

Elisabeth Gantert, 2006

EL SISTEMA FAMILIAR

Todos nosotros estamos unidos como los órganos de un cuerpo
en el organismo FAMILIA

Los antepasados y nuestros vínculos familiares influyen en nuestra vida en lo bueno como en lo malo.

El sistema familiar se constituye de nuestros familiares y antepasados y trabaja como imagen interna, muchas veces en el inconsciente, en nuestros sentimientos, deseos, pensamientos y actos y hasta en nuestra conciencia.

Si reconocemos la imagen interna podemos comprender y solucionar identificaciones e implicaciones. No pocas veces estamos implicados en vínculos familiares que llevan actuando inconscientemente de generación en generación y que no nos dejan desarrollar nuestra propia vida.

Hacer visibles y resolver estas implicaciones es la meta de las Constelaciones familiares.

Un destino con peso, difícil puede llegar a la luz y ser disuelto. Las fuerzas buenas del sistema familiar están disponibles con su fuerza curativa, así que se abren nuevas perspectivas y formas de vida.

Este es el fin de un taller de Constelaciones familiares.

De hecho para nuestra vida existen dos hechos dados con anterioridad:

- nuestros padres, los padres de nuestros padres, etc., que nunca podríamos intercambiar.
- el destino consiguiente.

Nuestra cultura tiende a desligarse cada vez más de la trama relacional de la familia y de la red familiar. La experiencia práctica en el trabajo con Constelaciones Familiares, sin embargo, demuestra que la suposición de una personalidad autónoma es, en muchos sentidos, una ilusión. Para bien y para mal el individuo se halla unido a su familia a través de varias generaciones, habitualmente de forma inconsciente y mucho más intensa de lo que a primera vista se supondría.

Bert Hellinger observó las dinámicas que conllevan identificaciones e implicaciones trágicas de una generación a la siguiente. En el trabajo de Constelaciones Familiares, estas dinámicas e implicaciones salen a la luz. Al restablecer los Ordenes del Amor, dando a cada miembro de la familia un lugar de dignidad y respeto, aparecen soluciones a menudo sorprendentes para el bienestar y alivio de todos los componentes de la familia.

Patrones fundamentales de las implicaciones:

- implicaciones con un excluido
- implicaciones resultado del amor:
 - Te sigo
 - Yo en tu lugar
 - Expiación de una culpa

El Amor

Lo más importante fue reconocer que detrás de todo comportamiento, por muy extraño que nos parezca, actúa el amor. Y que también detrás de los síntomas que una persona presenta siempre actúa el amor. Por tanto, lo

decisivo en terapia es encontrar el punto donde este amor se concentra. Esta es la raíz, y desde allí, siempre se encuentra el camino a la solución, ya que también la solución siempre pasa por el amor.

El alma de la familia une sus miembros. Esto llega a tal punto que un niño puede sentir la necesidad de seguirle a su padre o madre muerto temprano, enfermo o bajo amenaza de suicidio a la muerte o incluso precederle.

Yo te sigo, yo me voy en tu lugar. Puede ser una dinámica de la anorexia o del suicidio. Un sacrificio con la idea de que el otro se quedara, y todo por amor.

También padres o abuelos algunas veces quieren seguir a un hijo o nieto muerto.

Dar y Tomar, La Compensación

Otro descubrimiento muy importante fue que la necesidad de llegar a un equilibrio entre el dar y tomar, entre ganancia y pérdida, es tan fuerte que nunca podrá ser subestimada. Es decir, los ganadores a costa de otros, pagan con una pérdida y compensan así. O si el ganador es un perpetrador muchas veces no paga él mismo sino un descendiente de otra generación. Este será usado por el alma familiar para la compensación en lugar de sus antepasados. A un nivel inconsciente, esta necesidad actúa como una tendencia a la compensación en la fatalidad. Es decir, si yo hice algún mal a otra persona, también me hago sufrir a mi misma; o si vivo algo bueno, lo pago con algo malo.

Una dinámica pueden ser las adicciones. El niño que no puede tomar del padre. La madre le transmite al niño: solo lo que viene de mí es bueno, lo que viene del padre y su familia no vale. No lo tomes. El niño dice

entonces si solamente puedo tomar de ti tomo demasiado. La adicción sería la venganza y expiación por no tener permiso de tomar al padre.

La prevalecía de lo anterior

El alma familiar prefiere los anteriores a los posteriores, este es el tercer movimiento u orden, a la que sigue el alma familiar.

Un miembro posterior está dispuesto de morir por un miembro anterior si piensa que así puede evitar su muerte. O esta dispuesto de expiar la culpa de uno anterior. O una hija representa la anterior esposa de su padre y se comporta con el padre como su novia y con la madre como una rival. Si se le hubiera faltado de respeto, entonces la hija puede mostrar los sentimientos de esta mujer hacia los padres.

El mismo derecho a la pertenencia

Lo más importante de lo que separa y lo que une fue que tanto en la familia como en la red familiar, cada miembro tiene el mismo derecho a la pertenencia independientemente si aun vive o está muerto.

La injusticia de la exclusión se expía en la familia nuclear y en la red familiar, llevando a que otro miembro del sistema, muchas veces sin darse cuenta personalmente, representa a la persona excluida u olvidada reavivando sus sentimientos y su suerte. Esta es la causa más importante de las implicaciones sistémicas y de los problemas resultantes tanto para el implicado como para su familia. El derecho fundamental de la pertenencia, por tanto no es una exigencia impuesta desde afuera, sino que en lo profundo de nuestra alma actuamos como si de una ley predeterminada se tratara, por mucho que en la superficie pensemos o hagamos para justificarnos.

Sobrepasando los límites de la conciencia el camino a la paz:

- El respeto hacia los padres y la conformidad con ellos tal como son.
- El respeto hacia el propio pasado, como fue, y la conformidad con él.
- La conformidad con otras personas, como son. Por ejemplo hacia la pareja y hacia tu propio niño.

Asintiendo al mundo tal como es, con todo tal como es. Este es el gran paso. Quien es capaz de asentir a la muerte, a su propia suerte y a la de los demás, de asentir al final, al carácter efímero de este mundo, éste ha superado el miedo y gana claridad.

¿Qué queremos decir si hablamos de sistémica?

- Ver la solución no el problema. Así las personas encuentran puntos de vista nuevos, ganan modos de actuar adicionales y descubren fuentes desconocidos.
- Ver un problema no como estorbo que tiene alguien sino como contacto interpersonal. Algunos problemas p.ej. solo existen porque a otros no les gusta un conducta en particular.
- Ver las personas y sus problemas en un contexto mayor, en familias p.ej. a través de generaciones. La posición que ocupa cada uno en su sistema puede influir en su estado, conducta y su manera de relacionarse.
- Es un mirar que vas allá del fenómeno, es decir de aquello que resulta apreciable en ese momento. El observar, la mirada se concentra en un foco. El mirar abarca la amplitud; se dirige al todo, sobrepasando lo individual y aquello que se encuentra en un primer plano. Es decir, veo una persona junto con su familia. Por tanto cuando alguien configura su familia puedo ver inmediatamente si falta alguien.

Es un método útil para aquellas personas que quieran trabajar con asuntos problemáticos de su vida, ya sea de naturaleza relacional y familiar o bien pérdidas y duelos, guiones y pautas repetitivas, trastornos y enfermedades graves. Interesa también a todas las personas que se dedican a las profesiones de ayuda.

LA CONSTELACION

El procedimiento

La constelación se usa en los talleres para hacer visible la imagen del sistema con sus tensiones, dificultades, identificaciones e implicaciones. Una constelación no es un juego de roles. Los participantes no actúan de manera programada, sino se sitúan en una posición del sistema y sienten en esta posición.

Es importante que sepan que están al servicio del sistema de la persona que constela y esperan lo que ocurre sin forzar nada.

En un taller de grupo, la persona que hace su Constelación elige representantes para aquellas personas que integran su familia actual o de origen, incluyendo un representante para sí mismo, y los colocan en el espacio de la sala. A partir de ahí el coordinador acompaña al cliente al encuentro con su realidad, orientándose en la expresión corporal y emocional de los representantes, y completándola con frases curativas o ritos de lenguaje corporal. Así se forma una nueva imagen encaminada a soluciones alternativas y al asentimiento consciente al propio destino.

Estructura

- Consulta: la meta, los hechos
- Elección y constelar: de los participantes se eligen las personas que representan tus respectivas parientes. Después estas personas se cogen desde atrás en los hombros, siempre con una actitud

concentrada y se ubican en relación unos con otros. El cliente vuelve a su sitio y observa.

- **Sentimientos:** aunque los representantes no han recibido información, desarrollan en poco tiempo sensaciones. Pueden ser muy diversas: atracción, rechazo, alegría, tristeza, enojo, odio, calor, frío, dolor o también vacío. Lo asombroso y sorprendente es que los representantes perciben los sentimientos de las personas extrañas, que no tienen información de ellos con mucha fuerza. Con sus comentarios podemos encontrar donde se ha perdido o dañado el equilibrio natural del orden del sistema. Mediante el cambio de la configuración intentamos poner orden en el sistema.
- **Actos:** para comprender las tensiones y su origen el terapeuta va probando distintas configuraciones y si hay necesidad se añadan otros representantes que se vean necesarios incluir. Esto requiere experiencia e intuición.
- **Redondeo:** si la imagen esta redonda el cliente se coloca en el sitio de su representante para ver como se siente con la nueva configuración de su sistema.
- **Termino:** al final de la constelación el terapeuta despide a los representantes de sus roles. Esto es muy importante para que salen conscientemente de sus roles.
- **A largo plazo:** lo vivido deja una estampa en todos los participantes. La constelación sigue actuando a largo plazo en el sistema.

Datos importantes a tener en cuenta para una constelación familiar:

- Muertes tempranas
- Suicidios
- Muerte de la madre al dar a luz
- Nacimiento de hijos muertos, abortos
- Alcohólicos, abuso de drogas
- Había compañeros anteriores, prometidos, matrimonios e hijos respectivos
- Hay hermanastros
- Había destierros, pérdida de la patria, emigración, huidas
- Había perpetradores, asesinos o asesinados
- Han participado en algún acto grave de la guerra
- Existen o existían enfermedades importantes, enfermedades genéticas o mentales
- Injusticia de herencia
- Hay algún excluido, olvidado o no reconocido
- Hay secretos

Las Constelaciones familiares trabajan hacia la reconciliación y la paz.