar implicados, como para llegar a la solución. Una de las expresiones de este amor que causan en mi más impresión es el amor totalmente incondicional que tienen los hijos hacia sus padres, donde a pesar de lo que haya pasado y éstos no tengan culpa alguna, toman el lugar de los padres y prefieren pasarla mal ellos a que éstos últimos la pasen mal, por ejemplo, cuando alguno de los dos (padre o madre) se encuentran implicados en una dinámica, los hijos suelen decir 'yo tomo tu lugar', esto para mitigar el sufrimiento de cualquiera de los padres, y los hijos lo hacen con gusto sin esperar compensación alguna. Detrás de todo comportamiento, por muy extraño que parezca, actúa el amor, así mismo detrás de los síntomas que una persona presenta siempre actúa el amor. Es por esto, que lo decisivo en terapia es encontrar el punto en el que este amor se concentra. Esta es la raíz, y desde ahí siempre se encuentra el camino a la solución, ya que también la solución siempre pasa por el amor Hellinger, (2001). El amor fluye mejor cuando los padres son los padres y los hijos son los hijos, o sea cuando la jerarquía es respetada.

En ciertos trabajos terapéuticos se encamina al paciente para que saque toda su rabia, y lo que generalmente ocurre es que el este se autocastiga, Hellinger dice que esto ocurre porque el alma del hijo no tolera el menosprecio de los padres, por eso siempre es importante buscar la fuente de amor.

#### *3.1.4. El Equilibrio*

Existe una necesidad de llegar a un equilibrio entre el dar y el tomar, entre la ganancia y la pérdida. En un nivel inconsciente, esta necesidad actúa como una tendencia a la compensación en la fatalidad, con esto se quiere decir, que si alguien le hace un mal a otra persona, también se está haciendo sufrir a si mismo; o si ésta persona vive algo bueno, lo paga con algo malo. Esto suena paradójico, sin embargo, es el resultado del deseo de escaparse de la presión, ya que la presión por alcanzar un equilibrio es inmensa. Muchos problemas se deben a esta necesidad instintiva de llegar a un equilibrio, esta necesidad no conduce a ninguna solución, a no ser que encuentre otro tipo de compensación en otro nivel: la compensación a través del bien, de respeto y el amor Hellinger, (2001). Para ejemplificar el equilibrio, se presenta el siguiente caso: la abuela de una mujer, aproximadamente a los cuarenta años recibió una gran herencia, por consiguiente, su vida se transformó, ya que en cuestiones materiales, nada les hacía falta; un día decidieron hacer un viaje al extranjero, por lo tanto, ella, su marido y tres de sus cinco hijos tomaron un avión, el cual media hora antes de llegar a su destino, sufrió un accidente, en el cual murió el marido, y sus tres hijos y ella quedó parapléjica. Después de que se contó la historia, se comentó que le había pasado algo muy bueno (el recibir la herencia), pero también le pasó algo muy malo (el perder a sus familiares), por lo tanto aunque trágicamente, pero ahí se llegó a un equilibrio, o sea, pasó algo bueno, pero también algo malo, todo esto originado por la constante presión de llegar a un equilibrio.

#### *3.1.5. Los Excluidos*

“Los excluidos son aquellos a quienes se les niega el honor, la pertenencia o la igualdad de rango” (Hellinger, 1999, p. 25).

Son aquellos que en una familia fueron apartados por algún motivo, porque actuaron de mala manera, fueron asesinos, o simplemente ya no están y no son recordados. Estos excluidos son recordados inconscientemente por miembros del sistema, por lo tanto, estos nuevos miembros suelen identificarse con ellos y

seguir ciertos patrones de vida a los que estuvieron sujetos estos excluidos, por ejemplo un abuelo, un tío o un padre puede estar presente (aunque no físicamente) dentro de un sistema a través de otro miembro.

Aquellas personas que tienen que asumir el destino de un excluido son obligadas injustamente por la conciencia de grupo a llevar ese destino, ya que ellas son absolutamente inocentes (Ulsamer, 2004).

### *3.1.6. La Implicaciones*

Hellinger, (1999) mencionó que una implicación significa que alguien en la familia, inconscientemente, vuelve a asumir y a vivir la suerte de otro miembro de la familia, anterior a él. Por ejemplo, cuando en la familia se dio a un hijo para adopción, más tarde, alguien se comportara como si hubiera sido dado; y no podrá liberarse hasta saber que se halla en medio de una implicación sistémica. Estas implicaciones tienen que ver con la conciencia arcaica. Cabe destacar la diferencia entre una implicación y el seguir un modelo, ya que el seguir un modelo es algo que se hace conscientemente, se tiene a la persona que sirve como modelo y ésta se decide si seguirlo o no, sin embargo, las implicaciones se dan de manera inconciente, la persona no sabe que está viviendo como el otro, no puede ser libre, porque éste no decide si lo sigue o no, simplemente se comporta como tal.

## **3.2. Dinámica de las Relaciones desde la teoría de Hellinger**

### *3.2.1 Dar y Tomar, Culpa e Inocencia.*

Hellinger, (1996) comenta que todas las relaciones humanas se inician dando y tomando, y con este dar y tomar también comienzan nuestras experiencias de inocencia y culpa, estos son dos aspectos importantes para la comprensión de las dinámicas que se presentan en las relaciones. La persona que da tiene derecho a recibir, y la persona que toma también se siente obligada. “El derecho en un lado y la obligación en el otro son el patrón fundamental de culpa – inocencia a toda relación” Hellinger, (1996). Es por esto que en la dinámica

de dar y tomar, las personas no están tranquilas hasta que aparece la compensación, en otras palabras la persona que toma, también da y la persona que dio, también toma.

Cuando el individuo recibe algo de otros, por muy bello que sea, pierde su independencia e inocencia, porque cuando toma, se siente obligado y en deuda con la persona que le dio algo. Esta culpa la experimenta como un malestar y se siente presionado y para librarse de ella lo que hace es dar también. “No hay tomar, sin este precio” Hellinger, 1996, p.38).

Por otro lado, está la inocencia, que se puede experimentar como placer. Esto sucede cuando se ha dado sin tomar y también cuando se da más de lo que se toma y el resultado es sentir libertad, porque no se está obligado a nada, entonces a quien se le dio o quien tomó se siente culpable.

Según Hellinger (1996) para poder conservar este estado, hay tres comportamientos:

1. La Huída: estado en el cual las personas pretenden conservar su inocencia negándose a tomar, por lo tanto, no estarán obligados a nada, pero las personas que toman este comportamiento, por lo regular llegan a sentirse vacíos y descontentos y son personas depresivas. En la primera relación que tuvieron (padre – madre) se negaron a tomarlos, por lo tanto así sucede en sus siguientes relaciones. Y ¿cuándo podemos darnos cuenta de que la persona no tomó de su padre ni de su madre?, podemos notarlo cuando estas personas mencionan que aquello que se les dio no fue adecuado ni suficiente, o no toman por tener conciencia de las fallas del que da. El resultado, sin embargo, siempre es el mismo, los que así actúan se quedan inactivos y vacíos.
2. El Ideal Altruista: la segunda forma de experimentar la inocencia es el derecho a exigir de otros cuando la persona ha dado más de lo que ellos le han dado a él. Por lo general, esta inconciencia es pasajera, ya que en

cuanto él también toma del otro, su derecho se acaba. Pero algunas personas prefieren mantener este sentimiento de inocencia y no permiten que los demás le den también a él, para que la otra persona si se sienta obligada y él no.

Esta libertad suele ser pasajera ya que los otros suelen alejarse, porque no quieren tomar nada de aquel que se encuentra en una constante negativa de recibir y tomar de los otros, la consecuencia es que personas así se quedan solas.

3. El Intercambio es la tercer forma de experimentar la inocencia, y ésta sucede cuando la persona ha tomado en la medida en la que ha dado. Quien toma algo de otro, también le devuelve el equivalente. Es importante que el intercambio sea grande, ya que si es ligero, no se aporta mucha ganancia, en cambio cuando es grande se tiene la sensación de libertad, de justicia y de paz, por lo tanto, las personas involucradas en la relación se sienten satisfechas . Esto sucede gracias a la plenitud, que es un efecto contrario a la huída, que sucede cuando la persona logra tomar a sus padres como son, y toma de ellos lo que le den, por esta razón la persona podrá tener otras relaciones donde pueda dar y tomar en mayores cantidades.

### *3.2.2 Traspasar lo recibido*

Hellinger (1999) menciona que cuando se da el intercambio, a veces no se puede llegar a la total libertad ya que entre el que da y toma existe un desnivel insalvable. Esto sucede entre padres e hijos o maestros y alumnos. Padres y maestros como todos sabemos, dan, los hijos y los alumnos toman. El intercambio se da de esta manera: los primeros reciben algo de los segundos; pero el desequilibrio no se elimina, solo se mitiga (Hellinger, 1998). Pero se llega a una compensación ya que padres y maestros un día fueron hijos y alumnos pero han traspasado a la siguiente generación lo que ellos recibieron en la anterior. “Podemos aliviarnos del peso de la obligación, traspasando a otros algo de lo que recibimos” (Hellinger 1996 p. 84).

Aunque las palabras culpa e inocencia suelen sonar fuertes, no sirven para otra cosa más que para mantener el orden, para dar un equilibrio.

### *3.2.3 Daño y Pérdida*

Por otro lado en el tomar y el dar también existen una culpa y una inocencia malas, por ejemplo, cuando el que toma es un perpetrador y el que da es la víctima del primero. Esto sucede cuando uno atenta contra otro de manera que este no pueda defenderse, o en el caso de cuando uno reclama algo que necesariamente tiene que perjudicar o doler al otro. Dentro de esta situación, surge la necesidad de compensación, porque la víctima tiene derecho de exigirla y el perpetrador siente obligación para satisfacer la exigencia.

En el contexto de daño y pérdida, la inocencia se puede vivir de diversas maneras, una de ellas es la impotencia, porque el perpetrador, el que hace daño, actúa y la víctima padece, al perpetrador se le encuentra más culpable en la medida en que sus actos sean más graves y esto se da cuando su víctima es más indefensa e impotente. Si la injusticia fue hecha, la víctima rara vez permanece indefensa, ya que podría actuar, exigiendo del perpetrador justicia y expiación, para así poner fin a la culpa y permitir un nuevo comienzo Hellinger, (1996). Si la víctima no actúa, otros actuarán en su lugar, con el distintivo de que el daño que hagan será más grave que si la propia víctima se hubiera ocupado de su venganza.

### *3.2.4 Doble Transferencia*

En “el centro se distingue por su levedad”, (Hellinger, 2002) narra el caso de una pareja donde ella tiene un amante y además se lo dice a su esposo de una manera airada, para la gente que los rodeaba era incomprensible el por qué ella se veía enfadada con él, siendo que éste era un hombre amable, cariñoso y tranquilo. Al revisar la historia transgeneracional Hellinger encontró que el padre de ésta mujer había sido infiel de manera descarada y la madre se había

comportado como si nada estuviera pasando reprimiendo su dolor. De tal manera que no pidió reparación del daño al perpetrador en este caso el padre, y entonces la hija toma el lugar de la madre enojándose con su marido, siendo leal a su madre, pero además es infiel descarada siendo leal a su padre. Esto es a lo que Hellinger le llama doble transferencia.

En este caso la víctima es aquel que menos puede defenderse, porque ama a la persona perpetradora. Donde los inocentes prefieren sufrir en vez de actuar, pronto hay más víctimas inocentes y perpetradores culpables que antes.

El autor menciona que la solución a este caso hubiera sido que la madre se mostrara enfadada abiertamente con su marido, de esta manera, él habría tenido que enfrentarse a la realidad y se habría dado una separación clara o un nuevo comienzo.

### *3.2.5 El Destino*

Podemos sentirnos culpables si fuimos favorecidos por el destino a costa de otros, sin que pudiéramos cambiar ni evitar nada Hellinger, (1996). Por ejemplo, una persona nace, pero su madre muere, la persona equivocadamente siempre se sentirá culpable por la muerte de la madre. Otro ejemplo lo podemos encontrar en una persona que va manejando en carretera, en el camino se le poncha una llanta, mientras va circulando; desafortunadamente pierde el control del automóvil y choca contra otro automóvil matando al conductor de éste; pero el automovilista del primero se salva. Claramente se puede percibir que no hay culpa, sin embargo, esta persona se sentirá en deuda con el conductor y con su familia.

Ante culpas e inocencias tan fatales, el individuo se siente como impotente, en todos los sentidos y por esto es que son tan difíciles de soportar Hellinger, (1996).

Tanto para lo bueno, como para lo malo, el individuo se encuentra expuesto a un destino difícil de calcular, que no depende necesariamente de nuestra bondad o maldad; este destino decide sobre muerte y vida, salvación y desgracia, sanación o perdición Hellinger, (1996).

La impotencia que estos individuos sienten es suficiente como para no sentirse merecedores del regalo de la vida, por lo tanto son personas que recurren en ocasiones al suicidio, a una enfermedad o contraen una culpa en sentido moral y van cargando con la pena.

Hellinger, (1996) menciona que estas soluciones son debidas a un pensamiento mágico y que no son más que una forma infantil de asumir la felicidad inmerecida.

Pero si se es un buen observador, la desdicha no disminuye, al contrario, aumenta y podemos verlo en el ejemplo donde la madre muere y el niño nace; si este toma la decisión de suicidarse, el sacrificio de su madre fue en vano y la madre se queda cargando la responsabilidad de la desdicha de su hijo.

Sería distinto si el hijo dijera a su madre que el que ella haya perdido su vida en el parto, no fue en vano, porque él le sacará provecho en memoria suya. De esta manera el sacrificio de la madre habrá valido la pena.

Los sentimientos de culpa e inocencia impulsan a las relaciones manteniéndolas a través de su interacción.

Hellinger, (2002) autor de la teoría de las Constelaciones Familiares menciona que existen condiciones predeterminadas para las relaciones humanas, estas son:

- La vinculación.
- La compensación.

- El orden.

“El vínculo, la compensación y el orden se condicionan y se complementan mutuamente, y su interacción es lo que experimentamos como la conciencia” (Hellinger, 1996 p. 55).

Aunque existe una interacción entre estas tres necesidades cada una tiende a actuar a su manera, por lo tanto podemos sentir la culpa y la inocencia de maneras distintas, esto depende directamente de la meta y de la necesidad a la que sirven.

Desde el vínculo se puede sentir la culpa como exclusión y lejanía y la inocencia como cobijo y cercanía.

Desde la compensación entre dar y tomar se siente la culpa como obligación, y la inocencia, como libertad o derecho.

Desde el orden, se siente la culpa como infracción y como temor ante el castigo, y la inocencia, como cumplimiento y como lealtad.

La conciencia sirve a cada uno de estos fines, aunque resulten contradictorios. En consecuencia, también se experimentan estas contradicciones en los fines como contradicciones en la conciencia. En muchas ocasiones la conciencia al servicio de la compensación, exige aquello que al servicio del vínculo se prohíbe, y al servicio del orden permite aquello que al servicio del vínculo impide (Hellinger, 1996).

Por ejemplo, cuando se causa un daño igual al que otro causó, se da la compensación y la persona se siente justa, pero el vínculo desafortunadamente queda destruido. Para reparar esta situación y que todas las necesidades quedan cubiertas sería necesario que el daño causado debe ser un poco inferior

del que se recibió, así la compensación sufre ligeramente pero el vínculo y el amor ganan.

### *3.2.6 La Vinculación*

La conciencia nos vincula con el grupo importante para nuestra supervivencia. “La conciencia no está por encima de este grupo, ni por encima de su creencia o superstición: está a su servicio” Hellinger, (1996 p. 59).

Un niño se integra a su grupo de origen sin cuestionarlo, solamente se adhiere a él con mucha fuerza. El niño vive esta vinculación con amor y con felicidad independientemente de si en el grupo podrá desarrollarse favorablemente Hellinger, (1996).

### *3.2.7 La Lealtad*

“Lealtad significa amor y también significa estar dispuesto a compartir el destino de la familia” (Hellinger, 1999 p. 134).

Cuando en un grupo el individuo se encuentra en un lugar inferior la conciencia ata con más fuerza, por lo tanto la persona se esmerará día a día y seguirá siendo fiel, su entrega es totalmente desinteresada, en el orden familiar se puede apreciar como los hijos en lugar de sus padres o antepasados realizan lo que no planearon, expían lo que no hicieron y cargan con culpas de lo que no causaron.

En un pequeño la lealtad y la fidelidad es muy grande hacía sus padres y algunas enfermedades graves se encuentran vinculadas con este amor, como por ejemplo la anorexia. “En su alma de niña, la anoréxica le dice a uno de sus padres: -prefiero desaparecer yo antes que tú-. Por tanto, una enfermedad de este tipo es difícil de curar, porque para su alma infantil constituye una prueba de inocencia con lo que espera conservar y asegurar su derecho de pertenencia. Así pues, la enfermedad va unida a un sentimiento de fidelidad” (Hellinger, 1996, p.62).

Es por esta situación que es difícil la cura para estas personas, porque aunque aparentemente se hagan intentos por curarse, el problema está en que pegado a la cura va el temor de perder la pertenencia y el sentimiento de culpa y traición.

Para comprender de mejor manera como actúa la lealtad se extraerá íntegro un ejemplo de la obra “El centro se distingue por su levedad” de Hellinger (2002), el ejemplo versa así:

“La bisabuela de un cliente se casó con un campesino joven y quedó en estado. Estando aún ella embarazada el hombre murió, al parecer de fiebre nerviosa. Fue un 31 de diciembre cuando tenía 27 años. Una serie de sucesos masivos a partir de ese momento, sin embargo, indican que la bisabuela, ya durante este matrimonio, mantuvo una relación con el hombre que posteriormente se convertiría en su segundo marido, y que la muerte del primer marido estaba relacionada con este hecho. Incluso se sospechó que fuera asesinado.

La bisabuela se casó con su segundo marido –el bisabuelo del cliente- el 27 de enero. Este bisabuelo murió de accidente cuando su hijo tenía 27 años. El mismo día, exactamente 27 años después, un nieto del bisabuelo murió de la misma manera en un accidente. Otro nieto desapareció a la edad de 27 años.

Exactamente cien años después de la muerte del primer marido de la bisabuela, un bisnieto se volvió totalmente loco un 31 de diciembre, a la edad de 27 años, es decir, la misma fecha y a la misma edad a la que murió el primer marido de la bisabuela. El 27 de enero, el aniversario de la boda de la bisabuela con su segundo marido, este bisnieto se ahorcó. Para entonces, su mujer estaba embarazada, igual que la bisabuela, al morir su primer marido.

El hijo del hombre que se había ahorcado, es decir, el tataranieto del bisabuelo del cliente, había cumplido 27 años un mes antes de la fecha de esta carta. Mi cliente tenía el presentimiento de que le podía pasar algo a ese hijo, pero pensaba que el peligro sería mayor en el aniversario de la muerte de su padre, es decir, exactamente el 27 de enero. Así pues fue a verlo para protegerlo y juntos visitaron la tumba de su padre. Después, su madre contó que este hijo el 31 de diciembre había estado totalmente fuera de sí, jugando ya con un revólver, en además de suicidarse. Finalmente, la madre y su segundo marido pudieron disuadirlo. Todo esto ocurrió exactamente 127 años después de morir el primer marido de la bisabuela a

la edad de 27 años, un 31 de diciembre. Falta añadir que estos familiares no sabían nada del primer marido de la bisabuela.

Aquí aparece, pues, un suceso fatal que sigue teniendo efectos trágicos hasta cuatro y cinco generaciones después.

Pero esta historia aún sigue: Unos meses después de esta carta, el cliente acudió a mí, presa del pánico, ya que estaba en peligro de matarse y no se veía capaz de defenderse contra sus ideas de suicidio. Le dije que se imaginara a sí mismo delante del primer marido de la bisabuela y que lo mirara, se inclinara profundamente ante él, hasta el suelo, y que le dijera: 'te doy la honra. En mi corazón tienes un lugar. Por favor, bendíceme si me quedo'.

A continuación le pedí que les dijera a la bisabuela y al bisabuelo: 'cualquiera que fuera vuestra culpa, la dejo con vosotros. Yo no soy más que un hijo'. Después le hice imaginar que retiraba su cabeza de la soga, con cuidado, y que lentamente retrocedía, dejando la cuerda colgando. Así lo hizo. Después, se sintió muy aliviado y liberado de sus ideas de suicidio. Desde entonces, el primer marido de la bisabuela se ha convertido en amigo y fuerza protectora para él", (p. 68 y 69)

### *3.2.8 La Expiación*

La expiación es una forma de compensación. Existe una ley natural que siempre procura compensar un desequilibrio. Esta ley también actúa sobre la psique, y siempre busca la compensación. La expiación representa un intento de recompensar un desequilibrio, pero es un intento impulsivo. Frecuentemente se realiza sin que la persona afectada pueda controlarlo Hellinger, (2001).

### *3.2.9 El Derecho a la Pertenencia*

La conciencia de grupo concede a todos el mismo derecho a la pertenencia y cuida de que todos los que forman parte también se les reconozca este derecho a la pertenencia; pero sí reconoce una excepción, esta incluye a los asesinos de miembros del propio grupo, por regla general esta conciencia exige que se les expulse Hellinger, (1996). "La persona que mata a otro miembro de su sistema o quiere matarlo, o al miembro de otro sistema, pierde su derecho a la pertenencia" (Hellinger, 2001, p.88).

Esta cuestión de excluir a un miembro puede sonar fuerte, aún así, no hay ninguna falta de respeto para el miembro que puede ser excluido, la exclusión implica que si el padre es el excluido los hijos se despidan de él desde sus corazones, con amor y dejando que se vayan con su víctima o víctimas según haya sido el caso.

Otra forma de excluir se da cuando un miembro del grupo fue olvidado, esto es muy común cuando un hijo muere a temprana edad, pero aquí no termina todo porque la conciencia dirige a otro en el grupo a representar a la persona excluida, imitando la suerte de esta sin siquiera darse cuenta de ello Hellinger, (1996). Por ejemplo, a través de una identificación inconsciente un nieto imita a un abuelo excluido, viviendo, sintiendo, haciendo planes y fracasando como él, sin conocer el contexto, pero esto no es más que una recompensa negativa, porque no ayuda a nadie, porque la injusticia cometida con un miembro anterior, solamente es repetida por otro miembro posterior, inocente y no alcanza ninguna reparación. Al final de cuentas el excluido, sigue siendo excluido.

### ***3.3. Los órdenes del amor entre padres e hijos y en la red familiar.***

#### ***3.3.1 Dar y Tomar***

En este orden los padres dan y los hijos toman, pero, ¿qué es lo que dan los padres?, ellos dan lo que antes tomaron de sus padres y aquello que como pareja toman uno del otro. “Los hijos en un primer lugar toman a sus padres como padres, y en un segundo lugar todo aquello que los padres les den de más” (Hellinger, 1996, p.90). Los hijos más tarde pasarán lo que recibieron de sus padres a otros y especialmente a sus propios hijos.

“Quien toma la vida a través de sus padres, está en concordancia con su origen, se halla de acuerdo con su destino singular, determinado en gran parte por sus padres. A través de sus padres recibe tanto sus posibilidades como sus límites” (Hellinger, 1999 p. 24).

Hellinger menciona que quien toma puede hacerlo porque antes tomó y quien toma puede hacerlo porque en un futuro dará.

Este orden también es válido entre hermanos ya que quien estuvo primero tiene que dar al posterior, y quien llega más tarde tiene que tomar del anterior Hellinger, (1996), de esta manera el primero da al segundo y al tercero, el segundo da al tercero y toma del primero y el tercero recibe del primero y del segundo.

En otras palabras, los hijos toman de los padres la vida, que éstos a su vez también la tomaron de sus propios padres, así como cuidados, sustento, protección, que es imposible devolver y en este caso específico la deuda adquirida con los padres se paga con los propios hijos y lo mismo ocurre con los hermanos mayores, toman más de los padres porque estuvieron primero, porque fueron únicos durante un tiempo y deben pagarlo con sus hermanos más pequeños, de la misma manera, cuidándolos, protegiéndolos, etcétera.

### *3.3.2 El Honrar*

En un segundo lugar, los órdenes del amor, padres e hijos y entre hermanos comprenden que todo el que tome honre el don recibido y al dador de lo que tomó Hellinger, (1996). De esta manera el don recibido lo asimila el individuo y con el hecho de honrar le refleja al que dio, este don que recibió.

Luego entonces, si de los padres tomamos la vida, hay que hacer algo bueno con ella, en honor a los padres, y lo mejor que podemos hacer con ella es aceptarla, vivirla y pasarla a nuestros hijos.

### *3.3.3 La Jerarquía*

En un tercer lugar en los ordenes de la familia existe una jerarquía que se encuentra orientada de arriba hacia abajo, en relación al antes y después Hellinger, (1996). Si se sigue este orden encontramos que los padres tienen

prioridad sobre los hijos, ya que estos estuvieron primero y el primer hijo tiene prioridad sobre sus hermanos. “El ser se define y obtiene su rango gracias al tiempo. El tiempo le confiere su estructura. El que estuvo primero en un sistema tiene prioridad sobre aquel que vino después” (Hellinger, 2001, p.41). Este orden es natural e inalterable, un segundo hijo, no podrá ser jamás el primero. Si este orden llega a alterarse el sistema sufre. No quiere decir que un hijo sea mejor que otro, solamente que tiene un lugar que nadie más puede tomar, por ejemplo, cuando un hijo muere se debe honrar al muerto dejando su espacio vacío, es decir, el siguiente hijo se deberá nombrar con un número progresivo, o sea, si muere el segundo hijo, y nace un tercero, éste es el tercero, no se le puede nombrar como el segundo.

Como ya se mencionó, lo que toman los hijos no es cualquier cosa, es algo sumamente importante: la vida. Así el hijo debe tomar la vida tal como sus padres la dan, en conjunto, y que este hijo asienta a sus padres tal y como son, sin ningún otro deseo, ni rechazo, ni temor (Hellinger, 1996).

Hellinger comenta que este tomar es una realización humilde esto implica que la vida se toma como viene dada con todo y su destino, sus límites, las posibilidades, las implicaciones en el destino de la familia, con la culpa de la familia, sea lo que sea. Como ayuda, Hellinger ofrece un pequeño ejercicio, que la autora de este trabajo quiere compartir con el lector, el cual consiste en arrodillarse delante del padre y la madre, inclinándose profundamente, hasta el suelo, debes también extender tus brazos hacia delante, con las palmas de las manos abiertas hacia arriba, y diciendo: ‘les doy la honra’. Después levántate y mira a los ojos a tu padre y a tu madre, agradeciéndoles el don de la vida, diciendo, por ejemplo:

*“Gracias al amanecer de la vida*  
‘Querida Mamá, querida Mami:  
la tomo de ti, toda entera,  
con lo bueno y lo malo,  
y la tomo al precio entero que a ti te costó  
y que a mi me cuesta.

La aprovecharé, para alegría tuya (y en tu memoria).  
No habrá sido en vano.  
La sujeto firmemente y le doy la honra,  
y, si puedo, la pasaré, como tú lo hiciste.  
Te tomo como mi madre,  
y tú puedes tenerme como tu hijo(a).  
Tú eres la Verdadera para mí,  
y yo soy tu verdadero (a) hijo (a).  
Tú eres la grande, yo el pequeño (a).  
Tú das, yo tomo. Querida Mamá:  
Me alegro de que hayas elegido a Papá.  
Vosotros dos sois los únicos para mí.  
¡Sólo vosotros!.” Hellinger (1996, p.93).

Después se hace lo mismo con el Padre, cambiando las palabras Mamá y Mami por Papá y Papi, advierte el autor que la persona que realice este acto interior se encontrará en paz consigo mismo, porque se sabrá bueno y completo.

Si se analizan las palabras de Hellinger, se puede observar la humildad con la que un hijo toma la vida de sus padres y asiente a ellos, aceptándolos tal y como son, sin quitar ni poner.

El autor de las Constelaciones Familiares advierte que quien rechaza a sus padres se rechaza a sí mismo, y se siente poco realizado, ciego y vacío.

La vida del ser humano llega a un punto en donde ya no necesita seguir tomando a manos llenas lo que sus padres le dan, este momento es cuando el individuo se convierte en adulto. Para este tiempo el hijo debe reconocer todo aquello que le fue dado, agradecerlo y aceptar que fue suficiente; para el resto hacerlo él mismo, con esto el individuo adquiere autonomía. Sin embargo existen los casos en que los hijos adultos siguen exigiendo más y más a los padres dan lo que tienen, pero nunca será suficiente y cuando sea suficiente no lo tomarán porque ya no tendrán más nada que reclamar.

#### *3.3.4 La Inversión del Orden*

El dar y el tomar lleva un orden como ya se comentó con anterioridad, padres dan a hijos, hijos toman. Pero en las familias en ocasiones este orden llega a

invertirse cuando un posterior, en lugar de tomar del anterior y honrarlo por ello, pretende darle al anterior como si fuera igual o incluso superior a él Hellinger, (1996).

En otras palabras los padres se comportan como hijos y toman y los hijos como padres dando, pero este acto de buena fé y de amor no llega a ningún lugar. El resultado que tiene en ocasiones es que el hijo suele castigarse gravemente y fracasa. “El orden, sin embargo, no puede superarse mediante el amor. Ya que antes que todo amor, en el alma actúa un sentido del equilibrio que procura restablecer y hacer justicia al orden del amor, incluso al precio de la felicidad y de la vida” Hellinger, (1996 p.97).

El autor de Constelaciones Familiares menciona que el único camino de salvación es comprender el orden y después seguirlo con amor. “El orden, sin embargo, nos viene dado y no es posible sustituirlo por el amor. Sería ilusorio” Hellinger, (2001 p.41). En la única situación donde los padres pueden recibir de los hijos es en la vejez o cuando están discapacitados, ya que los hijos deben cuidar de ellos.

### *3.3.5 Red Familiar*

Cuando hablamos de familia muy comúnmente pensamos solamente en nuestros padres y hermanos, en ocasiones pensamos en los abuelos pero más allá de ellos no lo hacemos. Hellinger habla que pertenecemos a una red familiar, esta red familiar se forma cuando la familia del padre se une con la familia de la madre.

Una red familiar actúa como unida por una fuerza que vincula a todos sus miembros, y por un sentido del orden y del equilibrio que en todos sus miembros obra de la misma manera. A quien ésta vincula y a quien este sentido tiene en cuenta, también forma parte de la red familiar Hellinger, (1996).

### *3.3.6 El Vínculo*

Los miembros de una red familiar se encuentran vinculados como si fueran una comunidad unida por el Destino, en la que la fatalidad de uno también afectará a todos los demás, provocando en ellos el deseo de compartirla Hellinger (1996).

Por ejemplo, en una ocasión a la autora del presente trabajo le tocó presenciar una Constelación donde el padre había muerto de un infarto hacía un año atrás, en el presente uno de sus hijos tuvo un accidente donde pudo haber perdido la vida. Cuando a la participante se le pidió hiciera la configuración familiar, salió a la luz que el hijo estaba siguiendo el destino trágico del padre y quería estar con él, quería seguirlo. Esto se da porque los vivos interiormente le dicen a los muertos –te sigo- porque se hallan bajo la presión del vínculo fatal y del amor que este vínculo conlleva.

Es importante señalar que en la mayoría de los casos este proceso se desarrolla de manera inconsciente. Sin embargo, aquel que conoce los vínculos fatales puede liberarse de ellos conscientemente.

### *3.3.7 El Derecho a la Pertenencia*

Dentro de la red familiar todos tienen el mismo derecho a la pertenencia, más sin embargo, algunos integrantes de esta red conscientemente niegan a otros este derecho, como por ejemplo cuando un hombre casado tiene un hijo ilegítimo, y su mujer dice –este hijo y su madre, no forman parte, no quiero saber nada de ellos- o cuando un integrante de la familia murió a temprana edad y ya no se le nombra, como si no formara parte de ésta, o cuando un integrante presenta un comportamiento que avergüenza a la familia, se le desconoce.

Cuando los miembros de una red familiar le niegan el derecho a la pertenencia a otro miembro anterior, sea por desprecio o por miedo ante su destino, o porque se niegan a reconocer que hizo sitio –un lugar- para otros posteriores, o por no querer reconocer lo que le deben, más tarde bajo la presión del sentido del

equilibrio sistémico y mediante la identificación, un miembro posterior lo imitará, sin poder darse cuenta de ello Hellinger, (1996).

### **3.4. Los Órdenes del Amor entre el Hombre y la Mujer**

#### **3.4.1 Hombre y Mujer**

A un hombre le atrae una mujer porque como hombre le hace falta la mujer y viceversa. Sólo cuando el hombre convierte a una mujer en su mujer y la tiene como mujer, y sólo cuando la mujer convierte al hombre en su hombre y lo tiene como hombre, son hombre y mujer, y ese hombre y esa mujer se convierten en pareja Hellinger, (1996).

Es de suma importancia que el hombre quiera a la mujer como mujer y la mujer quiera al hombre como hombre, porque cuando se quieren por otros motivos, ya sea para divertirse, o porque el otro es rico, o pobre, culto o sencillo, o porque quieren conquistarlo o protegerlo o salvarlo, porque lo quieren como padre o madre de sus hijos, la base estará edificada sobre arenas movedizas.

Recordando aquello que se mencionó anteriormente donde los padres dan y los hijos toman, en éste apartado el amor que hay de todo corazón entre los padres será dado a sus hijos. Y si su amor como pareja se debilita también pasará debilitado hacia sus hijos. Si su amor es tan grande entre pareja los hijos se sienten amados y respetados por ambos padres.

#### **3.4.2 El Vínculo en la Relación de Pareja**

En la pareja también existe el vínculo y este surge a partir de la consumación del amor entre un hombre y una mujer. Este acto de amor, mejor conocido en nuestra sociedad como –hacer el amor- es lo que propicia el vínculo entre hombre y mujer y este vínculo es para siempre, aunque nuestro pensamiento y experiencia digan lo contrario y se crea que a partir de una separación o un divorcio y con la aparición de una nueva pareja este vínculo queda deshecho.

El vínculo por increíble que parezca permanece, es por esto que en ocasiones las segundas relaciones se viven con culpa, no se toman plenamente, solo lo podrán lograr cuando el vínculo con la primera relación es reconocido y valorado, y cuando los nuevos compañeros saben que vienen después de los anteriores y que gracias a que los primeros no están, ellos pueden estar Hellinger, (1996).

### *3.4.3 Conciencia y Equilibrio*

Hellinger, (1999) menciona que en lo hondo del alma existe una necesidad de equilibrio. La persona que recibe algo siente la necesidad de equilibrio. La persona que recibe algo siente la necesidad de compensarlo, dando también. De esta manera se permite el intercambio y la cohesión.

En el caso de la relación de pareja, se sabe que cada uno proviene de familias diferentes en las que se les permite dar o tomar más o menos según sea el caso, esto se intuye. “Al estar con una persona sé exactamente cuanto puede tomar el otro y cuánto puede o debe devolverme” Hellinger, (1999 p.54). De esta manera la persona sabe cuanto puede dar en la manera que el otro pueda y quiera devolverle. Si uno da más de lo que el otro tolera la relación se encuentra en peligro, porque la persona que no puede devolver en la manera en la cual recibe se enoja porque no le puede regresar el equivalente y ésta se retira. Pero existe una manera de lograr el equilibrio en un nivel superior; esto sucede cuando la persona que no puede devolver en la misma medida que se le da, valora lo que el otro le ha dado y lo reconoce diciendo: -sé que me das más de lo que yo puedo devolverte, lo tomo como un regalo especial- y ahora si puede funcionar. “Donde no es posible compensar el desequilibrio en una relación, no puede darse ninguna unión verdadera” Hellinger, (1999, p.55).

Es impresionante que la dinámica de fondo es muy diferente a lo que se ve en realidad, porque en una relación de pareja muchas veces se llega a escuchar: - se alejó de él o de ella porque se cansó de dar- y retomando lo anteriormente expuesto tal vez, esa persona que se retiró recibía tanto que no pudo con la

presión y se retiró, sin embargo, no se pueden hacer generalizaciones, siempre es importante constatar cada caso, y en las parejas con el hecho de poner frente a frente a los representantes podremos observar su dinámica de fondo.

#### *3.4.4 La Renuncia*

El amor entre hombre y mujer exige una renuncia y con renuncia la autora del trabajo no hace referencia a lo que Ustedes como lectores pueden estar imaginando, en otras palabras no es la renuncia a los amigos (as), las fiestas, la libertad y la autonomía, de la renuncia de la que se habla es hacia los padres. En el hijo hombre la renuncia es hacia la primer mujer en su vida, es decir a su madre, para que pueda hacerse un hombre; y para hacerse mujer la hija debe renunciar al primer hombre en su vida, es decir al padre.

El hijo tiene que pasar de la esfera de la madre a la esfera del padre y la hija de la esfera del padre a la de la madre Hellinger (1996). Si el hijo se encuentra todavía en la esfera de la madre, siempre será un adolescente, el favorito de las mujeres o un amante, pero difícilmente llegará a ser un hombre, y si la hija se queda en la esfera del padre no pasará de ser una niña o una amante, pero difícilmente será una mujer. “Cuando el hijo del padre se casa con la hija de la madre tienen más posibilidades de formar una pareja estable” Hellinger, (1996 p. 113).

#### *3.4.5 La Igualdad de Rango*

Los órdenes del amor entre hombre y mujer son diferentes a los órdenes del amor entre padres e hijos, ya que cuando uno de los individuos exige un amor incondicional como el de sus padres a su pareja, aquél del que se está esperando se retira, porque es injusto, es algo que no le toca.

Como ya es sabido el individuo a lo largo de su vida aprende patrones que se le fueron dados dentro del seno familiar, cuando este individuo se encuentra con otra persona que viene con otros patrones de conducta deben llegar a un

acuerdo en el que cada uno renuncie a los patrones negativos y aporte los positivos a la relación, pero esto se da a través de sentimientos de inocencia y culpa y es difícil porque si se siguen tomando en cuenta los patrones negativos los individuos sienten inocencia y si adoptan nuevos patrones que sean positivos, aunque sean mejores que los otros sienten culpa. “Así lo bueno y la felicidad de su relación únicamente se compran al precio de esta culpa” Hellinger, (1996 p.119).

#### *3.4.6 La Fidelidad en la Relación de Pareja*

Hellinger, (1999) comenta que la fidelidad en la pareja está representada con el respeto hacia la otra persona y la fiabilidad para la tarea en común que tenga. De esta manera el amor se fortalece, ya que los miembros de la pareja son adultos y no dependen el uno del otro, como el hijo de la madre. Si alguno de los dos integrantes adoptará una posición infantil donde exigiera la presencia del otro, éste último por regla general se separa, ya que es demasiado lo que se le pide.

#### *3.4.7 Implicaciones Sistémicas*

El hombre y la mujer que componen la pareja provienen de una red familiar cada uno y cada red familiar cuenta con sus implicaciones y en ocasiones uno de los dos o ambos se ven obligados a solucionar conflictos pasados en lugar de otros. A continuación aportaré un ejemplo de la obra “El centro se distingue por su levedad” de Hellinger, (1996 p.119)

“Un hombre y una mujer se saben muy unidos, pero a pesar de todo, entre ellos surgen conflictos que no comprenden. Un día en que la mujer, furiosa, se enfrentó a su marido, un terapeuta se dio cuenta de que su cara cambiaba hasta parecer el rostro de una mujer mayor. Al mismo tiempo ella le echaba en cara a su marido cosas que no podían referirse a él. El terapeuta le preguntó: ¿Quién es la mujer mayor? En ese momento, ella se acordó de su abuela, una tabernera. Una y otra vez el abuelo la había arrastrado por los pelos por la taberna, delante de todo el mundo. Y la mujer se dio cuenta de que la rabia que

ella sentía hacia su marido era la rabia de la abuela hacia el abuelo, reprimida en aquel entonces”.

Muchas crisis matrimoniales tienen sus raíces en estas transferencias, pero si se hacen conscientes estas implicaciones los individuos se pueden volver más cautelosos en cuanto sientan la tentación de agredir al otro sin ningún motivo aparente.

### **3.5 Emociones en las Constelaciones Familiares**

En Constelaciones Familiares se habla mucho del amor, y parece como si los otros sentimientos no tuvieran espacio dentro de esta teoría, no obstante, Hellinger, 1999 reconoce la existencia de los sentimientos originales de los sentimientos deducidos. Los primeros se distinguen porque con ellos va de la mano el actuar, y los segundos aportan solamente la inactividad.

A continuación se mencionarán algunos sentimientos que reconoce el autor de la teoría en las personas.

- La Envidia: por ejemplo, si se habla de la envidia, la cual significa querer tener algo sin pagar el precio que cuesta, y en lugar de trabajar con la envidia se trabaja en llevar al cliente a tomar la decisión, de estar dispuesto a pagar el precio necesario por el éxito, así el cliente se encuentra enfocado y en la actividad y no en la inactividad.
- Rabia o Ira: la ira se puede dividir en dos, porque existe el sentimiento original que surge cuando la persona es atacada, en consecuencia, esta rabia hace que la persona pueda defenderse porque le da fuerza, pero en la mayoría de los casos esta ira pasa a la otra división, en donde la rabia se basa solamente en la imaginación y así la persona solo se enfurece pero no actúa, esta rabia suele basarse en proyecciones y sospechas sin fundamento. La ira en ocasiones sustituye el dolor y la tristeza (Hellinger, 2001).

Existen diferentes tipos de ira:

a) Primer tipo: alguien ataca a una persona o comete una injusticia con ella, por lo tanto reacciona de manera correspondiente, con rabia e ira. Esta ira permite que se defienda, o salga adelante con más fuerza. Capacita a la persona a actuar, es una ira positiva que fortalece. Cuando se llega a la meta, la ira se calma.

b) Segundo tipo: la persona se enfurece y se enoja porque se da cuenta de que no ha tomado lo que hubiera podido o tenido que tomar, que no ha exigido lo que hubiera podido o tenido que exigir, o que no ha pedido lo que hubiera podido o tenido que pedir, aunque hubiera podido o tenido que tomar, exigir o pedir. Esta ira sustituye el actuar y aparece como consecuencia de los actos omitidos. Por tanto, paraliza, incapacita, debilita y frecuentemente, dura mucho tiempo. La ira como rechazo del amor tiene efectos similares. En vez de que la persona exprese su amor, se enfurece con todos aquellos que ama. “Esta ira se remonta a la infancia si se desarrolla como consecuencia de un movimiento interrumpido hacia uno de los padres. Posteriormente, al darse situaciones similares, la ira repite la vivencia temprana, sacando de ella su fuerza” Hellinger, (2001 p. 193).

c) Tercer tipo: el individuo está enojado con una persona porque ha cometido una injusticia con ella sin querer admitirlo. Con esta ira se resiste a asumir las consecuencias de una culpa, y se la pasa a otro. También esta ira sustituye su propio actuar, porque permanece pasivo, se paraliza o se debilita.

d) Cuarto tipo: alguien le da tanto a un individuo, que a este le resulta imposible compensarlo y eso es muy difícil de soportar. En consecuencia el individuo se resiste al que da y se enoja con él. Esta ira se expresa en forma de reproche, un ejemplo puede ser de los hijos contra los padres. Sustituye el tomar, el agradecer y el dar, dejando a la persona paralizada y vacía. Esta ira puede expresarse como depresión en una separación o cuando la persona le debe a quienes han muerto o han sido excluidos Hellinger, (2001).

e) Quinto tipo: algunos sienten una rabia que adoptan de otros y en lugar de éstos, por ejemplo, cuando en un grupo un participante reprime su propia rabia, al cabo de un tiempo, otro miembro del grupo se enfurece, en la mayoría de los casos, el más débil, recordando que no tenía ningún motivo para hacerlo. En una familia, el miembro más débil suele ser un niño, así cuando la madre está resentida con el padre y aún así reprime su ira, uno de los hijos se enfadará con él. “Frecuentemente, el más débil no sólo se convierte en portador de la ira, si no también en su blanco” Hellinger, (2001 p. 194).

e) Sexto tipo: existe una ira, que es estratégica, surge cuando deber surgir y no por miedo, ni por estar enojado con él mismo, es una fuerza interior que encuentra lo que es necesario para enfrentar una situación pesada.

- El Odio: es la otra cara del amor y surge cuando alguien fue herido en su amor. Si la persona expresa su odio está cortando su acceso al amor. Cuando el odio es expresado una reconciliación ya no será posible. “Con el odio la persona pierde justamente aquello que quería tener” Hellinger, (1999 p. 118).
- El Miedo: el miedo es un sentimiento concreto en que una situación, una actividad o una persona crean una sensación de inseguridad en otra, como el miedo de un niño a que su madre se vaya y no vuelva, o el hecho de temer a los muertos. La mejor manera de disipar este sentimiento es encarándolo.

### **3.6. Situaciones Especiales dentro de las Constelaciones Familiares**

#### **3.6.1 Enfermedad**

A lo largo de su trabajo Hellinger ha configurado una gran cantidad de constelaciones en las cuales también ha trabajado con enfermos y ha notado varias constantes al trabajar con ellos, pudiendo rescatar así tres dinámicas fundamentales; basadas en el amor incondicional de los hijos a un miembro de

la familia, a un hermano, a la madre o al padre, cualquiera de ellos que haya muerto.

La primera de ellas es una tendencia que dice: -te sigo a la muerte o a la enfermedad o a tu destino; la segunda menciona: -prefiero morir yo antes que tú, o prefiero marcharme yo antes que tú; y la última que se caracteriza por la expiación de una culpa personal.

Estas dinámicas son totalmente inconcientes, y pueden ser la raíz de algunas enfermedades, graves y en ocasiones suicidas.

### *3.6.2 La Muerte*

Se puede notar que Hellinger en su trabajo también incluye a los que ya no están, ó sea a los muertos y esto lo hace porque menciona que hasta la generación de los bisabuelos, aunque estén muertos, siguen teniendo un efecto en el sistema, y más si han sido excluidos u olvidados. Si se les hace presente, se les recuerda y además se les respeta su destino y se les honra, de esta acción emanará una fuerza positiva y sanadora para los vivos. La muerte no es otra cosa más que una forma de existencia Ten Hövel, (1999).

Concluyendo, dentro de esta teoría un sistema es visto como una comunidad de personas, unidas por el destino a través de generaciones. Aunque familiares del individuo hayan muerto, siguen siendo parte de su sistema familiar, aún hayan sido abortos espontáneos o provocados, y la gente que aunque no sea pariente haya sido tratado injustamente. Por lo cual podemos ver que la red familiar puede ser muy extensa.

Este sistema familiar cuenta con individuos que comparte una conciencia y tienen otra propia. La conciencia colectiva o conciencia arcaica es la que regula el orden dentro de la red familiar. Si éste orden es violado por alguna circunstancia, el individuo tendrá una mala conciencia. La conciencia personal le sirve a la persona como guía para lo que debe y no debe hacer. Estas

conciencias se encuentran reguladas por la ley de pertenencia, la ley del sistema jerárquico y la ley del equilibrio (ya revisadas dentro de este mismo capítulo).

Estas dos conciencias siempre van de la mano, sin una no existe la otra y sin la otra tampoco puede sostenerse la primera.

Dentro del sistema familiar suceden varias situaciones y aunque sean buenas o malas, siempre tienen su base en el amor, ¿qué se quiere decir con esto?, se quiere decir que si un individuo sufre, muy seguramente es por el amor y la lealtad a otro miembro del grupo, de igual manera la solución también tiene como actor de fondo el amor.

En el individuo se genera una necesidad de equilibrio entre dar y tomar, que muchas veces trae problemas ya que algo bueno se compensa con algo malo y viceversa; cuando lo mejor sería como menciona Hellinger, una compensación a través del bien, el respeto y el amor.

Hasta el momento se ha concluido a cerca de los individuos que son parte del sistema, pero no debemos olvidar que en estos sistemas existen los excluidos, los cuales, son las personas a las que se les niega la pertenencia y la igualdad de rango, porque actuaron con mala conciencia o porque ya no están y no son recordados. Pero pasa algo muy curioso porque los nuevos integrantes del sistema los recuerdan de forma inconciente y suelen identificarse con ellos y repetir su destino, o sea, se implican.

El autor de la teoría de Constelaciones Familiares hizo diferenciaciones entre las relaciones de padres a hijos y en las relaciones de pareja, esto porque si recordamos lo anteriormente planteado, la ley de jerarquía no permite las mismas dinámicas entre padres e hijos, y las relaciones de pareja, que son entre iguales.

En la relación entre padres e hijos lo que más destaca es el respeto y la honra que los hijos le deben dar a sus padres, el reconocer a los padres como los grandes, y el hijo reconocerse y aceptarse como el pequeño. Es importante mencionar también que a través de los padres recibimos tanto las posibilidades como los límites. Si dentro de esta relación se da una inversión en el orden, es decir, que el pequeño le da al grande, o sea los padres se comportan como hijos y los hijos como padres, y aunque es un acto de buena fé, en un futuro el hijo se castigará o fracasará. Para tener una dinámica sana, se debe comprender el orden y seguirlo con amor.

En cuanto a la dinámica de la relación de pareja recordemos que el vínculo entre estas dos personas sucede cuando se da la consumación del amor en un acto sexual, donde la mujer queda vinculada al sistema del hombre y viceversa. Este vínculo solo puede desaparecer con la muerte de alguno de los dos.

Las relaciones de pareja son un constante dar y tomar; y por la enseñanza en sus hogares, unos dan más y otros menos. Cuando en una pareja, uno de los dos recibe más de lo que puede dar, la estabilidad de la pareja se ve amenazada, porque el que no puede dar en la misma medida se enoja, y prefiere retirarse.

Para que hombre y mujer puedan encontrarse como iguales es necesario que ambos dejen la esfera de la madre en el caso del hombre, y la esfera del padre en el caso de la mujer, esto para que puedan hacerse hombre y mujer adultos, libres y autónomos.

Aunque en esta teoría solamente se nombra el amor, también se reconocen otras emociones, las cuales pueden ser originales, o pueden ser deducidas, las primeras son las emociones que llevan a actuar y las segundas son emociones que llevan a la inactividad.

El autor de las Constelaciones Familiares, menciona que las enfermedades pueden ser el resultado del amor incondicional hacia alguno de los integrantes del sistema, porque prefiere sufrir el individuo a que sufra alguien más de su sistema, estas elecciones son totalmente inconcientes. En el caso de la muerte, una característica importante de esta teoría es que no deben ser olvidados, también deben ser incluidos dentro del sistema, honrarlos y respetar su destino.

Como se puede notar, es una teoría extensa, con mucha información, que en ocasiones puede sonar un tanto extraña, o difícil de creer, más sin embargo, tiene lógica. El saber conceptos, terminología, etcétera, y tomarla como guía fiel, que debe seguirse, puede complicar el trabajo de Constelaciones Familiares, ya que cada persona es diferente, y viene con un caso muy aparte al de los demás. Debe tomarse lo planteado en este último capítulo como ideas, grosso modo de lo que son las bases de las Constelaciones Familiares.

#### **4. CONCLUSIONES**

Las Constelaciones Familiares, son una herramienta, que ayudan a complementar o a dar una alternativa a un tratamiento psicoterapéutico, y debe ser utilizada como tal, en los momentos que se crea pertinente.

Recordemos que en Constelaciones Familiares se busca identificar conflictos dentro del sistema familiar, que dificulten el flujo organizado de la vida y que éstas pretenden que cada individuo esté en consonancia con su destino y ocupe el lugar que le corresponde. La fuerza de la Constelación se manifiesta en el *alma familiar* y comienzan a suceder cambios dentro del sistema familiar. Así mismo, se busca establecer un orden dentro de la familia para que una persona que se encuentre identificada con un integrante de la familia que haya tenido un destino trágico ya no lo esté, cuando este orden sea restablecido se beneficiará el sistema y se evitarán futuras identificaciones o implicaciones para las siguientes generaciones

Esta teoría considera al individuo como parte de un todo, de un sistema familiar y no como una unidad separada. Que en mi opinión me parece una concepción con mucha lógica, ya que cada uno de nosotros nos encontramos en este mundo gracias a nuestros padres y por consiguiente somos parte de ellos, como ellos son parte de sus padres y sus padres de sus padres... y así hasta el comienzo de la vida humana.

La teoría de Constelaciones Familiares no se limita a buscar una dinámica destructiva dentro del sistema sino que busca una solución para establecer un nuevo equilibrio natural para todo el sistema.

Se busca una vinculación de la colectividad y la conciencia personal en un plano superior que permite al individuo trascender a un todo mayor, para poder llegar a la reconciliación.

Este método es muy innovador y también impresionante, cuando se está presente en una Constelación, lo que va sucediendo no es fácil de explicar, de pronto salen problemas o situaciones que ni idea se tenía de que existían, también la participación dentro de éstas es sumamente enriquecedora, tanto para los representantes, como para el cliente.

Estas Constelaciones se hacen mediante un taller con un grupo de personas, donde alguien (llamado consultante) presenta una problemática que quiere solucionar; entonces se acerca al facilitador y este pregunta datos importantes como: muertes tempranas, abortos, situaciones de injusticia hacia uno o más integrantes de la familia; el facilitador con estos datos pide al consultante que escoja de entre el grupo a una o mas personas que ayuden a representar a un miembro de su familia que tenga que ver con el problema que se quiere solucionar, posteriormente los configura, esto quiere decir que los acomoda en el espacio que se designó para la constelación al cual se le denomina *campo*, de esta manera el facilitador se da cuenta cuál es la dinámica familiar y comienza a hacer movimientos para que la verdad salga a la luz, para poder llegar a una solución favorable y que es natural para el sistema.

Lo impresionante y extraordinario sobreviene cuando los representantes de la Constelación tienen acceso a los sentimientos y relaciones de los miembros de la familia que representan (Ulsamer, 2004); o sea los representantes comienzan a mostrar actitudes y sentimientos pertenecientes a los miembros de la familia, se comportan como si fueran ellos.

Estas actitudes mostradas por los representantes, son muy importantes para el facilitador porque en base a esto, él comienza a hacer movimientos, como agregar dentro del *campo* a representantes para integrantes de la familia, vivos o muertos y se podrá dar cuenta de los embrollos e implicaciones existentes, como la exclusión de un integrante, ya sea porque se le ha negado la pertenencia, el honor o la igualdad de rango; para así hacer los movimientos

necesarios para llegar a la solución. Una Constelación puede durar desde quince minutos hasta una hora.

A través de una Constelación se trata de hacer concientes impulsos incomprensibles para buscar caminos que ayuden a resolver estas implicaciones trágicas o inclusive para poder impedir a tiempo que sucedan.

Es importante recordar que la meta no es descubrir la interminable multiplicidad de todas las relaciones familiares, porque puede haber un problema presente en una generación y en otra, es por eso es que importante encontrar la trama más fuerte, aquélla en la que la persona se encuentra atrapada y que bloquea su energía.

Se destaca que en Constelaciones Familiares es mejor que participen *representantes* que son las personas externas al sistema familiar que acuden al taller y son escogidos por el consultante, y no todos los integrantes de la familia, la razón es porque estos representantes no conocen la historia real de la familia, ni a sus integrantes, por lo tanto no pueden crear juicios y así se ponen al servicio de la *Gran Alma*.

La mecánica de las Constelaciones Familiares como ya he mencionado parece ser mágica, pero para cuestiones de comprobación de la teoría se ha echado mano de la *Física Cuántica*, la cual es una Física de este siglo que percibe al Universo no como una máquina predecible y de comportamientos separados; si no como un conjunto dinámico de situaciones interrelacionadas y en ocasiones independientes.

La *Física Cuántica* nos habla de *Campos Conocedores* y de los *Campos Morfogénicos*. El término de *Campo Conocedor* fue introducido por Albert Mahr y nos dice que es un fenómeno a través del cual los *representantes* tienen acceso al conocimiento de las personas a quienes representan (Ulsamer, 2004).

De esta manera ellos perciben los sentimientos y las relaciones dentro del sistema familiar como estas personas; lo que quiere decir que estos representantes se ponen en contacto con un estrato o verdad muy profunda con un inconciente perteneciente a este sistema desconocido.

La energía del *Campo Conocedor* es expresada en dos direcciones. La primera es la que lleva a los *representantes* a situarse en el lugar en el que están y a sentir cosas pertenecientes a los miembros de la familia y la segunda es la energía que trata de llegar a la solución, o sea el llegar a un orden que es natural para el sistema.

El facilitador debe identificar energías que se presentan en la Constelación y confiar en ellos.

Existe otra teoría sobre la cual se apoya el método de las Constelaciones Familiares, esta es la de los *Campos Morfogénicos*; teoría establecida por Rupert Sheldrake. Esta teoría tiene un componente llamado *sincronicidad* el cual es un evento que sucede fuera del tiempo y espacio, como en otra dimensión y admite un significado que es a priori de la conciencia humana. Osea, ya se está dando, antes de que seamos concientes de ello.

Según Sheldrake los *Campos Morfogénicos* son los que permiten la transmisión de información entre organismos de la misma especie sin mediar efectos espaciales. Esto es transmisión de información, más no de energía y no tiene nada que ver con la teoría de la Relatividad de Einsten.

Para comprobar su teoría hizo dos experimentos con seres humanos (mencionados en el capítulo II) en donde comprobó su teoría ya que los *campos morfogénicos* habían pasado la información a toda la especie. La forma en que se transforma y se traspasa esta memoria, es a través de lo que se ha hecho antes, en otras palabras, si en algún lugar de el mundo alguien está presente en

una situación donde aprende algo nuevo, los *campos morfogénicos* se encargaran de transmitir este conocimiento.

La *resonancia mórfica* tiene que ver con lo que sería una tendencia conservadora a través de la cual tenemos hábitos que tienden a reforzarse a través de la repetición y que se encuentran muy arraigados dentro de lo que es nuestra conciencia, nuestra historia, etcétera. En lo que la gente hace hoy hay una conexión con respecto a las cosas que e han hecho con anterioridad, por lo tanto el pasado esta presente a través de la resonancia mórfica, que conecta a los participantes presentes con aquéllos que han hecho lo mismo en el pasado, integrándolos.

Para cada ser autoorganizado es más sencillo sintonizar con el propio pasado, pero también es posible sintonizar con el pasado de otros seres humanos, familias y grupos sociales.

Así de esta manera si cada ser humano disfruta de una mente extendida, es posible el fenómeno que sucede en los *representantes* que participan en las Constelaciones Familiares, ya que estos pueden sintonizar con el pasado personal y familiar del consultante.

Otro factor que influye en Constelaciones Familiares es la existencia del *inconciente colectivo*, teoría plasmada por Carl Jung y su similitud con la *Gran Alma o conciencia arcaica*, concepto generado por Bert Hellinger y la conciencia personal reconocida por ambos.

El inconciente colectivo es más profundo que el inconciente personal y no se origina en la experiencia y adquisición personal, sino que es innato, este inconciente es de naturaleza universal y está compuesto por representaciones colectivas inconcientes que al conciencializarse y ser percibidas cambian de acuerdo con cada conciencia individual en que surgen.

Se menciona que la realización personal sólo es posible cuando existe una interacción entre tres esferas psíquicas: la conciencia, el inconciente personal y el inconciente colectivo, estas tres son parte de cada ser humano. Podemos llegar a esto a través de las Constelaciones Familiares, porque por medio de estas hacemos presente y consciente algo que pertenecía a la inconciencia del sistema, y así podemos llegar al equilibrio personal.

Por último en cuanto a la fundamentación de la teoría de Constelaciones Familiares, entra otro factor que es importante recordar, este es la ayuda, que consiste en adoptar la forma de ver la ayuda como la percibe Hellinger, si traducimos esto, más bien, llegamos a la posición del facilitador en cuanto a la ayuda, esta posición es de igual a igual, sin tomar partido por nadie, ni por los padres del cliente, ni por el cliente, para evitar que la ayuda quede atascada en la transferencia y contratransferencia.

La tarea principal del facilitador debe ser conducir a los pacientes con sus padres para que se les honre y se les acepte, también el facilitador debe tomar al cliente como parte de una familia no como un individuo aislado, si lo percibe como parte de un sistema, lo percibirá tal y como es en realidad. Y por último, es de vital importancia que el facilitador deje a un lado juicios personales y sociales, para evitar contaminar el proceso.

En Constelaciones Familiares se habla de que el individuo pertenece a un sistema familiar que está constituido por individuos que comparten un destino a través de generaciones.

Este sistema cuenta con una conciencia sistémica, arcaica o inconciente que se fue formando a través de los años y se encuentra regida por tres leyes: la ley de la pertenencia, la ley del sistema jerárquico y la ley del equilibrio (mencionada en el capítulo III). Si alguna de estas leyes inconcientes no son respetadas, entonces habrá un desorden dentro del sistema y las generaciones siguientes

son las que pagarán por estos desequilibrios, y curiosamente expiarán culpas pertenecientes a sus antepasados sólo por amor, (todo esto en un plano inconciente), de aquí la importancia de someterse a un trabajo de este tipo, para evitar que estas injusticias se sigan presentando en futuras generaciones.

Lo más importante de esta teoría es el amor; el amor que implica y que también reconcilia. Detrás de todo comportamiento por muy extraño que parezca, actúa el amor, así mismo, detrás de los síntomas que una persona presenta siempre actúa el amor.

Desde el punto de vista de la autora del presente trabajo esta teoría resulta seductora pues tiene la capacidad de producir asombro, pues en los primeros acercamientos a ella se piensa que los representantes están actuando y que es un show montado, pero no deja de llamar la atención de tal modo que genera la intención de saber más sobre este método.

Al leer y adentrarse un poco más en la técnica y en la filosofía transgeneracional de las Constelaciones Familiares se comprende la raíz de esta teoría que se basa en que somos individuos que formamos parte de un todo de un Universo que compartimos y que estamos ligados por una energía universal llamada amor que es transmitida de generación en generación hasta llegar a cada uno de nosotros y por tanto estamos atados con una serie de agradecimientos, lealtades y cargas de las cuales difícilmente nos damos cuenta.

Este sistema al que pertenecemos y las relaciones que establecemos dentro de este llevan un orden, orden que puede estar alterado y ocasionar malestares dentro del sistema. Las Constelaciones Familiares son una herramienta para indagar dentro de este sistema y descubrir situaciones que no son visibles ni concientes.

Aunque la ideas de Hellinger parezcan muy religiosas o muy conservadoras, no son otra cosa más que la representación del orden, el cual no debe ser juzgado, “es por que es, y no hay más”.

## **LIMITACIONES Y SUGERENCIAS**

### ***1. Limitaciones***

Durante la elaboración de este trabajo, hubo un par de limitaciones, la más importante de ellas, es que hasta la fecha no hay suficiente bibliografía a cerca del tema; esto debido a lo innovador de la técnica de Constelaciones Familiares.

Otra limitación, en mi personal punto de vista, fue que la bibliografía existente, sobre todo la del autor de Constelaciones Familiares, es diferente, a la bibliografía de consulta, donde de alguna manera los términos están más unificados y estructurados. Bert Hellinger en sus libros narra lo que sucede dentro de sus seminarios, y así es plasmado en ellos, por lo que fue un tanto laborioso el darle una estructura para poder unificar algunos términos.

### ***2. Sugerencias***

El presente fue un trabajo de Tesina, el cual se caracteriza por no incluir investigación de campo, por lo cual invito a cualquier persona interesada a completar lo que ya comencé.

En la teoría de Constelaciones Familiares, su autor, tiene varias hipótesis que ha planteado a partir de ver lo que sucede en cada una de ellas, por ejemplo, el que algunas enfermedades graves se encuentran vinculadas con el amor, la lealtad y fidelidad que los hijos tienen hacia sus padres, como en el caso de la anorexia, donde la niña le dice a uno de sus padres: -prefiero desaparecer yo antes que

tú-, porque inocentemente desea conservar y asegurar su derecho de pertenencia. Sugiero una investigación de campo, donde se pueda aplicar a varias pacientes anoréxicas, las cuales constelen este problema y ver qué es lo que pasa después de la Constelación, en otras palabras, si el hecho de haber integrado la dinámica, de haberla hecho conciente, trae resultados positivos y mejora el problema de la anorexia.

Como esta hipótesis existen muchas otras, que sería de vital importancia que se les diera seguimiento.

Otra sugerencia, que proviene de una inquietud personal, es el incluir estos contenidos de nuevas alternativas en Psicoterapia, en los programas de las Universidades, de esta manera se podría lograr ofrecer una Psicología más integral para cada uno de los alumnos, para que ellos puedan discernir entre estas nuevas teorías y las de mayor antigüedad, sin el afán de eliminar ninguna, más bien, de integrarlas y tomar lo mejor de cada una de ellas.

## REFERENCIAS

Anónimo (2002) *A cerca de Bert Hellinger*. Recuperado el 8 de agosto del 2007

[www.hellinger.com/international/espanol/about\\_bert\\_hellinger.shtml](http://www.hellinger.com/international/espanol/about_bert_hellinger.shtml)

Corredor, E (s.f.) *Enfoque terapéutico sistémico de Bert Hellinger*. Recuperado el

5 de marzo del 2007 [www.grupoelron.org/quienes/constelacionesfamiliares.htm](http://www.grupoelron.org/quienes/constelacionesfamiliares.htm)

*Currículum institucional. Instituto Bert Hellinger* (s.f.) Recuperado el 24 de junio

del 2007 <http://www.hellingermexico.com.mx/es/content/perfil/documents/IBH.pdf>

Hellinger, B. (2001) *Órdenes del amor*, Barcelona: Herder.

Hellinger, B (2006). *Los órdenes de la ayuda*. Buenos Aires: Alma Lepik

Hellinger, B, Hovel, G. (1999). *Reconocer lo que es*. Barcelona: Herder.

Hellinger, B. (2002). *El centro se distingue por su levedad, conferencias e*

*historias terapéuticas*. Barcelona: Herder

Janov, A. (1970). *El grito primal*. Chile: Edasa.

Jung, C. (1970). *Arquetipos e Inconciente colectivo*. Barcelona: Paidós.

Jung, C. (1992). *Formaciones de lo inconsciente*. Barcelona: Paidós.

Jung, C. (1998). *Lo inconsciente*. México: Losada.

*¿Qué son las Constelaciones Familiares?* (s.f.) Recuperado el 5 de marzo del

2007 [http://www.constelaciones-familiares.org/pages/Que\\_son/Que.html](http://www.constelaciones-familiares.org/pages/Que_son/Que.html)

Schlosser, R. (2004). *Con la mirada hacia el futuro discurso de apertura Interior*

3: México

Schlosser, R. (2004). *Reconciliación, Interior 4: Constelaciones Familiares y*

*Sistémicas*: México

Sheldrake, R. (1990). *La presencia del pasado*. Barcelona: Paidós.

- Sheldrake, R. (1994). *El reconocimiento de la naturaleza*. Barcelona: Paidós.
- Sheldrake, R. (1995). *Siete experimentos que pueden cambiar el mundo*.  
Barcelona: Paidós.
- Svagito, L. (2006). *Manual de entrenamiento en Constelaciones Familiares para Osho Family Constelation*.
- Szydlo, D, Beristain, C. (2005). *El valor de la psicoterapia*, México: Trillas.
- Ulsamer, B. (2004). *Sin Raíces no hay Alas*. Barcelona: Luciérnaga.
- Vedanta, S. (2006). *Manual de Entrenamiento en Constelaciones Familiares para Osho Family Constelation*.
- Váldez, P (2003) *Movimientos del alma: entrevista a Bert Hellinger*. Recuperado el 28 de diciembre del 2007 [www.corazonyvida.es/spip.php?article52](http://www.corazonyvida.es/spip.php?article52)
- Zohar, Danah. (1997). *El yo cuántico*. México: Edivisión.

## ANEXOS

### REFLEXION PERSONAL

Desde mi primer encuentro con Constelaciones Familiares (un taller ofrecido por la XV semana académica de la UVAQ de la Facultad de Psicología) me interesé por esta teoría, pasó un año y medio y me encontré terminando mi carrera y con muchas preguntas a cerca de qué es lo que iba a hacer. Platicando con una persona muy allegada a mi, me comentó que ella había hecho un diplomado a cerca de Constelaciones Familiares, y que el trabajo con esta teoría le había cambiado su percepción a cerca de los problemas de su vida. Esto me llamó mucho la atención y me puse a investigar la manera de adentrarme dentro de la teoría, por lo tanto, comencé a leer libros de Bert Hellinger, descubriendo cosas maravillosas, fue tanto el impulso que sentí por seguir conociendo más, que investigué la posibilidad de tomar un curso, un taller o algo que tuviera que ver con la Formación para prepararme para estudiar las Constelaciones Familiares. Así fue como di con una página de Internet donde ofrecían un entrenamiento intensivo en Alcanar de Náres, España de 85 horas. Tomé la decisión y con ayuda de mis padres de pronto estaba en el *Viejo Continente* en el aeropuerto de Barcelona, esperando tomar un tren que me llevara a la ciudad donde me iba a encontrar con una gran amiga: Ana Ceci (a la cual agradezco infinitamente su hospitalidad). Pasé con ella unos días en esa hermosa ciudad para después de diez días tomar un tren que me llevara a Tarragona, España. Debo confesar que fueron muchos mis nervios porque no sabía que era lo que me esperaba; en el tren me encontré con una persona que venía de Vigo, España a tomar el

mismo entrenamiento que yo, y comenzamos a platicar, para conocernos un poco más. Cuando el tren llegó a nuestro destino, tomamos un taxi que nos llevaría al hotel donde era la sede del entrenamiento. Llegamos, nos registramos y nos instalamos. Yo realmente no sabía a lo que iba, tanto que cuando me dijeron que me tocaba compartir el cuarto con otra mujer, me impresioné, yo no lo sabía. No muy convencida tomé mi maleta y me instalé en el cuarto, al poco tiempo llegó quien iba a ser mi compañera, una señora de Brasil, que hablaba Portugués y un poco de Español. Nos presentamos y platicamos para conocernos un poco más, bajamos a comer juntas y después de comer comenzó a lo que yo le llamo un *momento especial en mi vida*. Nos encontrábamos reunidos cerca de 50 personas de varias partes del mundo, como España, Italia, Francia, Holanda, Brasil, Chile y México. Fue algo maravilloso de verdad. Yo era la más pequeña de los integrantes y todos estaban asombrados de verme ahí.

Comenzó el entrenamiento, el cual no fue fácil, nos teníamos que acoplar a una disciplina, como el levantarnos temprano para meditar una hora, después subirnos a bañar y así comenzar a las nueve y media de la mañana la jornada, que contaba con un receso a la hora de la comida y después volvíamos a reunirnos para seguir aprendiendo. A las siete de la noche volvíamos a meditar y después nos pasaban videos de las charlas de Osho y algunas dinámicas que tenían preparadas para nosotros.

En este entrenamiento, me tocó participar como representante en varias Constelaciones y ser espectador en otras tantas, pero un día, llegó mi turno para constelar. Ese día fue sumamente impactante para mí, ya que las verdades ocultas de mi sistema familiar estaban ahí presentes. Debo reconocer que no fue algo fácil para mí, recuerdo que mil y un pensamientos vinieron a mi memoria, mi rostro se desencajó y aunque al final se llegó a una solución donde me reconciliaba con integrantes de mi familia, me sentía muy triste, tanto que en el receso de la comida, fui a pararme a la orilla del mar, para intentar tranquilizarme y reconciliarme desde el alma con todos y cada uno de los integrantes de mi familia. Ya en la noche, después de la meditación, me sentía mejor, ya que los amigos que hice ahí estuvieron apoyándome todo el tiempo, recuerdo con especial cariño a Ketán (un catalán) y a Mafer (una mexicana).

Los días del entrenamiento seguían pasando, y cada día me impactaba aún más, salían problemáticas difíciles de asimilar, como el no aceptar a los padres, asesinatos, abortos, secretos de familia, infidelidades, cuestiones de la conquista de los Españoles a los Sudamericanos, injusticias en la época de Franco, etcétera. Reconozco que fue un entrenamiento muy rico en ejemplos y en conceptos, que siempre fueron muy claros, gracias a la facilidad de palabra que tiene Svagito Liebmeister (mi entrenador en Constelaciones). De pronto, llegó el fin del entrenamiento, todos estábamos muy contentos, reconocimos que llegamos con un rostro y salimos con otro totalmente desencajado, con buenas anécdotas y amistades entrañables.

De ese día a la fecha, puedo decir que mi vida ha cambiado de manera muy significativa, mi relación con los integrantes de mi familia ha mejorado notablemente, amo, honro y reconozco a mis padres. Y pienso que ahí está la base de todo, ya que me siento en conexión con su alma y bendecida por ellos.

El haber hecho esta tesina, me ha reforzado muchas cosas de las que aprendí en el entrenamiento, y otras más que he descubierto. Siempre fue interesante para mi, llegar a las asesorías con la Maestra Mago, porque dependiendo del tema que tratábamos ese día, nos poníamos a sacar nuestras propias conclusiones o a contar nuestras experiencias. De verdad fue muy enriquecedor seguir documentándome a cerca de la teoría.

Si algo concreto puedo decir de Constelaciones Familiares es que para mi ha sido una cura para mi alma y para el alma de mi familia, aunque a veces hay momentos difíciles dentro de ella, siempre mi primer sentimiento para cada uno de ellos es el amor, amor sin condiciones.

Constelaciones Familiares ha venido siendo parte importante de mi crecimiento, a partir de esto, me he interesado por estar en sintonía conmigo y con mi alrededor.

Espero de corazón que este trabajo tanto profesional como personal haya sido del agrado de cada uno de Ustedes que se tomaron el tiempo de seguirme hasta aquí.