

Índice

Introducción a las Constelaciones Familiares	4
Fenomenología	6
¿Quién es Bert Hellinger?	7
Introducción a las reglas visibles e invisibles de la conciencia	9
Los órdenes del amor según Bert Hellinger	11
Vínculo	11
Pertenencia	12
Jerarquía	14
Prioridad	15
El fenómeno de la representación	15
El agregado de representantes	17
Representante que muestra una implicación	18
Representante que mira hacia abajo	18
Movimientos de solución y movimientos de implicación	18
Implicancias familiares	19
Efectos de las implicancias	20
Clases de implicancias	21
Implicancias con destinos	21
Implicancias con sentimientos	21
Introducción al rol del constelador	22
Diferencias con la terapia	22
Entonces, ¿cuál es el lugar del constelador?	23
Diferencias y similitudes entre las constelaciones grupales y constelaciones individuales. Intervenciones sistémicas.	23
La conciencia familiar	25
La pareja	26
Transformarse en hombre y en mujer	26
El equilibrio entre el dar y el tomar	27
Destino individual y destino conjunto	28
Lealtades	31
La relación interna con nuestros padres	33
Transferencia y doble transferencia	35
La unión de los padres	35
La madre como expresión del interior, el hogar, la intimidad, la flexibilidad y el sentir.	
El padre como expresión del exterior, el mundo, el trabajo, los límites, la estructura y la acción.	36

Breve introducción a las constelaciones familiares según Stephan Hausner	37
Conceptos fundamentales de su método	37
La entrevista en Constelaciones Familiares	38
El comienzo de la entrevista	39
Acercamiento al consultante	39
Presentación	39
Explicación de objetivos, metas y límites del método. Acuerdo de apertura y confianza	41
Motivo de consulta	43
El papel de las preguntas	44
Preguntas de contexto	44
Preguntas que interiorizan	44
Preguntas de solución o utilidad	44
La pregunta del milagro	45
Preguntas sistémicas o necesarias sobre el sistema familiar	45
Los diferentes motivos de consulta	45
Qué hacer ante la falta de claridad en el motivo de consulta	46
¿En qué momento realizar las preguntas?	46
Preguntas generales y la pregunta de “¿por qué esto a mí?”	46
Otras intervenciones	47
Mente, emoción y cuerpo: los tres niveles durante la entrevista	47
La mente durante la entrevista	47
Nivel emocional durante la entrevista	48
Nivel físico durante la entrevista	49
¿Qué es lo que realmente sana?	50
Flexibilidad interior	51
Las dos mentes	51
Diferencia entre sentimiento y sensación	53
¿Cuándo es útil trabajar con las sensaciones previas?	53
Trabajo con las sensaciones previas desde la óptica de la Inteligencia Vincular de Eugenio Carutti	54
Las experiencias como información que debemos procesar	54
¿Cómo absorbemos las experiencias?	55
Cómo realizar preguntas que detectan las sensaciones que existen detrás del problema que plantea la persona en la sesión individual	56
Creencias	56
La constelación de lo imposible	57
Procedimiento con plantillas	58
Elección. Información útil para el consultante para que sea representante	59
La representación en las plantillas	59

Observar la configuración	59
Configuraciones básicas para plantillas	60
Relación de pareja	60
Relación con los padres	62
Síntoma	63
Metas	65
¿Qué sucede cuando un abstracto se humaniza?	66
Procedimiento ante la falta de hipótesis (por falta de motivo, sensación o creencia)	66
Procedimiento ante el consultante que simplemente desea saber o comprender	67
Las frases en constelaciones familiares	68
Función y utilidad	68
Cuadro de frases que reconocen/quiebran la lealtad: (meramente enunciativas)	70
Las contrafrases	71
¿Quiénes dicen las frases?	72
El efecto de las frases	73
El rol del constelador	73
Relación constelador-consultante	74
Entrevista y preguntas necesarias. La escucha de la historia. Hipótesis	75
La apertura del sistema familiar y la decisión del constelador	78
La percepción de la fuerza	79
Movimientos de solución y de implicación. El cierre. Contraindicaciones. La imagen de solución. Puente entre la conciencia individual y la constelación	80
Los órdenes de la ayuda según Bert Hellinger	82
Ayudar: qué significa	82
La ayuda como compensación	82
Primer orden de la ayuda	82
El segundo orden de la ayuda	83
El tercer orden de la ayuda	83
El cuarto orden de la ayuda	84
El quinto orden de la ayuda	84
Víctimas y perpetradores	85
La pertenencia al sistema familiar	85
Vínculo	85
La víctima real	86
La postura de víctima	87
¿Qué lleva a alguien a ser una víctima real?	89
La psiquis durante la postura de víctima	90
La postura de perpetrador	91
Clases de consultante según cómo toman su responsabilidad	92
Consultante que se volvió grande antes de tiempo	92

Consultante que perpetúa la niñez	92
Ejercicios para el facilitador, previos a la sesión	93
¿Cómo llego a la sesión individual? ¿En qué estado voy y me aproximo al consultante?	
¿Quiero realmente estar en un estado determinado para facilitar la constelación?	93
Ejercicios	94
El vacío de la mente: juicios e interpretaciones	94
Enraizamiento	94
Respiraciones	94
Principio receptivo	94
La buena mirada	94
La mirada objetiva	95
La observación y el registro de las señales físicas	95
La observación y el registro de los hechos que comentó el consultante	95
El feedback	95
El doble sentir emocional	95
El doble sentir físico	96
Percepción	96
Intuición	97
Los movimientos en las Constelaciones Familiares	97
Impulsos o movimientos físicos	97
Visualizaciones	98
Visualización de la unión del padre y la madre	99
Visualización para obtener fuerza	99
Visualización con las mujeres de la familia	100
Visualización con la familia materna y con el padre como sostén	100
Visualización con el dolor ancestral	100
Visualizaciones para detectar implicancias o enredos	101
Ejercicios con frases	101
Ejercicio con un excluido y con la fuerza del padre	101
Ejercicio con la madre	102
Ejercicio con niños no nacidos	102
Ejercicio con la abuela paterna	103
Ejercicio con las mujeres de la familia	103
Resumen de las señales para configurar, abrir sistemas y movimientos	103
Devolución	104

Teoría completa para la Formación de Constelaciones Familiares aplicadas a la Consulta Individual

*Este material es una producción original de **Virginia Riccio**. Se permite su reproducción citando la fuente.*

Mendoza, abril 2020

Introducción a las Constelaciones Familiares

En el idioma alemán, las constelaciones familiares se dicen *familienaufstellungen*, palabra que significa “posicionamiento familiar” o “configuración familiar”, por lo que el término correcto sería “configuración” y no “constelación”. Sin embargo, en nuestro país y en todo el ámbito de habla hispana, el método es popularmente conocido como “constelaciones familiares”.

Se trata de un método fenomenológico desarrollado por el filósofo y terapeuta alemán Bert Hellinger, donde se representa, mediante personas u otras herramientas, el sistema familiar o la situación actual de un consultante que tiene una pregunta en relación con un síntoma o dificultad. La situación y/o el sistema familiar es entonces representado por personas ajenas e imparciales o bien por el mismo consultante, de forma ciega, posicionándose en plantillas u otros elementos. Si estamos hablando de constelaciones grupales, el consultante elige personas que asistieron al taller como representantes de su familia de origen. Estos representantes comienzan a sentirse similares a las personas representadas, es decir, si, por ejemplo, hemos ubicado tres representantes: uno para el consultante, otro para el padre y otro para la madre, estas tres personas que van a representar a la familia del consultante no actúan ni psicodramatizan el tema por el cual vino el consultante a constelar, sino que esperan un tiempo en sus lugares y luego comienzan a tener sensaciones físicas y/o emocionales en su propio cuerpo. Los representantes también pueden decir cómo se sienten entre ellos: quizás el hijo únicamente puede ver a la madre, pero no al padre; quizás el padre puede tener interés en el hijo, pero no en su mujer. También puede suceder que un representante se quiera mover, alejarse y tomar distancia, o tal vez mirar al piso o no mirar a nadie en absoluto. Toda esta información que comienza a emerger está mostrando una situación del pasado familiar que, por alguna razón, no

pudo integrarse y permanece en el presente y se vincula con la problemática que trae alguien para constelar. Los representantes transmiten al constelador cómo se sienten en sí mismos y en relación con los demás participantes de la configuración. El representante únicamente habla cuando el constelador le hace una pregunta.

Esta información emocional y física ofrecida por los representantes, sumada a la historia del consultante, la imagen que forma la configuración, y las señales conscientes o no que los cuerpos de todos los presentes dan en el momento en que se realiza un trabajo, dan por resultado una lectura que el constelador hace sobre el asunto, la pregunta, el síntoma o la dificultad del consultante con el fin de poder brindarle nueva información sobre el tema en cuestión. El consultante, al recibir esta nueva información, a menudo experimenta un alivio emocional y una comprensión diferente sobre su asunto.

Usualmente hacemos una constelación para salir del círculo estrecho desde el cual vemos la realidad. Nuestra visión se encuentra reducida en su potencial cuando tenemos un conflicto, dificultad o síntoma. Stephan Hausner, un reconocido constelador familiar que trabaja hace muchos años en el campo de la enfermedad y que considero mi principal maestro dentro del trabajo con Constelaciones Familiares, dice que la solución a nuestros problemas está fuera del círculo estrecho dentro del cual vivimos y que para contactar con ella, debemos quitarnos los filtros que se han acumulado en nuestra psiquis como una respuesta al pasado. Esto significa que reaccionamos poniendo filtros en nuestra visión, ante diversas situaciones sucedidas en el pasado, no sólo personal sino de nuestra familia de origen. Muchas veces los eventos que nos ocurren son demasiado, son muy estresantes y sobreexigentes, por eso necesitamos de los filtros en orden de protegernos de esa información. Los filtros se acumulan, también se heredan y llega un momento que ya no nos sirven más. Necesitamos abrir nuestra perspectiva para poder ir más allá, hacia una solución. Por lo tanto, no constelamos para evitar que nos suceda algo a nosotros o a nuestros hijos. Somos parte de un inmenso tejido que se teje más allá de nuestra voluntad. Constelamos cuando tenemos un síntoma o dificultad en nuestra vida cotidiana y necesitamos alumbrar el proceso de cómo llegamos hasta aquí, cómo participé de lo que se tejió. Es claro que esos filtros que tenemos forman parte del “cómo llegué hasta aquí”. Cuando es el momento correcto, correr estos filtros o ir más allá de ellos (como cuando corremos las cortinas de la casa para ver que sucede afuera), se abre otra vez la posibilidad de comprender lo que me llevó a mantener una perspectiva limitada y como ella es parte estructural del problema o síntoma que tengo hoy. Allí quizás nace la semilla para el cambio y la responsabilidad. Ese trabajo, sin embargo, no lo hace la constelación: lo hace cada uno junto a esa conciencia que alumbrá.

Fenomenología

La fenomenología es una corriente filosófica muy amplia y diversa, por lo que difícilmente será válida una sola definición para todas sus vertientes. Sin embargo, es posible caracterizarla como un movimiento filosófico que llama a resolver todos los problemas filosóficos apelando a la experiencia intuitiva o evidente, que es aquella en la que las cosas se muestran de la manera más originaria o patente. Se refiere a la representación subjetiva del mundo más que al mundo externo como algo objetivo analizable, como lo es para la ciencia.

En este sentido, para las constelaciones familiares todos tenemos una representación intuitiva de nuestra familia en la conciencia y de esta forma mi hermano puede tener cierta imagen familiar y yo una diferente, aunque ambos pertenecemos a la misma familia. En la constelación, se representa la imagen inconsciente del consultante sobre su familia, en relación a una pregunta que tiene. Debemos recordar que los representantes se muevan solos, sin la dirección del constelador ni del consultante, entregando a sus sensaciones, más allá de la historia que el consultante contó. No se psicodramatiza, se mueven con lo que sienten y se ubican donde sienten que deben estar. El constelador hace una lectura de lo que se va mostrando en la constelación desde lo que se ve de forma evidente, describiendo hechos: por ejemplo, la madre mira al piso, el padre ha cerrado los ojos, el hijo está levemente apoyado en la madre, etc. A partir de esa información evidente, chequea con qué momento del pasado familiar del consultante se conecta la constelación, para empezar a trabajar. Va observando los movimientos en los representantes y las reacciones del consultante a la vez.

Aquella información que aparece como evidente tanto en la historia del consultante como en la configuración (constelación) que se realiza, es rescatada y tomada por el constelador como un dato importante que aporta aquello que se necesita para comprender el problema desde una globalidad más amplia.

Sin embargo, no utilizará toda la información completa para hacer su observación de lo que está ocurriendo al consultante con su problema o síntoma. La tarea del constelador es aprender a seleccionar la información que le será útil al consultante y a su problema o dificultad. A menudo, lo que es útil al consultante es aquella información donde se trasluce cómo él mismo participa de manera invisible e inconsciente de su problema, síntoma o dificultad.

Las constelaciones familiares ponen en evidencia con quiénes estamos unidos profundamente aun sin saberlo, y también nos permiten observar nuestras lealtades inconscientes a nuestros padres. Nos muestran cuál es nuestro lugar en nuestra familia y dónde estamos ubicados de forma inconsciente, tal vez desobedeciendo alguna ley fundamental que gobierna a la conciencia familiar, como cuando una hija

se dirige hacia su madre como la madre y no como la hija. Desde mi perspectiva, a través de una constelación puede emerger la punta del ovillo de todo lo que consideramos un problema o dificultad en nuestra vida en cierto momento particular. Esto último es importante, ya que si alguien hace una constelación una vez y encuentra dicha punta del ovillo, diez años después esta punta puede cambiar, ya que si tuvo un verdadero *insight* (es decir, una comprensión que abarca varios niveles a la vez y genera un real cambio de conducta), podemos encontrarnos con un ovillo nuevo en el futuro.

¿Quién es Bert Hellinger?

Bert Hellinger nació en una familia católica en Alemania en 1925. Vivió en la Alemania nazi durante su infancia y juventud, y hubo dos hechos que lo marcaron seriamente: en 1945 fue capturado y encarcelado en un campo aliado de prisioneros de guerra en Bélgica y un hermano de él murió muy joven. Después de escaparse del campo, Hellinger volvió a Alemania, donde entró en una orden religiosa católica y se hizo sacerdote. Estudió filosofía, pedagogía y teología en la Universidad de Würzburg como parte de sus estudios hacia el sacerdocio. A principios de los años 1950, fue enviado a Sudáfrica, donde se le encomendó la tarea misionera con los zulúes. Hellinger vivió allí durante 16 años, durante los cuales sirvió como sacerdote de parroquia, profesor y, finalmente, como el director de una gran escuela para estudiantes africanos. Aprendió la lengua zulú con fluidez y participó en sus rituales.

Posteriormente, participó en un entrenamiento ecuménico interracial y de dinámica de grupos, de carácter fenomenológico, guiado por el clero anglicano. Luego de 25 años dejó el sacerdocio, a partir de unas preguntas que le formuló uno de sus ministros: “¿Qué es más importante para ti: tus ideales o la gente? ¿Cuál sacrificarías?” Le siguió una noche sin dormir, debido a la profundidad de la pregunta. Bert Hellinger dice: “Le estoy muy agradecido a ese ministro por haberme hecho esa pregunta. En un sentido, la pregunta cambió mi vida, pues esa orientación fundamental hacia la gente ha formado todo mi trabajo desde entonces. Una excelente pregunta digna de todo”.

Más tarde abandonó el sacerdocio, volvió a Alemania y se casó. Estudió psicoanálisis, terapia primal, análisis transaccional, hipnosis ericksoniana, hasta que finalmente llegó a presenciar el trabajo de Ruth McClendon y Leslie Kadis. Ahí fue donde por primera vez tuvo contacto con las constelaciones familiares y llevó este trabajo a sus propios grupos terapéuticos.

De la combinación de muchísimas técnicas y herramientas que aprendió e integró, descubrió la dimensión sistémica e intergeneracional de las problemáticas, de los

sentimientos, de los sueños, etcétera, que a primera vista parecían ser solamente cuestiones personales. Cuando integró la herramienta de configurar un sistema familiar con representantes a estos descubrimientos, encontró la forma de unir ambas comprensiones.

En una primera etapa, Hellinger utilizaba representantes para ordenar un sistema familiar, es decir, ubicaba a cada uno en su sitio. Ya habiendo descubierto la dimensión sistémica, por ejemplo, de que muchas veces uno tomaba sentimientos de otras personas o el guion de vida de otros miembros de la familia, comenzó a ordenar el sistema familiar del paciente y observar los efectos que tenía en la persona. Para saber cuál era el sitio de cada uno, utilizó las técnicas aprendidas previamente, por ejemplo, lo que se denomina “escultura familiar”, y también iba corroborando con los representantes ciertas posiciones en donde estuvieran más cómodos y observando el efecto que tenía en los otros. Así tuvieron lugar las primeras constelaciones familiares. Por ejemplo, si el hijo se ubicaba detrás de la madre, entonces traía al abuelo y ponía al hijo en su lugar. Automáticamente, el representante del paciente y el paciente mismo sentían alivio ante este orden. En esta etapa todavía no se buscaban implicancias familiares, es decir, la conexión invisible que un paciente podría tener con algún miembro de la familia que estaba excluido.

Con el correr del tiempo, Bert Hellinger comenzó a configurar sin intervenir. A los representantes les pidió que no actuaran ni se ubicaran de forma especial alguna, sino que simplemente permanecieran centrados en sus lugares, atentos a sus sensaciones, emociones o impulsos. Fue observando cómo los representantes se comportaban en verdad como las personas reales y cómo lo que sucedía en la configuración luego tenía un efecto, incluso, en los demás integrantes de la familia, aunque no hubiesen asistido a la terapia.

Ya en esa etapa, Hellinger permitió a los representantes moverse según sus impulsos y sensaciones, de forma lenta y centrada y, de esta forma, dio el nombre de “movimientos del alma” a la configuración de una imagen del sistema familiar captada por los representantes, sin conocer nada de la historia de las personas a las que representaban. Esta imagen, que surgía al corroborar lo observado con el paciente, obedecía a una imagen antigua de su sistema familiar, por ejemplo, la madre alejada y mirando al piso, el padre lejos mirando hacia otro lado, el hijo en el medio de los padres, mirando a uno y a otro y tambaleándose.

Ante esta imagen, el paciente siempre solía decir: “es así”. Por eso los movimientos del alma son conocidos por el paciente, aunque hasta ese momento no los haya tenido en claro desde la conciencia.

Posteriormente, Bert llamó “movimientos del espíritu” a aquellos movimientos nuevos que se introducían en la constelación y que no habían sucedido con anterioridad. Por

ejemplo, un hijo que nunca había podido acercarse al padre, ahora lo hacía y podían reunirse finalmente.

Introducción a las reglas visibles e invisibles de la conciencia

Todos tenemos una conciencia individual con la que nos manejamos todos los días, desde que nos levantamos hasta que nos acostamos. A través de dicha conciencia realizamos todas nuestras actividades, desde las más triviales hasta las más profundas que implican reflexión, pensamientos concretos o abstractos. También a través de ella podemos distinguir entre el bien y el mal. Podemos percibir nuestros sentimientos y nuestras sensaciones, las propias y las del entorno. Podemos comprender los sistemas y sus leyes a las que estamos sujetos. En este punto nos vamos a detener porque es el que nos interesa en relación con las Constelaciones Familiares.

Desde la conciencia individual conocemos las reglas que tiene nuestra familia de convivencia. Por ejemplo, cuando yo era niña, estaba acostumbrada a sentarme a cenar junto con mis papás todos los días a las 21.30 h. Era un momento donde todos cenábamos juntos el mismo plato y en la misma mesa. Un determinado día, me quedé a dormir en lo de mi mejor amiga y me sorprendí de que, en su casa, los más pequeños comían no solo una cena diferente, sino que cenaban una hora antes que los padres. Estas reglas son visibles, en el sentido de que son captadas por la conciencia personal desde que somos niños y tratamos de adaptarnos a ellas durante el transcurso de nuestra vida hasta que llegamos a la adultez, cuando, a la hora de formar nuestra propia familia, adquirimos nuevas reglas, que habitualmente son una negociación de lo que cada miembro de la pareja adquirió en su familia de origen. Estas reglas son visibles, pero no necesariamente dichas de forma expresa, es decir, verbalizadas. La mayoría de ellas se captan a través de otras formas de comunicación no verbal: gestos, demarcación del espacio, etcétera.

La conciencia individual percibe a través de la culpa y la inocencia si está desobedeciendo o no a alguna de estas reglas visibles, y reacciona frente a ellas: cuando somos niños, consideramos que estas reglas del sistema son buenas y, si las obedezco, me siento inocente. Por el contrario, me siento culpable cuando las desobedezco. En la adolescencia, al crecer, uno se va rebelando contra varias de ellas y ya en la adultez genera nuevas reglas al formar la propia familia.

Cuando **Bert Hellinger** explica que uno de los órdenes del amor son las “reglas familiares”, se refiere a este tipo de reglas que cada familia genera para llevar una vida ordenada de acuerdo a los valores en que cada grupo familiar decide hacer hincapié. En algunas familias, comer con la televisión prendida puede ser algo positivo porque comparten sus opiniones con relación a la actualidad de las noticias

que están viendo, o quizás comparten un programa que a todos les gusta y eso genera unión. En cambio, para otra familia, tener la televisión apagada y conversar sobre lo que se hizo en el día puede ser el valor más importante. Sin entrar a juzgar cuál de estos valores es mejor, la realidad es que para cada familia “sentirse unidos y compartir momentos” significa cosas diferentes y cada una adopta la regla que mejor se ajusta a sus principios. Y esta regla no siempre es verbal, pero todos la tienen en la conciencia. En síntesis, estas reglas son visibles para la conciencia.

Como decíamos anteriormente, las familias tienen sus reglas conscientes. Ahora, la conciencia familiar tiene reglas *inconscientes*. Esta conciencia familiar es una conciencia arcaica que nos abarca a todos, más allá de que sepamos o no de su existencia, y posee leyes inconscientes que la rigen. La conciencia individual percibe a la familiar por los efectos que tiene en la vida individual, es decir, no la percibe de forma directa, sino cuando aparece un determinado destino o un síntoma o dificultad.

Muchas veces, creemos que es la conciencia individual la que elige la pareja, o dónde vivir, o qué trabajo hacer o qué profesión seguir y, sin embargo, todas estas áreas, tan importantes en la vida de un ser humano, están abarcadas por la conciencia familiar, por sus leyes y por los movimientos de compensación. Aquello que llamamos “destino” es una conjugación de estas dos conciencias: la familiar, que empuja en una dirección, y la individual, que participa en la medida que le es posible. La conciencia familiar es arcaica e inconsciente. No distingue entre buenos y malos ni tampoco entre vivos y muertos, y su función principal es velar por el equilibrio del sistema y por la supervivencia del grupo en su totalidad, no por la supervivencia de cada individuo en particular. Esta conciencia se preocupa por que todos pertenezcan al sistema y se le reconozca su sitio a cada uno, sin importar si son “buenos” o “malos” o si están vivos o muertos, y vela, por supuesto, para que se respeten estas reglas.

Bert Hellinger, a través del trabajo con las constelaciones familiares, llamó a estas reglas inconscientes de la conciencia familiar *Órdenes del amor*. Se trata de órdenes o leyes ocultas para la conciencia individual. Hellinger descubrió que cuando las familias no respetan estas reglas, el amor entre sus integrantes no puede fluir. Como explicamos anteriormente, las familias tienen sus reglas conscientes: algunas son propias de cada familia y otras son culturales. Todas estas reglas (que son visibles) a veces entran en contradicción con los órdenes del amor y allí es cuando el amor en la familia no puede fluir libremente.

Hellinger llamó órdenes del amor a la pertenencia, el vínculo, la jerarquía, la prioridad, y el equilibrio entre el dar y el tomar.

Stephan Hausner, por su parte, dice acerca de los órdenes del amor:

“Yo me pregunto si existe algo así como un orden fijo. La impresión es que todo aquello que resulta sobrexigente y que, por ende, no puede ser integrado y se excluye en alguna generación queda dando vueltas en el sistema y molesta “la paz” del presente de una familia. Hay un anhelo de que eso sea integrado y así es como vuelve a introducirse por la puerta de atrás. Todo proceso que conlleva mucha emocionalidad o trauma en una familia y no puede ser integrado perturbará el presente familiar, empezará a aparecer en un lugar donde no corresponde que esté. Entonces allí es donde ese orden se ve perturbado: se genera un desorden. No todo suceso del pasado es importante en una familia, sino aquellos hechos del pasado que continúan vivos. Aquellas cosas del pasado que han sido integradas, que están en su lugar, no perturban el presente. Tengo la experiencia de que aquello del pasado que no puede tener un lugar empuja para que una y otra vez creamos situaciones inconscientemente que nos vuelvan a poner en contacto una y otra vez con esa información, con ese suceso, con ese acontecimiento, con esa energía no resuelta hasta que finalmente pueda tener un lugar.”

Los órdenes del amor según Bert Hellinger

Si leemos libros de **Bert Hellinger**, encontraremos que menciona los siguientes órdenes del amor: el vínculo, la pertenencia, la jerarquía, la prioridad, el equilibrio entre el dar y el tomar, y las reglas. Aquí vamos a desarrollar los cuatro primeros.

Veremos el equilibrio entre el dar y el tomar cuando abordemos la unidad de la pareja, pero es oportuno aclarar que este orden no es completamente inconsciente y, por esta razón, no está incluido aquí. La conciencia individual capta el equilibrio entre el dar y el tomar en cierto grado, motivo por el cual este orden no está incluido en el siguiente apartado.

Con respecto a las “reglas”, tampoco están incluidas aquí porque si bien **Bert Hellinger** las agrega como un orden del amor, se refiere a las reglas que mencionamos anteriormente, es decir, aquellas que son visibles para la conciencia individual, aunque no estén verbalizadas: por ejemplo, los mandatos culturales o las reglas familiares que varían de familia en familia o de cultura en cultura y que tienen la particularidad de estar visibles para la conciencia y, en algunos casos, contradecir los siguientes órdenes inconscientes que vienen a continuación, lo que genera una fricción en la psiquis del ser humano que lleva luego a las implicancias.

Vínculo

El vínculo es la medida de la pertenencia. Está generado por un intercambio de dar y recibir. Cuanto más grande es el intercambio, más grande es el vínculo. El vínculo no puede acabarse nunca, aunque sí pueden acabarse las relaciones. El vínculo con los padres es el más poderoso, ya que al recibir la vida de ellos, se trata de un alto nivel de intercambio que nunca termina y que permanece hasta el final de la vida. El vínculo es ciego y es lealtad. Es más importante que la vida. Es un lazo indisoluble y por él podemos sacrificarnos, sobre todo cuando la conciencia individual no lo identifica o no lo reconoce. El trabajo con las constelaciones familiares permite muchas veces hacer visibles tales vínculos inconscientes para que la conciencia individual pueda aprender a captarlos e integrarlos. Por ejemplo, descubrir que tengo un inmenso amor hacia un hermano que no nació puede ser algo que para la conciencia individual está oculto y, a través de este trabajo, este amor se puede vivenciar, es decir, integrar el vínculo.

Dice Bert Hellinger sobre el vínculo:

La conciencia nos vincula con el grupo importante para nuestra supervivencia, cualesquiera que sean las condiciones que este nos imponga. La conciencia no está por encima de este grupo, ni por encima de su creencia o superstición: está a su servicio. Así como un árbol no elige el lugar en el que crece, y así como se desarrolla de manera diferente en un campo abierto o en un bosque, y en un valle protegido de otra manera que en una cima expuesta a la intemperie, así un niño se integra en el grupo de origen sin cuestionarlo, adhiriéndose a él con una fuerza y una consecuencia únicamente comparables a una fijación. El niño vive esta vinculación como amor y como felicidad, independientemente de si en este grupo podrá desarrollarse favorablemente o no.¹

Pertenencia

Significa que todos los miembros de un sistema familiar pertenecen al grupo, más allá de sus destinos. Pertenecen los padres, los hijos, los hermanos, los tíos, los abuelos, algunos bisabuelos, y todo aquel que hizo sitio para que otro ingresara a la familia, por ejemplo, las parejas anteriores de los padres o algunas parejas anteriores de los abuelos. Los niños abortados, de forma voluntaria o espontánea, también pertenecen a la familia. También pertenecen las víctimas o perpetradores que se relacionaron con el sistema familiar, los benefactores y aquellas personas con las que nos sentimos

¹ *El centro se distingue por su levedad*, Bert Hellinger, Herder Editorial, p. 26

vinculados por haber participado con ellos en situaciones graves, por ejemplo, compañeros de guerra o de alguna catástrofe. Las parejas de los tíos y los primos no pertenecen.

La pertenencia está dada por la medida del vínculo y está asociada a la supervivencia. **Stephan Hausner** eligió como título de su libro *Aunque me cueste la vida*, donde podemos ver cómo esa frase se asocia a la pertenencia, en el sentido de que el niño que vive en todos nosotros está dispuesto a dar la vida con tal de pertenecer a su familia de origen.

Entonces, como **Bert Hellinger** nos enseñó, pertenencia significa que cuando alguien es excluido del sistema familiar, es decir, que no se le reconoce su sitio por haber hecho algo malo o por tener un destino doloroso o difícil, la conciencia familiar intentará compensar este desequilibrio. Esto puede significar, por ejemplo, que en futuras generaciones esta persona excluida será representada por un descendiente que comenzará a comportarse como el excluido, llevando sus sentimientos o imitando su destino. A esto llamamos “implicancia familiar”. Como podemos ver, el orden de la pertenencia y la llamada implicancia familiar tienen mucho que ver, porque solo podemos estar implicados con aquellos que pertenecen al sistema familiar. Entonces, por ejemplo, no podemos implicarnos con nuestros primos o las parejas de nuestros tíos, es decir, sus circunstancias no afectan mi destino desde un lugar inconsciente, más allá de que tengamos mucho afecto hacia ellos.

Bert Hellinger dice sobre la pertenencia:

La conciencia de grupo les concede a todos el mismo derecho a la pertenencia, y cuida de que a todos los que formen parte también se les reconozca este derecho a la pertenencia. Es decir, vela por el vínculo en un sentido mucho más amplio que la conciencia personal. Únicamente conoce una excepción, a saber, los asesinos, especialmente los asesinos de miembros del propio grupo. En lo que a ellos se refiere, por regla general, esta conciencia exige que se les expulse.

La recompensa negativa

Cuando un miembro del grupo fue excluido o expulsado por los demás, aunque sólo fuera por el hecho de ser olvidado, como muchas veces ocurre en el caso de un hijo muerto en temprana edad, esta conciencia lleva a otro en el grupo a representar a la persona excluida, imitando la suerte de esta sin siquiera darse cuenta de ello. Así, por ejemplo, a través de una identificación inconsciente, un nieto imita a un abuelo excluido, viviendo y sintiendo y haciendo planes y fracasando como él, sin conocer el contexto. Para la conciencia de grupo, esta sería una

compensación, pero lo sería a un nivel arcaico, de la misma manera que la conciencia de grupo en sí es una conciencia arcaica. Ella conduce a una recompensa negativa que no ayuda a nadie, ya que la injusticia cometida con un miembro anterior tan sólo es repetida por otro miembro posterior, inocente, sin alcanzar ninguna reparación. A pesar de todo, el excluido sigue siendo excluido.²

Jerarquía

Se trata del orden en el tiempo en el que vinieron las personas. Nuestra abuela vino antes que nuestra madre y nuestra madre vino antes que nosotros, y nuestros hijos después. Entre los hermanos también hay un orden y debe ser respetado. Este orden se quiebra fácilmente cuando, por ejemplo, la hija se coloca en el lugar de la abuela y dice a su madre lo que tiene que hacer. También se quiebra cuando el tercer hijo se coloca en el lugar del primer hijo y toma responsabilidades que no le corresponden.

Bert Hellinger dice sobre la Jerarquía:

Aún otra ley fundamental se manifiesta a través de los efectos de la conciencia de grupo. En todo grupo reina una jerarquía que se orienta en el antes o el después. Es decir, según este orden, lo anterior tiene prioridad³ sobre lo posterior. Una persona anterior (por ejemplo, un abuelo) se halla antepuesto con relación a una persona posterior (por ejemplo, un nieto) y una persona posterior se halla pospuesta con relación a una persona anterior. Por tanto, en la compensación según la conciencia de grupo, tampoco hay ninguna justicia para los posteriores, como si tuvieran los mismos derechos que los anteriores. La compensación arcaica únicamente tiene en cuenta a los anteriores, descuidando a los posteriores. Así, esta conciencia de grupo no permite que los posteriores se inmiscuyan en los asuntos de los anteriores, ni para hacer valer los derechos de estos en su lugar, ni para expiar su culpa en su lugar, ni para redimirlos posteriormente de su destino grave. Bajo la influencia de la conciencia de grupo, el posterior reacciona a tal arrogación desarrollando una necesidad de fracaso y de ruina. Así pues, siempre que en una red familiar aparecen comportamientos autodestructivos y cuando una persona, persiguiendo fines aparentemente nobles, a ojos vistas y ciegamente

² *El centro se distingue por su levedad*, Bert Hellinger, Herder Editorial, p. 26

³ Si bien Bert Hellinger utiliza el término prioridad aquí, lo hace como sinónimo de jerarquía. El orden de la prioridad posee un significado diferente para nosotros, distinto al de la jerarquía.

*pone en escena su fracaso y su ruina, casi siempre el autor de tales actos es un pospuesto que, a través de su fracaso y casi aliviado, por fin honra a un antepuesto. Así, el poder arrogado termina en la impotencia, el derecho arrogado, en la injusticia, y el destino arrogado, en la tragedia.*⁴

Prioridad

La prioridad se da entre sistemas. Es la prevalencia de un sistema por sobre otro. Esta prevalencia equilibra a un sistema frente a otro que tiene mucho peso. Por ejemplo, la pareja tiene prioridad sobre la paternidad, o el sistema familiar actual tiene prioridad por sobre la familia de origen. En ambos casos, aquellos sistemas que tienen prioridad la reciben ante el peso que tiene el otro sistema y de esta forma hay equilibrio.

En las familias ensambladas, los hijos del primer matrimonio tienen prioridad por sobre la pareja actual. Esto es así porque la pareja actual es un sistema nuevo que tiene mucho peso y de esta forma se compensa un posible desequilibrio, dando la prioridad a los hijos del primer matrimonio. También la pareja debe tener prioridad sobre los hijos propios, por la misma razón que en el caso anterior. En cambio, la pareja actual tiene prioridad por sobre la pareja anterior y por sobre la familia de origen. El único caso donde **Bert Hellinger** menciona que esto no se cumple con relación a la pareja es cuando la persona tiene un hermano gemelo. Aquí el gemelo tiene prioridad por sobre la pareja actual.

El fenómeno de la representación

La representación es un fenómeno fácil de vivir y difícil de explicar justamente porque se basa en la experiencia. Se trata de exteriorizar con personas o plantillas una situación, una pregunta que el consultante tiene sobre algo en su vida que no está funcionando. Usualmente representamos la familia de origen del consultante, otras veces la familia actual y también representamos abstractos, como síntomas, posibles parejas, sentimientos o metas u objetivos. Comienza a configurarse así algún escenario del pasado familiar del consultante, quizás de sus abuelos, de sus padres o de su propio pasado personal. El constelador va describiendo lo que se ve de forma evidente en los representantes, (para ésto también le pregunta a ellos qué sienten), intentando no interpretar, sino observando la imagen y chequeando al mismo tiempo el efecto que esto tiene en el consultante, es decir, sus reacciones. Muchos movimientos llevan al estancamiento dentro de una constelación y otros a la solución,

⁴ *El centro se distingue por su levedad*, Bert Hellinger, Herder Editorial, p. 27.

a la liberación. También es parte del trabajo del facilitador diferenciarlos. La constelación es entonces, la respuesta a una pregunta que trae el consultante, es la puerta para un posible movimiento y muestra la información que es necesaria integrar, hacer lugar. Se trata de darle tiempo y espacio a un pasado que no lo tuvo.

Stephan Hausner se ha dedicado a analizar e investigar el fenómeno de la representación. Stephan parte de la premisa de que “configurar por configurar” con representantes es fácil. Siempre es posible abrir un sistema y siempre sale o se revela algo, por lo que la dificultad a la hora de configurar no pasa por ese punto, aunque es cierto que en nuestros primeros comienzos como facilitadores tengamos la sensación de que eso es lo más difícil.

Con el tiempo vamos dándonos cuenta de que la observación de Stephan es muy acertada y que siempre que consteamos, algo habrá de salir o mostrarse. La pregunta que él se hace es la siguiente: ¿sirve realmente esto que se abre? ¿Cuántas posibilidades tienen los cuerpos del consultante y del facilitador de abrirse ante la información nueva que va apareciendo?

Partiendo de esta pregunta esencial que alguna vez se hizo, Stephan propone diferentes formas de entrenamiento para que los facilitadores desarrollemos nuestra percepción en dicho contexto de forma creciente, algo esencial para pulir cada vez más nuestro canal perceptivo, que no es otra cosa más que nuestro cuerpo físico, emocional, mental y espiritual en conjunto. Todos estos niveles, cuando logran estar sincronizados y claros, se transforman en el contenedor para que pueda aparecer nueva información esencial, tanto para el consultante como para el propio facilitador.

Lo anterior significa que la información nueva que nos proporciona una configuración o una intervención sistémica puede ser incorporada por el consultante para generar una transformación sustancial en su problemática, en la medida en que exista una apertura emocional y física en el consultante y en el facilitador. El facilitador traduce la imagen, lee la información que observa y evalúa cuánto de esta información puede ingresar en el consultante y qué es lo esencial para esta persona.

De aquí la importancia y la relevancia de trabajar con la percepción emocional, física y espiritual del facilitador y desarrollarla para convertirse en un canal claro donde pueda también emerger información.

Desde mi perspectiva el fenómeno de la representación nos muestra:

- Un momento del pasado familiar, personal o generacional que emerge con relación a una pregunta específica que alguien se hace sobre un problema o síntoma;
- Las relaciones internas y no necesariamente externas que tiene el consultante respecto a su familia de origen y familia actual;

- Aquel momento del pasado que, por alguna razón, no fue digerido o procesado en su momento (trauma) y continúa vivo en el presente y que de alguna forma se relaciona con el tema que el consultante trae, con su pregunta;
- Las posibles implicancias que el consultante tiene con un cierto hecho o con las personas excluidas de su familia;
- Aquellas situaciones específicas de sus padres, abuelos, bisabuelos o incluso de su actual pareja cuya resolución no está en las manos del consultante;
- El patrón sistémico en el que haya inserto;
- Las lealtades ciegas a sus padres o hermanos;
- Los anhelos inconscientes hacia alguno de los padres;
- Aspectos excluidos del consultante;
- El potencial del consultante para mirar el futuro;
- La responsabilidad del consultante frente a su vida actual;
- El movimiento sanador y lo que hace falta para hacerlo: reconocer, tomar, respetar, soltar o dejar ir a los padres;
- La posibilidad de mirar la realidad tal como es y poder nombrarla de esa forma tanto hacia el pasado como hacia el presente;
- Aquello que queda pendiente como paso que el consultante debe dar más allá de la constelación;
- Las consecuencias que trae el movimiento o paso que desea dar el consultante, en relación con su familia de origen y su familia actual. Es decir, el precio para la solución.

El agregado de representantes

Aunque el enfoque de este libro se refiere a las sesiones individuales, muchas comprensiones que llevé a la consulta individual vienen de mi observación de talleres grupales. Todo lo que menciono aquí es adaptable y trasladable a la consulta individual. En apartados posteriores explicaremos en mayor detalle cómo funciona la representación en las plantillas.

Acerca de querer agregar nuevos representantes luego de haber ubicado ya a algunos, Stephan comenta que, en su experiencia, él solía agregar de a uno porque esto le permitía ver qué cambios se producían con cada nueva presencia. Esta forma

permite al constelador evaluar los efectos que tiene cada representante nuevo en los demás ubicados previamente, así como también los efectos en sí mismo y en el consultante que está en la silla.

Con el tiempo, quizás uno comience a comprender de qué manera funciona realmente un sistema, pero para llegar a esto es necesario haber trabajado con el método durante un largo tiempo. Si, por ejemplo, el constelador agrega los cuatro abuelos a la vez, sería mejor que lo haga si ya es capaz de conocer cómo funciona el sistema. De lo contrario, es conveniente ir agregando de a un representante por vez.

Ante la duda de qué sistema abrir (si el de la madre o el del padre), podemos evaluar cuántas señales de las mencionadas en el punto anterior hemos reunido para abrir un sistema u el otro. También podemos, desde nuestra silla, representar a la abuela materna por un instante (por ejemplo) y percibir qué sentimos. Quizás se trate de una señal que sume.

Representante que muestra una implicación

Cuando agregamos un representante, es importante ver a quién mira. ¿Es capaz de conectarse con todos o únicamente con alguien muy puntual? Habitualmente, si un representante está fijado a alguien en particular o hacia un lugar específico, es señal de una implicación: cuanto más enfocado esté, mayor será la implicación. Que un representante muestre una implicación no significa que necesariamente haya que trabajar en ello.

Representante que mira hacia abajo

Estamos acostumbrados a agregar un muerto tirado en el piso cuando vemos que un representante mira hacia abajo. Sin embargo, no siempre podemos tomar la mirada hacia abajo como una ley inequívoca. En mi experiencia, justamente, el agregar un muerto cuando alguien mira hacia abajo constituye la excepción. Para mí esto tiene sentido si es necesario abrir un duelo de ese representante. Abrir un duelo determinado puede tener un sentido muy importante para el consultante o bien ser un factor distractivo que enreda incluso al constelador en una confusión de la que luego es muy complejo salir.

Movimientos de solución y movimientos de implicación

No todos los movimientos que muestran los representantes están dirigidos hacia la solución o la transformación. Muchas veces se muestran movimientos de implicación. Por ejemplo, la representante de la consultante desea ir hacia su madre, se sienta en su regazo y comienza a llorar. La consultante mira este hecho y nada se libera, todo sigue igual, en su cuerpo, en su emoción: asiente con la cabeza como diciendo “eso quisiera, pero no es real”.

Lo que sucede es que posiblemente el movimiento de solución en un caso así tenga que ver con la renuncia a ese anhelo. Esto significa quizás que el consultante necesita aprender a soltar más que intentar algo que no es realista. En otro caso, este mismo movimiento puede ser de solución, puesto que el consultante reacciona con una fuerza o respuesta emocional donde algo entra de forma nueva.

Muchos movimientos de implicación o de solución pueden distinguirse entre sí según la reacción del consultante: los movimientos de solución permiten la entrada de un nuevo aire; los de implicación, no. Por otro lado, hay movimientos de implicación que serán siempre de implicación más allá de la reacción del consultante: por ejemplo, si la abuela materna se interpone entre el consultante y su madre. Un movimiento así puede ser detenido, es decir, es posible pedir a la representante de la abuela que vuelva a su lugar, siempre y cuando el consultante muestre intención de mirar a su madre en vez de su abuela, por ejemplo. En un caso así, el consultante entra en una velocidad hacia la solución (velocidad que todavía no ha sido posible para la constelación) y, en este caso, conviene, desde mi perspectiva, seguir el impulso del consultante.

Diferente es si el consultante no desea mirar a su madre y continúa leal a su abuela. En tal caso, la representante de la abuela hizo un movimiento que de alguna forma está vinculado con el movimiento interior del consultante. En este caso suelo no impedir el movimiento, y lo pongo en evidencia para que el consultante tome conciencia de que, si prefiere a la abuela en vez de la madre, esta es la consecuencia.

Existen también otros movimientos de implicación que se dan en la constelación y que no tienen tanto impacto en el consultante, sino que son la muestra de cómo se va construyendo un cierto patrón en el sistema familiar. Para ellos, simplemente dejamos que vayan sucediendo y los observamos (por ejemplo, si la abuela paterna se va al suelo junto al bebé que perdió). También suelen aparecer movimientos de solución espontáneos en otras generaciones a medida que el consultante dice ciertas frases: si es este el caso, los observamos. No es nuestro objetivo que se desanude el pasado o, incluso, si se desanuda, hacer una interpretación tajante sobre esto como si ahora todo estuviera resuelto. Esto es algo que simplemente observamos o que podemos mencionar en ciertos casos para ir mostrando cómo el sistema reacciona frente a los pasos que va dando el consultante.

Implicancias familiares

Desde la mirada de constelaciones familiares estamos unidos profundamente a todos

aquellos que, sin excepción, pertenecen a nuestro sistema familiar de origen (ver pertenencia). Es decir, estamos profundamente ligados con aquello que hizo posible nuestra vida o la transformó de alguna forma especial. Sin embargo, no necesariamente estamos implicados con todos ellos.

Bert Hellinger utiliza el término “implicancia” para referirse al vínculo, enlazamiento o conexión invisible que nos lleva a repetir, expiar, cargar o imitar el destino, historia o sentimientos de uno o varios integrantes del sistema familiar que están excluidos. Desde una perspectiva sistémica, el movimiento que lleva a la implicancia habitualmente obedece a un impulso de la conciencia familiar que vela por que sus reglas invisibles sean respetadas. Es decir, cuando sucede la exclusión de uno o más miembros del sistema familiar o de hechos que han sido graves o difíciles, la conciencia familiar inconsciente que no permite exclusiones vuelve a traer al excluido a través de uno descendiente que lo representará.

Al mismo tiempo, es importante aclarar que la exclusión de personas del sistema familiar también la realiza una franja de la misma conciencia, más visible (probablemente la franja cultural). Un ejemplo puede ser cuando, desde la mirada de nuestra familia de convivencia o cultura, sabemos que el aborto es algo “malo” y por eso debemos callarlo o excluirlo, sea nuestro o de alguien de nuestra familia. Sin embargo, ante un aborto, la conciencia familiar, desde una capa más profunda, pujará para que se le reconozca a este niño su lugar, de manera que aquí vemos cómo entran en contradicción dos reglas del mismo sistema familiar: una visible o moral que excluye a los abortos y otra más arcaica e invisible de la misma conciencia que no permite exclusiones (la pertenencia).

Una implicancia, entonces, supone siempre un vínculo invisible con alguien que pertenece a nuestro sistema familiar y que ha quedado excluido, llevándonos a repetir su destino y/o a cargar con sus sentimientos. **Stephan Hausner** mencionó, en diciembre del 2017, en Mendoza, que un colega suyo había formulado la siguiente definición de implicancia: “es cuando actuamos, sentimos y pensamos como otra persona”. Es decir que lo que le sucedió a esta persona o lo que ella sintió volverá a hacerse visible o palpable en nuestra propia vida, aunque no siempre de la misma forma en que ocurrió anteriormente. Esa es la manera que encuentra la conciencia familiar para recordar al excluido. Se trata de un mecanismo de compensación, una búsqueda de equilibrio para la conciencia arcaica.

Efectos de las implicancias

Desde el nivel del sistema familiar, una implicancia tiene el efecto de compensar la exclusión de algún miembro de la familia, de retornar a un equilibrio que se había perdido ante la exclusión.

Desde el nivel de la conciencia individual, la implicancia tiene dos consecuencias o efectos:

Cuando la implicancia es ciega, limitará nuestra vida y el desarrollo de otras potencialidades que podrían desplegarse pero que quedan en segundo plano por el enorme espacio que la implicancia suele ocupar en nuestra vida, consumiendo gran parte de nuestra energía vital.

Cuando la implicancia se hace visible, aparece lo que **Stephan Hausner** denomina “la virtud en la implicancia”. Esto quiere decir que toda implicancia esconde una virtud esencial que es posible descubrir y desplegar. De esta forma, nos conectamos con lo que tenemos detrás de una manera que no nos perjudica, sino, por el contrario, nos revitaliza, al tiempo que entregamos nuestro don al mundo y nos sentimos plenos en ese dar.

Clases de implicancias

Implicancias con destinos

Sucedan cuando un descendiente ocupa el lugar de una persona excluida y parte del destino y de la historia del excluido se hacen presente en la historia del descendiente implicado. No siempre el suceso se repetirá de igual forma: cuando estamos implicados en este nivel, el suceso, destino o enfermedad se repite con la misma carga o intensidad, dificultad o desgracia.

Estas implicancias con destinos pueden darse a través de:

- a. Repetición de sucesos
- b. Repetición de enfermedades
- c. Repetición de desgracias

Implicancias con sentimientos

Sucedan cuando un descendiente ocupa el lugar de una persona excluida y se le transmite a dicho descendiente la forma en que el excluido sintió o vivenció ciertas situaciones. Es decir, esta forma de sentir algo se hará presente en el sentir del descendiente implicado, modelando la forma de percibir su vida y su propia historia, generándole además creencias específicas para el futuro.

Estas implicancias con sentimientos pueden darse a través de:

- a. Expiación de culpas
- b. Renuncia a la felicidad o sacrificio

c. Sensaciones compartidas

Introducción al rol del constelador

Diferencias con la terapia

En primer lugar, debemos recordar que la sesión individual de constelaciones familiares o la constelación realizada durante un taller grupal, al menos entendidas desde el paradigma propio de este método fenomenológico, no constituyen una sesión de terapia. El constelador familiar trabaja en red con los psicoterapeutas o psiquiatras: ambos trabajos son complementarios entre sí. Es importante tener todo esto en claro al momento de iniciar la sesión. Es cierto que una constelación familiar, tanto grupal como individual, tiene, por lo general, un efecto terapéutico. Sin embargo, no constituye una sesión de terapia propiamente dicha, ya que carecemos de continuidad en el tiempo. No existe continuidad, puesto que la persona puede ir a vernos una sola vez en toda su vida o una vez al año. Incluso, en relación con las sesiones individuales específicamente, si realizamos una constelación completa para el consultante, un buen límite temporal a sugerir es no más de una o dos constelaciones al año.

Si entendemos la palabra “proceso” como un conjunto de actividades encaminadas hacia un resultado, podemos decir que las constelaciones familiares también tienen un proceso, aunque no es igual al proceso terapéutico que presupone continuidad en el tiempo (por ejemplo, semanal) para perseguir el resultado. Un proceso terapéutico, incluso, puede utilizar diversas herramientas a lo largo del tiempo, mientras que las constelaciones familiares consisten en una sola herramienta que se utiliza como máximo tres veces al año y necesita de cierto margen de tiempo entre una sesión y otra, al menos uno o dos meses (o quizás más). Es decir, también se da un proceso dentro de las constelaciones familiares, pero este proceso se da de principio a fin dentro de la constelación, y el resultado perseguido es posicionar a la persona en su lugar de mayor fuerza, para que luego, en su vida cotidiana, al enfrentarse a un asunto dificultad o síntoma, observe lo que le sucede con otro tipo de percepción y desde otro lugar. Las constelaciones familiares amplían el campo de información que rodea a un síntoma o a un problema, y el objetivo más contundente del método es que la persona pueda ampliar este núcleo de percepción. A partir de allí, las constelaciones familiares dejan al sujeto en plena libertad con su asunto, que podrá seguir revisando con su propio terapeuta (si es que hace terapia) o indagando en su propia vida cotidiana. Esta es la razón por la que tantas veces se escucha decir que las constelaciones no sanan, no buscan curar, no intentan resolver, aunque evidentemente muchas cosas sanen, se curen o se solucionen a partir de ampliar nuestro propio núcleo de percepción sobre los síntomas o problemas. Es también la

razón por la cual decimos que una constelación es un punto de partida y no de llegada.

Entonces, ¿cuál es el lugar del constelador?

El lugar del constelador es un lugar de ayudador sin intención. El método no presupone que de un lado están los sanos y, del otro lado, los no sanos; en este sentido, se trata de un paradigma de igualdad (o intenta serlo, al menos). Presupone que todos los seres humanos, tanto consultantes como consteladores, estamos unidos y somos leales a nuestro sistema familiar de origen. No pretende remendar a nadie ni decirle qué hacer ni cómo moverse en el mundo. No da consejos, aunque a veces es posible hacer sugerencias para el manejo de las relaciones cotidianas y visibles. El constelador está entrenado en primer lugar para leer imágenes, luego para detectar el lugar que el consultante ocupa en su sistema familiar de origen y finalmente para, a través de imágenes o frases, facilitar al consultante la posibilidad de moverse hacia su propio lugar o hacia un sitio de mayor fuerza. Y esta posibilidad queda siempre a criterio de la persona, quien puede elegir o no moverse de allí. Siempre se trabaja con la fuerza de la persona y con sus posibilidades y límites.

Diferencias y similitudes entre las constelaciones grupales y constelaciones individuales. Intervenciones sistémicas.

La constelación grupal ofrece la ventaja de que el consultante puede mirar desde afuera lo que está sucediendo con su sistema familiar de origen y su posición frente a ellos, es decir, observa desde su silla (sobre todo, al principio) cómo otras personas representan a su familia de origen y a sí mismo. Aquello que emerge en la configuración es observado por el consultante desde afuera. Posteriormente, y generalmente en las constelaciones grupales, se introduce al consultante a la constelación para que se posicione en su propio lugar. La ventaja de la constelación grupal es que muchas otras personas pueden presenciar el trabajo de otros y beneficiarse con lo observado. También presenta la ventaja de vivenciar nuestro asunto o dificultad desde afuera.

En las constelaciones grupales que trabajen una enfermedad mental, además, se recomienda la asistencia de los terapeutas y la familia del consultante, de manera que todos estén presentes para acompañarlo. También es importante que, en este último caso, el constelador sea, además, psicoterapeuta o psiquiatra. En caso de que no lo fuera, un buen parámetro sería, creo, tener más de 10 años de experiencia facilitando

talleres de constelaciones familiares de forma continuada y regular, por ejemplo, de forma mensual.

A través de la participación en los talleres de Constelaciones familiares, participamos de un fenómeno de raíz colectiva. Esto significa que un taller grupal no es enriquecedor solo para quien viene a constelar. El simple hecho de participar, aunque no constelemos, es una gran fuente de revelaciones e *insights* personales que uno hace gracias al trabajo de otros.

¿Por qué sucede? Porque los patrones familiares son compartidos, los síntomas y enfermedades son sistémicos, el pasado no resuelto está frente a todos por igual cuando somos adultos, sin importar la edad que tengamos o las diferencias en las experiencias personales. La dimensión personal no existe cuando hablamos de traumas, conflictos, problemas, enfermedades y síntomas. Allí estamos en una dimensión sistémica, lo que significa que no hay “unos” y “otros”: hay un tejido común con preguntas irresueltas que nos atraviesan colectivamente y cuya respuesta también habrá de emerger de la dimensión grupal. El tejido colectivo es más inteligente que la suma de sus partes y busca sanarse como parte de un movimiento natural si hay suficientes seres humanos simplemente a disposición de esa transformación.

Está claro para mí que participar de un taller de constelaciones familiares nos pone a disposición de un servicio global y de sanación de mayor alcance cuando nos animamos a estar en red.

En el caso de una pareja que quiere constelar de forma conjunta, la modalidad más indicada es la constelación grupal. En una sesión individual se puede entrevistar a la pareja en conjunto, pero después es conveniente realizar una constelación individual para cada uno, donde no esté presente el otro miembro de la pareja mientras el otro constela, ya que no está participando de forma activa y estará ajeno a lo que va sucediendo con las plantillas, lo que puede llevar a que haga interpretaciones aisladas que después resulten contraproducentes.

En la sesión individual, el terapeuta puede acompañar al consultante a su constelación individual y observar desde afuera.

La constelación individual presenta la ventaja de que la persona, desde el comienzo, podrá tomar el lugar de diversas personas de su familia y sentir desde todos esos lugares, además de poder representarse a sí mismo. La posibilidad de ver desde afuera la imagen ocurre únicamente cuando observa las plantillas desde el sillón. En la devolución, al final de la sesión individual, el constelador le recordará cuál era la primera imagen según el posicionamiento que hizo de las plantillas y cómo es tal imagen ahora, si es que cambió. Las frases que se utilizan durante una sesión individual son siempre dichas por el consultante. Si, por ejemplo, sugerimos que el

consultante diga "gracias, papá", le indicaremos pararse en su propio lugar para que diga eso a su padre, y el constelador se ubicará en las plantillas que representan al padre. El constelador, aunque haga de representante, nunca dice las frases: simplemente las expresa para que el consultante repita, independientemente de dónde esté ubicado. Algunas veces puede ser necesario que una abuela dé una bendición a su hija (la madre del consultante) y, en ese caso, el consultante se ubicará en el lugar de la abuela y, desde allí, dirá la frase a la madre del consultante. En este caso, el constelador se situará en ese lugar para recibir la frase.

Quizás sea oportuno aclarar que, como consteladora, cuando siento necesario que el consultante diga una frase, por ejemplo, desde las plantillas de la abuela, no sugiero este movimiento desde mi creencia de que es la abuela quien lo necesita. En primer lugar, no es la abuela quien vino a constelar y si, por ejemplo, ella murió, es bueno saber que en constelaciones familiares representamos a los muertos, pero no trabajamos *para ellos*, sino para el consultante y su relación con el sistema en general. Sin embargo, siguiendo el ejemplo anterior, a veces resulta importante que se diga determinada frase desde el lugar de la abuela, para que el consultante adquiera conciencia de su implicancia con ella y/o capte de qué forma esta frase que dice tiene más que ver con sí mismo que con la abuela, ya sea porque hay una historia que se repite o porque, al decirla en el contexto de la abuela, cobra más fuerza para el movimiento que está buscando realizar.

La sesión individual es oportuna también cuando una persona ha hecho una constelación grupal y necesita luego revisar algo. Inversamente, también es posible que alguien, después de hacer una constelación individual, decida hacer una constelación grupal para ampliar el marco de la información. Sin embargo, entre ambas constelaciones es recomendable que transcurra un tiempo prudencial, y que en total no sean más de dos o tres constelaciones en el año. La participación en los talleres, sin embargo, puede ser ilimitada: el límite lo tiene hacer una constelación.

La conciencia familiar

La conciencia familiar es aquel nivel de la conciencia que resulta invisible para la conciencia individual, aunque se manifiesta para ella a través de sus efectos, como claramente explica **Bert Hellinger** en sus libros. Solo cuando tenemos un síntoma, una dificultad o un problema es que se han manifestado los efectos de esta conciencia para nuestro horizonte de percepción.

Pertenecen a la conciencia familiar los órdenes del amor, es decir que cuando hablamos de conciencia familiar nos referimos al nivel que suele emerger en una constelación, porque allí se evidencia cómo nos relacionamos de una forma ciega con nuestra familia de origen, con quién o quiénes estamos implicados, cómo circula

nuestro amor escondido, quién o quiénes faltan en la familia cuyos lugares no son respetados, etcétera.

La conciencia familiar posee las siguientes características:

- Es arcaica: sus leyes son muy antiguas y pertenecen a la dimensión de la conciencia colectiva, traspasando incluso diferencias culturales. En algunas culturas con menos capas de diferenciación es más manifiesta; en culturas como la nuestra, que posee muchas capas, sus leyes están más ocultas.
- Se ocupa de la supervivencia del grupo y no de los individuos: por ejemplo, cuando un descendiente imita a un antepasado, su destino está al servicio de la conciencia familiar, aunque esto perjudique su vida individual.
- No diferencia entre vivos y muertos o entre buenos y malos: a ella pertenecen tanto vivos como muertos y buenos como malos. Esta conciencia vela por que se respeten estos lugares, sin importar cuál haya sido el destino o qué hayan hecho bien o mal.
- Compensa ante algún desequilibrio: esto lleva a implicancias en otras generaciones y a desórdenes que aparecen en el presente familiar que no pertenecen a ese momento o a esa época, lo que se relaciona con la característica a continuación.
- Es atemporal: sus circuitos permanecen fuera del tiempo y los eventos que sucedieron en ella y que no han sido integrados reaparecen en otras generaciones como un impulso de que sus leyes sean respetadas (los órdenes del amor).

La pareja

Transformarse en hombre y en mujer

Bert Hellinger dice que la mujer se hace mujer en la esfera de su madre y el hombre se hace hombre en la esfera del padre. Al principio, tanto el hijo como la hija están en la esfera de su mamá. Si la madre da el permiso, entonces pasan ambos a la esfera del padre. El hijo se debe quedar allí y la hija debe volver hacia la mamá. De esta forma, el hijo sabe cómo ser un buen hombre para una mujer y la hija sabe cómo ser una buena mujer para un hombre.

Esta teoría de **Bert Hellinger** nos ejemplifica un estadio en el que se encuentra la conciencia de lo femenino y lo masculino. Que la mujer haya ido a la esfera del padre significa que la mujer fue incorporando lo masculino dentro de sí y el hombre fue

incorporando lo femenino dentro de sí (en la esfera de su mamá). Sin embargo, **Bert Hellinger** comenta que no importa cuánto de lo masculino tenga una mujer o cuánto de lo femenino tenga un hombre pues, para que funcione una pareja, ella debe estar en su lugar y él, en el suyo.

Estos lugares son arcaicos: no se eligen. El lugar del hombre es a la derecha de la mujer, y el de la mujer es a la izquierda de él. De esta forma, él está al servicio de ella y puede cuidarla, y ella, por su parte, puede relajarse y entregarse. Dice **Bert Hellinger** que la mujer tiene mucho peso, ya que puede dar a luz, cosa que el hombre no puede hacer, y por este motivo ella puede darle el primer lugar al hombre y así descansar.

La hija del padre es aquella mujer que no salió nunca de la esfera del papá. También puede ser esa mujer que nunca fue al padre. Lo importante es que el padre tiene un peso importante para ella y esto le genera un sentimiento de desconfianza en los hombres.

El hijo de la madre, por su parte, es aquel hombre que nunca salió de la esfera de su mamá. La madre pesa y está distante de su padre. Esto lo vuelve un “Don Juan” (en el caso más extremo) y jamás podría comprometerse con una mujer, incluso cuando sintiera el deseo de hacerlo.

El equilibrio entre el dar y el tomar

En sus libros, encontraremos que **Bert Hellinger** menciona el equilibrio entre el dar y el tomar como uno de los órdenes del amor. Sin embargo, no lo consideramos en el capítulo anterior como un orden ya que no comparte con los otros órdenes el aspecto de ser algo completamente inconsciente, sino que se trata de algo semiconsciente. Esto quiere decir que tenemos un regulador que nos hace sentir culpables o inocentes frente al intercambio entre el dar y el tomar, es decir, nos damos cuenta de ello con nuestra conciencia habitual.

Si, por ejemplo, yo invito a mi pareja a cenar tres veces seguidas y luego él no hace nada para compensarlo, mi pareja comenzará a sentir una especie de culpa que lo hará devolver este regalo que le he hecho para incrementar el intercambio. De esta forma, **Bert Hellinger** dice que la felicidad crece porque el intercambio entre el dar y el tomar empieza a fluir, a crecer, y esto permite que el vínculo también crezca.

Esta culpa o inocencia están, entonces, al servicio del vínculo, al servicio de su crecimiento. Bert también dice que este intercambio sucede en lo negativo y que el secreto no es “no devolver”, sino devolver menos, para que haya un menor nivel de intercambio cuando se trate de algo negativo.

El intercambio entre el dar y el tomar en una pareja es muy delicado y necesita de un equilibrio real. A pesar de amarse profundamente, muchas parejas no logran

funcionar porque se ha roto este equilibrio. Me he encontrado constelando a muchas mujeres que terminaron por mantener a su marido completamente y, aunque desde su conciencia ellas no vean este hecho como algo malo e incluso lo defiendan como uno de los logros del feminismo, las constelaciones intentan ir más allá de ese nivel de la realidad, para tratar entonces de revisar si el equilibrio tiene posibilidad de ser restituido o no. En otras palabras, que las mujeres sean capaces o no de mantener al marido y que esto sea algo positivo es una discusión que no nos ocupa.

Puede ocurrir, por ejemplo, que la mujer mantenga económicamente al marido, pero él se ocupe de todo el resto y, en este caso, hay posibilidades de que la relación funcione, aunque lo he visto en una minoría de casos en mi experiencia. Generalmente, cuando la mujer termina manteniendo económicamente al hombre, ella comienza a sentir que se ha transformado en su madre y que, por ejemplo, ya no siente ningún deseo sexual hacia él, y muchas veces este suele ser el puntapié para ir a constelar. También puede darse el caso de que ella ahora se encuentre siendo infiel a su marido y esta dualidad le resulte insoportable de llevar en el día a día.

Desde mi experiencia como consteladora, cómo se encuentra concretamente el equilibrio entre el dar y el tomar en la relación es un dato muy importante y puede resultar muy útil a la hora de proponer alguna frase o movimiento durante la constelación. En estos casos también he observado que, muchas veces, la constelación se queda en ese nivel, revisando qué sucede allí en la pareja, y no se explora en gran profundidad a la familia de origen. Puede darse, por ejemplo, que la pareja haya perdido un hijo, que la decisión de abortar haya sido de la mujer y que luego esto le haga sentir que debe compensar algo, saldar una deuda. Por supuesto que todo esto puede también quedar enmarcado en una constelación con la familia de origen, pero, de cualquier forma, es un dato importante a considerar.

Destino individual y destino conjunto

Desde esta mirada, los seres humanos tenemos un destino individual y, a la vez, conjunto. Podríamos decir también que poseemos un destino sistémico con nuestra familia de origen, del cual se entreteteje el destino individual y el conjunto con nuestra pareja. Los tres están enlazados.

Bert Hellinger nos dice que una pareja se encuentra a consecuencia de las fuerzas que vienen de sus sistemas familiares. En este sentido, no hay “tú y yo” cuando hablamos de pareja: se trata de una fuerza más grande.⁵

De esta forma, la conciencia individual no tiene tantas posibilidades de elegir, aunque crea que sí lo hace. Entonces, cuando una pareja se forma, existe una fuerza que impulsa a estos individuos a encontrarse para colaborar en la transformación de

⁵ Taller de Bert y Sophie Hellinger en Buenos Aires, 2007.

alguna implicancia. De esta manera, muchas parejas se separan cuando dicha transformación ya no es posible y el destino individual cobra más fuerza que el destino conjunto.

Cada vez que emerge un conflicto en una pareja, se trata de algo del pasado que no ha podido ser procesado. Puede tratarse del pasado de la misma relación que está emergiendo en el conflicto, o bien algo mucho más vasto, proveniente de la relación que cada miembro de la pareja tiene con su familia de origen.

Si recordamos el orden de la prioridad, **Bert Hellinger** nos dice que la pareja tiene prioridad sobre la familia de origen. Muchas veces, este orden no se cumple, en el sentido de que los miembros de la pareja no pueden interiormente reacomodar esta prioridad. En este caso, es habitual que algún trauma proveniente de la familia de origen esté muy presente en el destino del individuo e impida que la energía de los descendientes circule hacia adelante.

Dar prioridad a la pareja, a la propia vida, a los hijos, implica una gran cantidad de energía que muchas veces algunas personas sienten no tener. Esto no es extraño: en mi experiencia como consteladora, lo encuentro bastante habitual y, generalmente, en estos casos es conveniente revisar qué ocurrió en la familia de origen para que de esta forma el pasado pueda ser procesado y libere la energía que estaba atrapada y, así, quede disponible para la propia vida.

Esto último también es observable cuando alguien ha decidido separarse (y, de hecho, quizás la pareja ya está separada dentro de la propia casa), pero no se anima a dar el paso. La liberación de la energía que estaba atrapada en algún trauma de otra generación o del pasado personal también nos da la posibilidad de ubicarnos en un lugar con mayor libertad para decidir, ya sea irnos de la relación o quedarnos.

En una oportunidad constelé a una mujer de unos 45 años que vestía de forma muy elegante y no aparentaba su edad. Contó que, de un día para el otro, después de estar felizmente casada durante 15 años, su marido se fue sin dar muchas explicaciones, y de este episodio ya habían pasado cuatro años. Tenían tres hijos pequeños en ese entonces. Ella vino a constelar porque, desde la separación, había salido con algunos hombres, pero no le había ido bien. Sentía que inmediatamente dejaban de llamarla después del primer o segundo encuentro. También sentía que había algo pendiente con su exmarido, como si algo en ella no pudiera aceptar que la relación se terminó.

Cuando hicimos la constelación, la plantilla de ella quedó ubicada delante de su exmarido. Las plantillas de una posible pareja quedaron a su altura, pero con bastante distancia en el medio. Ella no podía moverse; el marido, por su parte, no podía dejar de mirarla. Le pedí que, desde su lugar (aunque no sabía a quiénes representaban las plantillas), se moviera unos pasos para ver qué sucedía. El marido

reaccionó inmediatamente: no le gustaba que se fuera. Mientras yo estaba parada en la posible pareja, ella decía que podía verme, que le gustaría acercarse pero no podía moverse. Con lo que estaba ubicado atrás (el marido), se sentía cómoda. Le pregunté si se habían divorciado y dijo que no. Cuando le pregunté el porqué, no supo decirme y dio muchas vueltas. Le di plantillas para los padres, y ambos padres quedaron uno al lado del otro, a tres pasos del marido, en la misma línea. Le di otra plantilla para el divorcio, y estas quedaron delante de la madre. Cuando yo me paré en la plantilla del divorcio, ella desde su plantilla se sintió mucho mejor, más aliviada y libre de moverse.

Le pregunté qué diría su madre si ella se divorciara. Me contó que la madre no quería que eso sucediera. Que su padre la apoyaba, pero no así la madre. La consultante se sentía mucho más cercana a la madre y a la abuela materna (que al momento de la constelación todavía vivía) que al padre. Tanto la abuela como la madre no serían capaces de soportar su divorcio, según contaba.

Allí comencé a sentir la posibilidad de algún trauma en relación con la abuela materna que impidiera a la consultante tener toda su energía para tomar esta decisión con más fuerza. Agregué una plantilla para cada uno de los abuelos. Ella cuenta que su abuelo materno murió muy joven y de manera repentina, lo que significó un trauma para toda la familia. Le hice decir, desde las plantillas de la abuela y mirando al abuelo: “No entiendo por qué me dejaste”. En ese momento, comenzó a llorar e inmediatamente ella pensó que esas plantillas la representan a ella y que el abuelo era su marido. El dato curioso es que las plantillas del abuelo terminaron detrás del marido.

Le revelé en ese momento de quiénes se trataban todos. Muy sorprendida, ató muchos cabos y comprendió por qué todavía no podía aceptar que su marido se hubiera marchado. Luego le indiqué que se ubicara en el lugar del divorcio (que, en definitiva, representaba una parte de sí misma o una necesidad para poder seguir avanzando que traiciona a las mujeres de su familia) y dijo a su madre y a su abuela: “Querida mamá y querida abuela, aunque yo tome ahora las riendas de mi vida y no me quede esperando, soy igualmente una de ustedes. Y si, al divorciarme de mi marido, comienzo a sentir que me he alejado de ustedes, lo aguanto. Significa que he crecido”. Luego la consultante se acercó a su padre y recibió su apoyo.

He escuchado muchas veces decir a **Stephan Hausner** que la pareja no tiene el poder de enfermarnos. Que cuando, por ejemplo, alguien enferma o tiene dificultades y acusa a su pareja de ello, necesita revisar sus dinámicas con la familia de origen. Por supuesto que revisar esta dinámica y, quizás, procesar parte de algún trauma familiar del pasado que permanece vivo en el presente lleve a la persona a replantear algo en su actual pareja, a decidir si separarse o modificar algo sustancial para poder permanecer juntos. Esto es necesario saber. Con los años me fui dando cuenta de

que todos los movimientos que hace un consultante con relación a su familia de origen y que, por ende, impactan de forma casi directa en su destino individual, traen consecuencias para el destino conjunto que tiene con su pareja, modificándolo y transformándolo. Muchas veces, esto puede devenir en una separación y es algo que es importante considerar y tener presente.

Lealtades

Todos los seres humanos somos leales para poder así pertenecer a los grupos de los cuales formamos parte. Así como hay diferentes tipos de grupos a los que pertenecemos, con diferentes tipos de reglas, existen distintos tipos de lealtades.

Las lealtades pueden ser conscientes o inconscientes. Las lealtades conscientes son parte habitual de nuestra vida y existen en todas nuestras relaciones. Que sean conscientes no significa que estén verbalizadas: a veces las conocemos de otras formas y circulan en nuestra vida cotidiana con total normalidad.

Las lealtades inconscientes son, desde mi perspectiva, el eje en el cual nos paramos dentro del trabajo con constelaciones familiares, ya que son habitualmente esas lealtades las que nos llevan a la implicancia y, por lo tanto, son la llave que tenemos para encontrar una nueva forma de relación con ella. En este sentido, tanto la lealtad como la implicancia son parte de un mismo proceso que hace la conciencia humana, pero con sentidos diferentes.

Desde mi experiencia, las lealtades inconscientes son generalmente a nuestra madre o nuestro padre y, en menor medida, a un hermano o a un ancestro (lo hayamos conocido o no). En cambio, las implicancias son vínculos inconscientes con personas o hechos habitualmente excluidos del sistema familiar de los que generalmente no tenemos conocimiento alguno. Las lealtades son las que nos llevan a implicarnos con, por ejemplo, un hermano no nacido. Generalmente, si la madre está mirando hacia esa dirección, uno se implica con ese hermano por lealtad a su madre. Casi todas las implicancias guardan el anhelo de ayudar a alguno de los padres, por eso su incidencia es muy frecuente.

La lealtad es un término que aborda **Stephan Hausner**, y en su trabajo con síntomas y enfermedades hemos visto muchas veces que un consultante recupera su fuerza cuando es capaz de reconocer su lealtad más que su implicancia. En la implicancia hay vínculo, mientras que en la lealtad hay amor. La lealtad es la que nos lleva a la implicancia, no al revés. Esto es clave y es una diferencia fundamental en el trabajo con Constelaciones Familiares.

Por ejemplo, podemos decir que estamos implicados con un tío que no nació, pero que, sin embargo, la lealtad es hacia mi madre, quien está profundamente ligada a ese hermano y yo intento aliviar su carga compartiendo su dolor. En otras ocasiones, estoy implicado con mi abuela materna que murió en el parto y también soy leal a ella, por lo que renuncié a tener hijos en conexión con su destino.

La lealtad es un vínculo de amor ciego, es necesidad de pertenecer y es el puente que une a la conciencia individual con la familiar. Se trata de un anhelo que tienen los hijos por acercarse a sus padres de una forma íntima que muchas veces no consiguen. La lealtad reemplaza el amor íntimo que no puede vivenciar el hijo en relación con uno de sus padres o ambos. La lealtad lleva al hijo a acercarse de una forma ciega y a conectarse con la madre o el padre a través de algún circuito que tiene instalado por su propia historia personal. Por ejemplo, si una madre siente que extraña a su propia mamá, la hija se acercará a la madre maternalmente, porque es el camino que encuentra. Paradójicamente, en lugar de acercarla, la alejará de la madre y desde su conciencia se atará de otras formas. Cuando un hijo se acerca a sus padres solamente como hijo, la lealtad comienza a ceder y a retirarse, ya que estaba únicamente para unir lo que el hijo no podía ligar desde su corazón.

Atreverse a vivenciar el amor hacia los padres, con todo lo que ello conlleva, es la clave para que las lealtades liberen el amor que se encuentra allí atrapado y, por ende, disminuya el vínculo con la implicancia. Cuando un hijo no puede vivenciar su amor de hijo a su padre o a su madre (a veces por razones justificadas o porque ese tipo de amor se encuentra bloqueado a lo largo de muchas generaciones), la lealtad se activa. Esa lealtad a menudo intenta aliviar la carga de ellos o evitarles el sufrimiento o la muerte, aunque nunca logra hacerlo realmente. Debemos entender a la lealtad como una forma de reemplazar el amor, un amor que no se puede vivir desde su orden más profundo.

Formas de lealtad:

- aliviar la carga
- salvar
- darles lo que no recibieron
- acompañar en el dolor

Amor de hijo:

- reconoce lo que es
- asiente, respeta
- agradece

- toma (abre el corazón)
- incorpora
- suelta, deja ir

La relación interna con nuestros padres

El amor entre padres e hijos es, sin duda alguna, uno de los amores más grandes que circulan en la humanidad. Desde ambos lados es inmenso; sin embargo, la manera en que ese amor desde los padres circula hacia los hijos y viceversa es muy diferente.

Siempre me gusta poner como ejemplo que, mientras muchos padres darían la vida por sus hijos de forma totalmente consciente, los hijos también dan la vida por sus padres, solo que de forma *inconsciente*. La mayor parte del tiempo en constelaciones familiares trabajamos con este último amor, ya que todos somos hijos y lo que nos une a nuestros padres y a nuestra familia de origen es un amor ciego, inconsciente y que está dispuesto a sacrificarse, aun cuando la persona no se entere de esto. De allí se destaca la importancia de revisar cuál es nuestro lugar en nuestra familia de origen, para comprender de qué manera circula nuestro amor hacia ellos porque, generalmente, esta misma dinámica se ve luego trasladada al futuro.

Tenemos dos clases de relación con nuestros padres: una visible y otra invisible. Cuando hablamos de lealtades, estamos en el terreno de lo invisible, es decir que se corresponde con nuestra percepción interna de nuestros padres y de la historia con ellos. La relación visible puede ser buena, mala, cercana, distante; ellos pueden haber muerto o simplemente no los conocimos y, debido a esto, no tenemos relación con ellos. Esta relación visible puede darnos muchos datos sobre la relación invisible, sea porque la confirma o porque es diametralmente opuesta.

Veamos un ejemplo: una vez una mujer que se había autoexcluido de su sistema familiar vino a constelar porque, si bien su relación era nula con sus padres (no había conocido a su papá y su mamá estaba muy delicada psiquiátricamente y al cuidado de los abuelos), ella sentía que se parecía mucho a la madre a la hora de tratar con sus propios hijos, y a menudo sentía una tremenda angustia que no podía asociar a nada concreto de su vida actual. Aquí podemos ver con claridad cómo la relación con sus padres no existe en la realidad visible y, sin embargo, en la realidad invisible está muy cercana y ligada.

Más allá de cómo sea la relación visible o concreta del hijo con sus padres (puede ser cercana o distante por ciertas cuestiones del pasado), muchas veces un hijo coloca una distancia interior, una gran barrera que lo separa de sus padres para protegerse de algo. Allí es cuando el inconsciente se encarga de acercarlo a alguno de ellos o a

ambos a través de diversos caminos: repeticiones, síntomas y sensaciones de angustia que no le pertenecen. Cuanta mayor sea la distancia del hijo con sus padres por situaciones difíciles como violencia, abuso, abandono, etcétera, más complejo será que, dadas esas circunstancias, justamente, pueda atreverse a vivenciar el inmenso amor que se encuentra allí escondido.

Si recordamos el orden de la vinculación, **Bert Hellinger** nos explica cómo el hijo vive el vínculo con sus padres de una forma completamente ciega, queriendo pertenecer a ellos a toda costa, sin importar cuán buenos o malos hayan sido o sean sus padres. Por supuesto, esto no significa que si un hijo sufre algún tipo de abuso o violencia grave por parte de ellos, no corresponda poner límites. Justamente, estos límites son a veces necesarios en ciertos casos y pertenecen al orden de la realidad visible. A través de las constelaciones familiares nos ocupamos de la vinculación invisible que tenemos con nuestros padres, donde el amor que circula desde los hijos hacia los padres es siempre inmenso, anhela acercarse y pertenecer a ellos de la forma que sea. Desde esta mirada, entonces, el trabajo más grande que podemos hacer con nuestros padres es reconocer cómo estamos ubicados interiormente frente a ellos, más allá de cómo sea nuestra relación con ellos en el día a día. Para algunas personas será importante reconocer la existencia del inmenso anhelo de acercarse, mientras que, para otras, la clave estará en respetar el destino de los padres tal como fue y tal como es, e incluso para otros individuos será relevante tomar lo que sea que estos padres hayan podido darles. En otras personas, la clave será soltar a sus padres y dejarlos ir, soltando así el anhelo de recibir aún más. Cuando veamos el tema de lealtad, ahondaremos un poco más sobre este punto.

Volviendo al ejemplo anterior, para esta mujer resultaba muy difícil reconocer el amor a su madre porque estaba muy enojada con ella por haberle negado conocer a su padre y por tener tantos síntomas psiquiátricos que habían generado mucha violencia en la relación. Cuando pusimos plantillas, un par para ella misma y otro para la hija con la que tenía el problema, quedaron muy distanciadas entre sí. En las plantillas que representaban a ella misma, se sentía mirando hacia la ventana sin registrar a su hija, mientras que en las plantillas de la hija se sentía bien y miraba a la madre.

Luego le di plantillas para su propia madre y su abuela materna, y sin saber a quiénes estaban representando, las agregó cerca de sus propias plantillas, momento en el cual sintió que esas tres plantillas se acompañaban en el amor, en el dolor y que eran muy cercanas. De a poquito fui llevando a la consultante a esta incipiente y emergente realidad: su amor a su madre era inmenso, el amor a su abuela lo era también, y desde un lugar muy profundo e inconsciente buscaba acercarse para acompañarlas en el dolor. A medida que su conciencia fue haciendo espacio para esta realidad, le fue posible volver a sentir un inmenso amor a su madre, aunque en los hechos no fuera posible acercarse.

Transferencia y doble transferencia

Bert Hellinger denomina transferencia y doble transferencia a lo que sucede cuando se transfieren sentimientos de un miembro a otro en un sistema familiar. Específicamente se refiere a cuando el hijo o la hija cargan con un sentimiento de la madre o del padre con relación a algo que está circulando en la pareja de los padres y que no está dicho o expresado. Por ejemplo, en la transferencia, una hija adopta los sentimientos de su madre con relación a su padre (por ejemplo, el enojo) y, de esta forma, la hija se enoja con el padre en lugar de ser la madre quien se enoja.

La doble transferencia, en cambio, se da cuando los sentimientos que lleva la hija por la madre no se manifiestan directamente con el padre, sino con su propia pareja.

Esta es una forma bastante clara para ver de qué forma los sentimientos circulan en un sistema, cuestionando profundamente la visión que usualmente tenemos de que los sentimientos son cuestiones personales que pertenecen a un individuo de forma exclusiva. Las constelaciones familiares exploran de qué manera un sentimiento nace en un sistema y se va moviendo entre sus partes según quién se encuentre más disponible para llevarlo, expresarlo o sacarlo a la luz. De esta forma se hace posible que circule la carga del sentimiento. Cuando esto sucede, la hija que, por ejemplo, llevó este sentimiento por su madre, puede ahora reconocerlo y respetar lo que sucede entre sus padres sin elaborar juicio alguno y, así, dejar de sintonizar con un sentimiento que ahora necesita soltar.

La unión de los padres

Por ser el origen de su vida, la unión de los padres constituye para el hijo algo enorme, que puede aprender a respetar, reconocer y honrar. Muchos hijos suelen estar ubicados en el sistema familiar en medio de sus padres y, por lo general, este lugar se traduce en la cotidianidad en consecuencias visibles: quizás el hijo tuvo que mediar entre ellos, o defender a uno del otro.

En una oportunidad, se acercó a constelar una mujer de 28 años que estaba próxima a viajar al exterior. Su vida había sido, a pesar de su corta edad, diversa y variada: había vivido en distintos lugares del mundo, había llegado a un puesto muy alto en su trabajo y, llegado un punto, decidió que no quería hacer dinero sin amar lo que hacía, por lo que empezó una intensa búsqueda interior hasta encontrar su vocación y profesión. Ahora estaba a punto de viajar al exterior nuevamente para estudiar una carrera y tenía muchos proyectos nuevos en su horizonte.

Su consulta era porque, a pesar de estar segura de este próximo paso, sentía mucho miedo. En cuanto a la relación con sus padres, era cercana con el padre, y bastante difícil y tensa con su madre. La consultante hacía psicoanálisis desde hacía muchos años y venía trabajando en sus asuntos desde hacía tiempo. Su acercamiento a las

constelaciones, sin embargo, era algo bastante nuevo y no tenía mucho conocimiento sobre cómo funcionaban.

Le di plantillas para ella, para su madre y para su padre, y los tres quedaron ubicados en una misma fila. La madre, detrás de la hija; la hija, delante del padre; y el padre, mirando a la hija. La consultante quedaba claramente en el medio de sus padres: hasta daba la impresión de que estaba defendiendo a la madre de su papá.

Como ella en algún momento había mencionado que tenía endometriosis, habíamos acordado agregar también plantillas para su síntoma. Su síntoma quedó del lado de ella, mirándola fijamente. Le di también plantillas para el futuro, las cuales quedaron apartadas de toda esta escena y mirando a la ventana. El futuro se sentía bien y tranquilo. El síntoma primero la miró a ella y después dijo tener interés únicamente en el padre y nada más. Cuando pregunté si había habido situaciones de violencia entre sus padres, se emocionó y contó que, cuando sus padres se estaban separando, una vez el papá se enojó mucho con la mamá y ella sintió miedo y se puso delante de la madre para protegerla, en un gesto que hizo que el padre se calmara.

Finalmente pregunté si había existido una pareja anterior por parte del padre, debido a la forma que tenía el síntoma de comportarse, y me contó que sí, que su padre estuvo a punto de casarse con otra mujer, pero que no lo había hecho para casarse finalmente con su madre. El dato curioso era que ella tenía relación de amistad con la primera pareja de su papá y la había visitado varias veces en el exterior. La frase más fuerte para esta hija fue poder decir a su papá que ella era solo la hija y nada más que eso. Luego se corrió y pudo mirar a su mamá sintiendo que jamás la había visto.

Lo esencial de este caso es que ella estaba en medio de sus padres. De hecho, cuando hablaba de ellos antes de la constelación, se refería a la relación entre ellos con muchísimo juicio. Por eso fue muy importante que pudiera conectarse con la inmensidad del amor que existía entre sus padres, y también el dolor, pero que en definitiva esto era algo mucho más grande que ella que debía aprender a honrar y mirar con humildad.

La madre como expresión del interior, el hogar, la intimidad, la flexibilidad y el sentir. El padre como expresión del exterior, el mundo, el trabajo, los límites, la estructura y la acción.

Breve introducción a las constelaciones familiares según Stephan Hausner

Conceptos fundamentales de su método

Stephan Hausner es un constelador de amplio reconocimiento internacional que ha dedicado su trabajo principalmente a enfermedades y síntomas. Es naturópata, osteópata y homeópata. Durante su larga trayectoria en el trabajo con constelaciones familiares, lo primero que se le hizo evidente fue que usualmente los representantes del síntoma lo guiaban a aspectos excluidos de la persona o del pasado de la familia, de su historia.

Al principio, Stephan pensó que incluyendo estos aspectos excluidos se daba un paso importante, ya que cuando los incorporaba, los representantes de la enfermedad o los síntomas sentían deseos de irse, o bien se debilitaban.

Sin embargo, al realizar los seguimientos de sus casos y pacientes, detectó que los consultantes exploraban esto y tenían un movimiento emocional a veces hasta fuerte durante la constelación, pero al volver a la vida cotidiana, los síntomas eran los mismos o no se daban grandes cambios.

Lo anterior lo llevó a investigar esta discrepancia en profundidad. En otras palabras, para Stephan significó un gran paso descubrir qué es lo que está excluido, y luego empezó a darse cuenta de que lo que ata a una persona a la implicancia o a aquello que está excluido es una profunda sensación de pertenencia, relacionada con la vida primaria del niño hacia los padres y a la familia de origen. Esto es lo que Stephan denomina “lealtad”, concepto alrededor del cual gira todo su trabajo. Considera así que parte de la solución tiene que ver con renunciar a la lealtad a los padres y al sistema familiar.

Los siguientes son algunos de los ejes principales de su método:

- El concepto de lealtad
- El foco orientado al cliente y no a la constelación, apoyando al consultante en el proceso de crecer hacia su propia vida para permitir desplegar su potencial
- El trabajo de Thomas Hübl con comunicación transparente
- La observación de que muchos síntomas o enfermedades aparecen cuando las personas han dado pasos significativos fuera de su familia de origen. Por ejemplo, cuando tienen una pareja, o tienen un hijo: todos estos pasos “sacan” a uno de su familia de origen, y si alguien tiene un rol muy importante dentro de su familia, tal paso o tales pasos agrandan el conflicto y la tensión. El

síntoma pasa a ser una suerte de intento de solución inconsciente a este conflicto.

- La comprensión de que muchos síntomas o enfermedades se refieren o se relacionan con un “no” inconsciente en general hacia la vida. En estos casos, los médicos o terapeutas no tienen nada para hacer cuando el cliente dice “no” a la vida, ya que aunque tengan éxito en sacar los síntomas, estos volverán a aparecer de otras formas.
- La observación de que el trabajo con constelaciones familiares es trabajo con trauma. Esto significa que en algún momento de la historia, y en ciertas circunstancias, el consultante o algún miembro de la familia no pudo contener la información que se desplegó ante un suceso traumático y a fin de protegerse a sí mismo de esa información, creó filtros de forma inconsciente. Estos filtros que en algún momento se crearon para sobrevivir permanecen en el presente y disocian al consultante de la información que lo circunda, es decir, continúan protegiéndolo cuando ya no es necesario, restándole energía vital para su propia vida. El movimiento sanador se trata de que, en calidad de terapeutas o facilitadores, creamos condiciones para que el consultante derribe estos filtros una vez más y que ahora pueda relacionarse con esa información del pasado, para de esta forma liberar su potencial para el presente.

La entrevista en Constelaciones Familiares

La entrevista previa a una constelación es una de las etapas más importantes dentro de nuestro trabajo como facilitadores. Cuando conocí el trabajo de **Stephan Hausner**, descubrí nuevas posibilidades dentro de la entrevista, por ejemplo, la de aumentar la captación de aquella información que nos trae el consultante, desde lo verbal, emocional y corporal.

El objetivo principal de la entrevista es el de entablar una comunicación entre el constelador y el consultante donde pueda desplegarse un potencial sanador. Durante el transcurso de la entrevista, el facilitador tendrá la oportunidad de recabar información importante que rodea al asunto que el consultante trae para constelar, más allá de lo verbal y de la historia conocida. Se trata de un puente con la conciencia familiar y es el espacio donde es posible encontrar la mayor cantidad de señales para luego configurar con representantes o plantillas, lo que otorga al constelador una base esencial para el posterior desarrollo de la constelación.

El comienzo de la entrevista

Generalmente comienzo la entrevista preguntando al consultante: ¿Has constelado alguna vez? Si la respuesta es “sí”, entonces pregunto cuándo consteló y cómo le fue, qué pudo tomar de esa constelación y de qué le sirvió. Si me dice que no consteló nunca, pregunto: “¿Cómo llegaste aquí? ¿Qué te contaron de las constelaciones?” o cualquier pregunta similar que me brinde información sobre aquel lugar interior desde el cual nace su pedido de constelar. Muchas veces los consultantes vienen sin saber de qué se trata y solo porque alguien les dijo que debían venir, o porque están esperando algún tipo de solución mágica. Desde el comienzo es importante buscar indicios de que el consultante ha llegado hasta aquí por su propia fuerza y que su pedido conlleva la posibilidad de ir renunciando a las soluciones mágicas e ir asumiendo un mayor grado de responsabilidad sobre el asunto que lo trae.

Salvo que se trate de un caso muy especial, suelo decir a los consultantes que la constelación generalmente nos muestra de qué forma participamos de los asuntos que traemos y que nos devuelve la responsabilidad ante nuestros problemas. Muchas veces, si es necesario, explico también la diferencia entre culpa y responsabilidad.

Acercamiento al consultante

Presentación

En primer lugar, debemos recordar que realizar una constelación familiar, ya sea grupal o individual, no es una sesión de terapia, sino que se trata más bien de un trabajo educativo con efecto terapéutico. El constelador familiar trabaja en red con los psicoterapeutas o psiquiatras, y ambos trabajos son complementarios entre sí. Es necesario tener todo esto en claro al momento de iniciar la sesión o la constelación grupal. Si bien es cierto que una constelación familiar, tanto grupal como individual, tiene generalmente cierto efecto terapéutico, no constituye una sesión de terapia propiamente dicha, ya que carecemos de continuidad en el tiempo. No existe continuidad alguna, ya que la persona puede ir a vernos una vez en toda su vida, o una vez al año. Incluso, con relación a las sesiones individuales específicamente, si realizamos una constelación completa al consultante, un buen parámetro en cuanto a límite temporal es sugerir que no constele más de dos veces al año. Cuando se trata de constelaciones grupales, el límite es de una vez al año.

Si entendemos la palabra “proceso” como un conjunto de actividades encaminadas hacia un resultado, podemos decir que las constelaciones familiares también tienen su proceso, aunque no es igual al proceso terapéutico que presupone continuidad en el tiempo para perseguir el resultado. Incluso un proceso terapéutico puede utilizar diversas herramientas a lo largo del tiempo, mientras que las constelaciones familiares son una sola herramienta con varios modelos de acercamiento al

consultante: las plantillas, los representantes, los muñequitos de madera, las visualizaciones, las intervenciones sistémicas, los ejercicios y el modelo educativo. Es decir, existe también un proceso dentro de las constelaciones familiares, pero este proceso se da de principio a fin dentro de la constelación, cualquiera sea la forma en que apliquemos la herramienta. El resultado perseguido es posicionar a la persona en su lugar de mayor fuerza, para que luego, en su vida cotidiana, al enfrentarse a un asunto, dificultad o síntoma, esté ubicado en el sitio que más fuerza le otorga: su propio lugar. A partir de allí, las constelaciones familiares dejan al sujeto en plena libertad para que se mueva desde su lugar de mayor fuerza, y es precisamente por este motivo que decimos que una constelación es un punto de partida, no de llegada. El modelo educativo quiere decir que muchas veces en la entrevista, o incluso durante la constelación, le contamos al consultante sobre los órdenes del amor y cómo pueden aplicarse las constelaciones familiares en el ámbito de la vida cotidiana.

Por lo general, presento el método luego de haber realizado algunas preguntas necesarias al consultante. Evito, entonces, explicarlo al principio de la sesión. Al explicar el método, cuento brevemente cómo funciona, y en algunas oportunidades utilizo el ejemplo del grupo para graficar a la persona lo que significa ser un representante. Luego comento brevemente cómo funcionan las plantillas y hago hincapié en que vamos a buscar juntos ese lugar que ocupa en su sistema familiar, como así también que trataremos de desentrañar de qué forma ese lugar está conectado con lo que le sucede en su destino o con el problema que trae como motivo de consulta. También destaco que intentaremos hacer algún movimiento para que se ubique en un mejor lugar dentro de su familia. Ese movimiento es *una experiencia*, porque se trata de una vivencia que va a poder realizar desde su cuerpo y sus emociones. A menudo, el movimiento es posible cuando la persona también se hace consciente de cómo participa sin darse cuenta de este lugar que ocupa o de sus propios problemas o dificultades. Cuando esto llega a la conciencia, entonces es posible tomar responsabilidad por el destino y la forma en que nos relacionamos con el pasado.

El lugar del constelador es un lugar de un ayudador sin intención. El método no presupone que de un lado están los cuerdos y, del otro lado, los que tienen un problema: en este sentido, es un paradigma de igualdad. Presupone que todos los seres humanos estamos unidos y somos leales a nuestro sistema familiar de origen, tanto los consultantes como los consteladores. No pretende remendar a nadie ni decirle qué hacer ni cómo moverse en el mundo. No da consejos aunque, a veces, es posible hacer sugerencias. El constelador está entrenado, en primer lugar, para leer imágenes, luego para detectar el lugar que el consultante ocupa en su sistema familiar de origen y, finalmente, para, a través de imágenes o frases, facilitar al consultante la posibilidad de moverse hacia su propio lugar o hacia un sitio de mayor fuerza. Esta posibilidad siempre queda a criterio de la persona, quien puede elegir si

moverse o no de allí. Siempre se trabaja con la fuerza de la persona y con sus posibilidades y límites, respetando en todo momento sus lealtades.

Explicación de objetivos, metas y límites del método. *Acuerdo de apertura y confianza*

Algo sumamente importante a saber es que el método no está dirigido de forma directa hacia la psiquis personal, sino que su objetivo o meta es, entre otras cosas, revisar cuál es **el sitio que ocupa el consultante en su sistema familiar de origen**, algo que trasciende a la psiquis individual, ya que pertenece al ámbito de la conciencia familiar. Desde el paradigma de las constelaciones familiares, este lugar condiciona las vivencias de los sujetos, tanto desde lo externo como desde lo interno. **El objetivo principal es desentrañar cuál es este lugar y sacar a la luz, cuando sea posible, la forma en la que el consultante participa secretamente de este lugar (lealtad), así como también de qué maneras se manifiesta ese amor ciego que lo lleva a tomar ese sitio y así poder estar cerca, generalmente, de la madre o del padre (anhelo de cercanía).**

Por un lado, entonces, podemos establecer un puente entre la conciencia familiar y la conciencia individual del consultante, es decir cómo ese lugar que ocupa en su sistema condiciona el mundo interno del sujeto, su destino, sus sensaciones y su visión de la vida (implicancia). Por otro lado, podremos establecer cómo participa el consultante de la implicancia, ya que ese enredo sucede al intentar acercarse él a su madre o a su padre a través de un circuito donde intenta, por ejemplo, suplir aquello que a los padres les falta. En algunas oportunidades, el consultante anhela suplir lo que los abuelos no dieron a alguno de sus padres, y no puede transitar el proceso de ordenar su amor hacia su mamá o su papá ya que esta fuerza de suplir o completar es muy potente y constitutiva su identidad.

Escuchamos la historia que trae el consultante únicamente para dar comienzo a la búsqueda del puente entre dichas vivencias o sensaciones del pasado con ese lugar que puede estar ocupando en su familia de origen. En ese sentido, prestamos la debida atención, pero solo en función de ese propósito. Podemos interrumpir amablemente o retener aquella información que sea relevante: por ejemplo, cómo el consultante vivenció la relación visible con sus padres. También será importante retener ciertos hechos de la historia familiar por si es necesario indagar en ellos más adelante.

Desde el paradigma de las constelaciones familiares, el plano de la conciencia tiene ciertas historias construidas en relación con hechos vivenciados que la fijan en una determinada posición frente al problema o síntoma de la persona. Es decir, esa posición (tomada con relación a la historia) desde la cual se mira el problema o el síntoma es determinante del problema, lo fortalece y, lejos de ayudar a disolverlo, lo

vuelve más sólido. A su vez, esas historias construidas están sostenidas por imágenes interiores. Si bien las historias se gestan y nutren en base a las vivencias de la persona, las imágenes interiores inconscientes contribuyen a sostener esa historia y a generar cierto destino.

Otro objetivo importante es el de hacer surgir información que se encontraba excluida de la conciencia individual en relación con el problema: parte de esa información puede ser, precisamente, un lugar que estamos ocupando en nuestra familia de origen y que nos condiciona y contribuye a generar un problema. En el momento en que emerge esta información y se despliega, la percepción del problema empieza a modificarse en la conciencia de la persona, sobre todo, si hemos logrado construir el puente entre las historias y vivencias propias de la persona y la información que surge a partir de la constelación.

Las preguntas del facilitador tienen como objetivo, además, hacer consciente a la persona de sus lealtades más profundas y de cuánto está dispuesta a sacrificar en busca de la solución o resultado que está persiguiendo.

Algo que también puede ser muy útil para el consultante es explicarle qué son las implicaciones y la importancia de poder darle el lugar a todos los miembros del sistema familiar, independientemente de sus destinos. Se vuelve crucial, así, recalcar la importancia de que todos pertenecen al sistema y de que todos merecen que su lugar sea respetado, y explicar brevemente qué sucede luego en la vida de los descendientes cuando no existe este respeto. (Sin embargo, existen ocasiones donde no es necesario explicar esto).

Cuando trabajamos con constelaciones familiares en una sesión individual o talleres grupales, debemos también transmitir al consultante cuáles son los límites del método. Este es un método que mira nuestras lealtades más profundas y cómo repercuten en nuestra vida, en relación con el problema que tenemos y frente al *camino de solución* que estamos buscando. No nos da herramientas dirigidas hacia el mundo externo ni herramientas directas para enfrentar el problema o síntoma en cuestión.

El camino que toman las constelaciones familiares es siempre indirecto y está dirigido mayormente hacia el mundo interno de la persona, sobre todo, aquello que no tiene consciente, como sus lealtades y el lugar que ocupa en su familia de origen. No es un método centrado en comunicarle a la persona lo que tiene que hacer, ni dar sugerencias sobre conductas concretas para modificar, aunque haya ocasiones donde sea posible brindar alguna recomendación.

Las constelaciones familiares como método tampoco nos indican qué camino seguir. En todo caso, nos muestran cómo podemos sentirnos frente a una dirección que deseamos tomar, es decir, vuelve visible para nosotros información inconsciente que

tenemos en relación con un asunto. Otro límite del método es que carece de contención posterior, lo que significa que cuando la persona necesita apoyo luego de la constelación, recomendaremos a algún terapeuta que pueda hacer un seguimiento del caso. Sin embargo, sí podemos quedar en contacto con la persona luego de la constelación y ella puede comunicarse con nosotros si es que necesita luego hacernos alguna pregunta o comentarnos algo que vivenció más adelante con relación a la experiencia de la constelación.

El acuerdo de apertura y confianza presupone explicar al consultante que todo lo que cuente en el consultorio es confidencial. Luego de explicarle brevemente en qué consiste el método, es beneficioso explicitar que necesitaremos de su apertura y confianza para que el método pueda funcionar, ya que la persona deberá abrirse a nueva información que antes no era visible para la conciencia. Esto no significa que su historia sobre el problema esté mal o errada de por sí, sino que simplemente existe información importante y adicional que, de momento, se ve imposibilitada de salir a la luz y, cuando logre hacerlo, mostrará una nueva forma de ver el problema o el motivo de la consulta.

Esta es la razón por la cual necesitamos apertura de la persona para poder tomar esa información. Este es un aspecto sumamente importante porque, desde la mirada de las constelaciones familiares, las historias que nos traen los consultantes no están intrínsecamente mal ni son erróneas, sino que meramente son parciales o se encuentran fragmentadas.

Esta fragmentación se relaciona con un mecanismo propio del psiquismo y de su formación, que tiene que ver con aislar información de forma automática para poder actuar en el mundo y sobrevivir. La resolución del problema desde la historia parcializada es imposible, porque el problema es, justamente, una historia fragmentada. Cuando surge información nueva, el problema o el síntoma se redimensiona y pueden surgir soluciones alternativas o tangenciales que antes no eran posibles de imaginar dada la parcialización del asunto.

Motivo de consulta

El motivo de la consulta habitualmente es un problema, dificultad o síntoma que la persona presenta en su vida cotidiana. Este inconveniente o esta dificultad suele ser de peso para el consultante, es decir, es importante para él, quien generalmente ha buscado otras alternativas antes de constelar para resolver el problema. Este asunto o dificultad puede referirse a una relación que tiene con otro sujeto, sea o no miembro de la familia de origen, o bien puede tratarse de un asunto que tiene la persona con respecto a alguna situación: el trabajo, el dinero, la profesión, una dolencia física, una emoción que lo aqueja de toda la vida y que no puede asociar a una experiencia en particular, etcétera.

El papel de las preguntas

Preguntar es un arte. Stephan dice que nuestro trabajo es hacer buenas preguntas, pues contienen la semilla desde la cual se desplegará todo el proceso.

Preguntas de contexto

Lo primero que debemos formular son las preguntas de contexto. Necesitamos saber si la persona vive sola o con alguien, si tiene familia actual, es decir, si está en pareja, si hay hijos o si los perdió. Asimismo, debemos indagar si sus padres viven y cuán cerca vive de ellos (en caso de que vivan todavía). También tenemos que conocer si estudió algo y a qué se dedica. Muchas veces resulta útil preguntar algunos detalles de su vida cotidiana, por ejemplo, si es independiente económicamente o si recibe alguna ayuda.

Las preguntas básicas que contextualizan, entonces, son aquellas que indagan aspectos tales como la edad del consultante, la ocupación o profesión y las personas con quienes vive. Estas preguntas nos permitirán contextualizar la situación de la persona. Por ejemplo, si alguien viene a constelar un asunto de pareja y, a través de una de estas preguntas, nos enteramos de que la persona todavía vive con sus padres y tiene, por ejemplo, 40 años, deberíamos desviar un poco la atención a este último punto, puesto que esto nos está dando una señal de que el consultante está de alguna forma muy ligado a su familia de origen y esto puede ser una de las causas de sus conflictos de pareja. Sin embargo, esto es solamente una señal más entre muchas otras a considerar. Siempre es posible hacer más preguntas que nos brinden más información si sentimos necesitarla, por ejemplo, el motivo por el cual todavía vive en la casa de sus padres.

Preguntas que interiorizan

Las preguntas que interiorizan son preguntas que buscan ahondar aún más en los temas, por ejemplo, cuando se pregunta qué sintió la persona o alguno de sus familiares con relación a determinado conflicto, o si anteriormente le sucedió algo similar, entre muchas otras opciones. Generalmente son preguntas que todos hacemos de forma natural cuando necesitamos recabar más información sobre el asunto de la persona.

Preguntas de solución o utilidad

Este tipo de preguntas son similares a “la pregunta del milagro”, en el sentido de que direccionan y clarifican el objetivo que la persona tiene con respecto a realizar una constelación. Le preguntamos entonces qué aspecto de conocer las dinámicas de su sistema familiar sería útil en pos del asunto que trae a la consulta. Por ejemplo: “¿En qué podría ayudarte la constelación?” o “¿Qué estás buscando con la constelación?”

La pregunta del milagro

La pregunta del milagro es una pregunta que puede formularse de las siguientes maneras: “¿Cómo te darías cuenta, el día de mañana, de que funcionó la constelación?” o “¿qué sentirías diferente o qué hechos de tu vida tendrían que cambiar para poder decir que te funcionó este trabajo que vamos a realizar?”

Es muy importante que el motivo de consulta esté claro o que la pregunta fundamental que tiene el consultante sea concreta y direccionada. Puede ocurrir que el consultante experimente confusión, en cuyo caso podemos colaborar haciendo algunas preguntas adicionales hasta que pueda obtener mayor claridad. Si esto no sucede, podemos pedirle que espere un poco antes de constelar y trabajar con otra persona hasta entonces.

Preguntas sistémicas o necesarias sobre el sistema familiar

Son las preguntas más importantes que tenemos en las Constelaciones Familiares y también, de alguna manera, son las que nos diferencian de otros métodos. Este tipo de preguntas aportan algo esencial, que es información sobre los sucesos graves o difíciles que pueden haber ocurrido en generaciones anteriores: muertes tempranas, incestos, estafas, abortos, masacres de guerra, enfermedades graves, familias excluidas, abandonos, parejas anteriores, amantes, accidentes, catástrofes, etcétera.

Cuando preguntamos a la persona por estos datos, empezamos a tener datos esenciales para configurar nuestra hipótesis de trabajo, incluso si luego no llegamos a confirmar dicha hipótesis cuando colocamos las plantillas o representantes. Se trata, de todas formas, de información esencial, donde podemos inferir posibles implicancias o conexiones con sucesos graves e incluso patrones sistémicos que funcionan de la misma forma a través de las generaciones.

Los diferentes motivos de consulta

- El consultante que necesita comprender el origen un asunto/síntoma/dificultad/implicación;
- El consultante que busca ordenarse y/o moverse a un mejor lugar en su familia;
- El consultante que busca fuerza para dar un paso de cambio;
- El consultante que desea sentir alivio con relación a una emoción que lo aqueja;
- El consultante que desea sanar una relación o algo en su vida;
- El consultante que desea lograr una meta

Qué hacer ante la *falta de claridad en el motivo de consulta*

Aquí podemos utilizar “la pregunta del milagro” para obtener mayor claridad y corroborar si encontramos fuerza en la persona para asumir la responsabilidad de abrirse al tipo de trabajo que conlleva una constelación familiar. Si contamos con esa fuerza, pero no tenemos claro el motivo de consulta (a veces sucede que el pedido es un imposible), la pregunta del milagro nos puede aportar mucha claridad.

¿En qué momento realizar las preguntas?

Por lo general formularemos las preguntas durante la entrevista previa, a fin de poder configurarnos una hipótesis. Las hipótesis en constelaciones familiares siempre tienen como trasfondo que la causa del problema de la persona nace de una implicancia familiar con alguno de los hechos mencionados anteriormente. Por ejemplo, si alguien viene a constelar un dolor de estómago y, al preguntar por pérdidas de hijos, sale a la luz que la abuela materna perdió cinco embarazos, podemos formularnos la hipótesis de que este dolor en el estómago del consultante viene de una conexión invisible con las pérdidas de la abuela. Sin embargo, esta hipótesis será una información adicional con la que contaremos para el trabajo, pero no necesariamente habremos de verificarla al momento de realizar la constelación.

Stephan Hausner nos cuenta que, a lo largo de los años, fue descubriendo que, por ejemplo, debajo de una implicancia con las pérdidas de la abuela materna, se esconde una profunda lealtad a la madre. Esto significa que la madre del consultante está atada a su propia madre, ligada en el dolor, y muchas veces un nieto se “implica” con las pérdidas de la abuela para sentirse cerca de su propia madre. Aquí reside la diferencia entre “implicancia” y “lealtad” y es algo que se va descubriendo con la práctica y la experiencia.

Lo cierto es que, desde mi experiencia, las preguntas sistémicas sacan a la luz posibles implicancias que podemos considerar aunque no trabajemos con ellas. La lealtad inconsciente generalmente no surge de las preguntas, sino que se pone en evidencia durante el transcurso de todo el proceso con el consultante, y muchas veces se torna clara y evidente al final de la constelación.

Preguntas generales y la pregunta de “¿por qué esto a mí?”

Muchas veces escuché decir a **Stephan Hausner** que él nunca contesta una pregunta que empieza con “¿por qué?” ni tampoco se ocupa de cosas generales durante la constelación.

Esto significa que detrás de una pregunta de esa índole, o cuando el consultante pregunta al constelador cosas generales (por ejemplo, “¿qué pensás de la gente que tiene este tipo de síntomas?”), la motivación oculta es la de no asumir la propia

responsabilidad por lo que le está ocurriendo, sino que prima el impulso por permanecer ajeno a ello (es decir, permanecer desvinculado de la situación). Es aquí, justamente, donde el objetivo más importante de la constelación es poder entrar en relación con esa información del pasado que permanecía excluida de su conciencia.

Dada la naturaleza de este trabajo, siempre nos tocará relacionarnos con lo que haya o con lo que esté disponible, por lo que será muy útil comunicar al consultante no solo cuando no podamos contestar cierta pregunta, sino también (en algunas ocasiones) las razones que nos lo impiden. Por supuesto, puede darse el caso de que no contestemos algo porque no lo sabemos, o bien anticipar que, contestando, generaríamos en el consultante una fuerza que lo lleve a una mayor implicación, es decir, a permanecer cada vez más desconectado de la información que lo circunda.

No contestar todo sea tal vez una intervención muy poderosa, porque el consultante de pronto puede evidenciar su propia desconexión y a partir de allí puede dar otro paso. Es decir, el primer paso muchas veces es habilitar la posibilidad de que la persona se relacione con el hecho de que no puede relacionarse con lo que hay, es decir, que está desconectado.

Otras intervenciones

Mientras el constelador hace la entrevista, va construyendo algunas hipótesis sobre el asunto que trae el consultante con relación a posibles implicancias con su familia de origen o posibles lealtades que puedan estar en juego.

Desde ese lugar, es posible hacer intervenciones comentando al consultante cómo es la mirada de las constelaciones para ciertos asuntos, lo que hemos visto en otros casos, etcétera. Puede ser que esto genere en el consultante algún movimiento, que algo se abra en su cuerpo o aparezca una emoción fuerte con la intervención. Muchas veces esto abre y fortalece la conexión entre constelador y consultante y, al momento de configurar, todas las posibilidades latentes de donde puede emerger información esencial para el consultante estarán mucho más presentes.

Mente, emoción y cuerpo: los tres niveles durante la entrevista

La mente durante la entrevista

En el transcurso de la entrevista, el constelador escucha la historia del consultante y su interpretación del problema. En muchas ocasiones será necesario traer al consultante de vuelta hacia los hechos, no hacia su interpretación, ya que cualquier interpretación que esté rodeando a un problema será parte del problema en sí.

En el nivel mental es conveniente diferenciar entre un consultante que de pronto comunica una comprensión profunda que tiene de alguna experiencia del pasado y un consultante que está interpretando. En el último caso se trata de algo que tiene

construido desde hace mucho tiempo, una historia que continúa sin fin. En el caso de estar frente a una comprensión, será fácil distinguirla: esta es genuina, espontánea, cargada de energía y con repercusión en su propio cuerpo. Aquí la mente, la emoción y el cuerpo comienzan a vibrar al unísono.

La mente del constelador debe permanecer lo más vacía posible. El constelador va realizando comprensiones profundas, además de interpretaciones, y va seleccionando qué comunicar al consultante. Decidir qué es útil y qué da fuerza comunicar es un trabajo fino y necesario por parte del facilitador para volverse cada vez un envase más profundo. En mi trabajo, por lo general comunico al consultante ciertas comprensiones que evidencio como un impulso que proviene del corazón. Las palabras que están acompañadas con el corazón suelen tener un efecto real en el consultante. Otras veces he sentido un impulso de comunicar algo que proviene de las entrañas (el estómago), y lo he relacionado con mi propia necesidad de redefinir tal vez el contexto al consultante o aclarar algún límite importante. Si la fuerza no proviene de ninguna parte del cuerpo, es posible que las palabras que digamos no tengan mucha permanencia o no resuenen en el consultante, que no pueda oírlas o que le sean superfluas.

Al mismo tiempo, es importante que el constelador abandone la expectativa de decir cosas que provengan del corazón o de decir palabras que tengan un efecto o que exista resonancia, puesto que la resonancia y el contacto con el corazón suceden cuando puedo relacionarme con el consultante en sus circunstancias tal cual son, es decir, entrando en un vacío de expectativas que muchas veces se vivencia como una gran incertidumbre. Cuando esto sucede, la conexión se hace posible. Esto quiere decir que entrar en una resonancia profunda con el consultante es algo que no se puede controlar, y a lo sumo únicamente podemos preparar el terreno donde caerá dicha semilla: en ocasiones sucede inmediatamente; otras veces, mientras estamos configurando; otras, al final; y en algunas ocasiones, incluso, no sucede en absoluto.

Nivel emocional durante la entrevista

Es posible que parte del problema que traiga el consultante se evidencie en que su mente comunique una historia y sus emociones, otra. El aparato emocional del constelador debe ser capaz de captar el movimiento emocional del consultante, lo que puede ir corroborando mediante preguntas. Incluso en ese momento, el consultante puede traer a la conciencia cierta emoción que antes no percibía en sí mismo.

Muchas de las emociones que tiene el constelador al lado del consultante son un reflejo de aquellas que trae la persona, o bien son un reflejo de las emociones de otro miembro de su sistema familiar. Siempre podemos evaluar y preguntar: “¿es posible que tu mamá se sintiera de esta forma?”.

El constelador percibe las emociones de dos maneras: en su propio cuerpo o en el cuerpo del consultante. Este último fenómeno se llama percepción.

Si el consultante cierra sus ojos mientras vivencia una emoción, es posible que esté enfocado en el pasado. Entonces lo invitamos a que vuelva a abrir sus ojos y viva la emoción desde el presente. De esto se tratan los sentimientos secundarios.

Bert Hellinger hace una importante distinción entre sentimientos primarios y sentimientos secundarios: los primeros son aquellos sentimientos con los que podemos trabajar: tienen fuerza, duran poco tiempo y generalmente conllevan un dolor genuino y profundo. Se tratan de sentimientos que liberan energía y la dejan disponible ahora para la vida. Los secundarios, en cambio, son parte del sufrimiento, que viene de la historia construida sobre el pasado y la posición que tomó el consultante en relación con alguna experiencia. El sufrimiento es muchas veces adictivo: George Gurdjieff solía decir que una persona era capaz de todo, salvo de abandonar su sufrimiento. Esto significa que gran parte de nuestra identidad está construida sobre lo que nos hace sufrir y de allí emana la dificultad para soltarlo.

Nivel físico durante la entrevista

El cuerpo del consultante es la mayor fuente de información. Todos los cuerpos son tensos; la tensión es una parte importante de cualquier movimiento. Sucede en la música, en la estructura del tronco de un árbol, etcétera.

Cuando el consultante toma asiento, podemos observar dónde se ubican sus puntos de tensión sin hacer interpretaciones inmediatas. Gran parte de la tensión inicial que observamos desaparecerá a los minutos siguientes, puesto que forma parte del hecho de haberse sentado en esa silla. Luego podemos observar tensiones que registra desde hace años en ciertas partes de la espalda o el cuello, las rodillas, etcétera. No todas esas tensiones estarán relacionadas o tendrán relevancia durante la entrevista y la constelación. Es importante que el constelador esté atento desde varios niveles (mental, emocional y físico) a lo que va ocurriendo en el cuerpo del consultante a medida que hace ciertas preguntas. Aparecen en ocasiones tensiones espontáneas claramente visibles, en cuyos momentos hago una anotación mental para ir guardando todas las señales que necesito para hacer luego la configuración.

La tensión más sutil y más difícil de percibir es aquella que impide que ingrese nueva información. Asimismo, se vuelve muy difícil percibir el momento en que dicha tensión se va y permite entonces la entrada de algo nuevo.

Es importante que los consteladores realicemos un trabajo personal muy profundo para ampliar nuestro canal perceptivo, también de lo que sucede en el cuerpo del consultante y el propio cuerpo en diferentes niveles.

Desde mi experiencia, la forma en la que he evidenciado que una nueva información pudo ingresar en el consultante, es decir, que se rompió algún filtro y se liberó algo, ha sido estando atenta a mi propio cuerpo: esa información nueva entra en mi; es como si me asentara y me enraizara. Es allí cuando corroboro con el consultante y, por lo general, mi registro coincide con una respiración profunda que hizo, o con el hecho de que se acomodó en la silla de forma diferente, con que el cuello se relajó, con que levantó la cabeza, etcétera. Lo anterior quizás tenga su explicación también en el hecho de que en esa relajación física del consultante aparece una respuesta emocional nueva ante lo que está viendo o asoma una fuerza estructural que antes no tenía.

He descubierto que, muchas veces, cuando se libera esa tensión sutil para que ingrese nueva información, aparecen otras tensiones más superficiales (por ejemplo, se cierra el pecho, duele el hombro izquierdo, las manos pesan). Por este motivo es que no debemos confundirnos con las tensiones físicas que aparecen en el consultante. Que de pronto duela algo de manera muy fuerte no significa que la información no esté ingresando. Si los dolores son muy fuertes, es posible que todo el cuerpo haya entrado en un gran estrés: esto significa que algo se abrió y el consultante o un representante están procesando información del pasado, están digiriendo o procesando algún trauma viejo. Si toda esta información entra de golpe, quizás necesitemos pedirle que respire, o que se siente para que el cuerpo vuelva a encontrar su regulación natural en su proceso de digerir el trauma del pasado. Lo importante es que si percibimos que la tensión sutil desapareció y que, por ende, el cuerpo permite el ingreso de esta nueva información, confiemos en ello.

¿Qué es lo que realmente sana?

Stephan Hausner dice que lo que posibilita el potencial sanador en la constelación es el resultado de la relación constelador-consultante en un 98 por ciento. El 2 por ciento restante es atribuible a la técnica. De aquí vemos cómo para Stephan es de suma importancia que, como facilitadores, trabajemos en volvernos un canal cada vez más transparente en el cual pueda emerger la mayor cantidad de información que rodea al consultante (y que permanece excluida de su cuerpo y conciencia), incluso aquella información que todavía no es posible descifrar, poner en palabras o traducir. A medida que el facilitador se va entrenando en soltar sus expectativas o su deseo de ayudar, abriendo su corazón al consultante con su realidad tal cual es, aumenta el potencial sanador. De allí surge la importancia de la entrevista, puesto que es el terreno donde dicho potencial se prepara para desplegarse.

Flexibilidad interior

Stephan también dice que entre el constelador y el consultante siempre existen proyecciones. No se trata de eliminarlas o de querer quitar aquello que sentimos que nos estorba interiormente durante la entrevista, sino que se trata de permanecer lo suficientemente flexibles en el interior para que la información que circula entre el facilitador y el consultante pueda moverse, entrando y saliendo con libertad. De esta forma, la entrevista va adquiriendo cada vez mayor profundidad y se construye un camino hacia lo que es esencial, más allá de las expectativas, proyecciones y juicios. Todo esto no es eliminable, sino que es parte de la información que circula y que se va transformando en lo esencial a medida que vamos adquiriendo mayor flexibilidad interior. De aquí que para Stephan el trabajo con constelaciones familiares no va encaminado hacia “solucionar” algo, sino a habilitar un camino donde algo pueda transformarse.

Las dos mentes

Cuando vamos a realizar una constelación, por supuesto preguntamos cuál es el asunto que trae a la persona a constelar. Cuando nos cuentan este asunto, los consultantes por lo general hacen referencia a un problema que tienen, un síntoma o dificultad: nos cuentan hechos concretos en relación con el asunto, además de cómo se sienten al respecto. A algunas personas les resulta sencillo contar hechos y situaciones concretas exteriores, mientras que a otras les resulta más fácil contar sus sentimientos en relación con un asunto. La mente tiene dos tendencias: una interiorizante y otra exteriorizante. Cuando a la persona le es más fácil hablar de sentimientos y sensaciones, predomina la mente interiorizante, mientras que cuando le es más fácil hablar de hechos y sucesos, predomina la exteriorizante.

En la mente exteriorizante se encuentra el pensamiento lineal, que pertenece al campo de lo científico, donde abundan el razonamiento, el análisis, la relación causa y consecuencia, la separación y la secuencia (hemisferio izquierdo). Por su parte, en la mente interiorizante es posible apreciar un tipo de pensamiento holístico, más integrador, que capta información en paralelo o globalidades.

Uno separa; el otro, integra. Uno ve partes; el otro, totalidades. Ambos son importantes y tienen funciones diferentes en el ser humano, y sin embargo, solemos, debido a factores culturales y el contexto de aislamiento en el que se formó el psiquismo humano, sobrevalorar la función del razonamiento y la voluntad (la mente exteriorizante), y le atribuimos facultades que no serían propias de este tipo de inteligencia como, por ejemplo, resolver un problema en una relación de pareja. Si frente a un problema en una relación (de pareja, por ejemplo, o de otra índole), tenemos una idea o una decisión tomada previamente y desde allí miramos el asunto, este mecanismo propio de la mente exteriorizante nos impedirá observar la

información adicional que se esté desplegando en ese momento. Por eso, si bien frente a los propios problemas es difícil salirnos de este tipo de mente, cuando estamos trabajando con otras personas es necesario no aferrarse a las ideas, juicios y decisiones que hayamos podido tomar previamente sobre lo que puede estar sucediendo. De esta forma, permitimos aflorar en nosotros a la *otra* mente, que será la encargada de captar las sensaciones y los sentimientos también ancestralmente congelados que la persona manifiesta, incluso aunque no sea consciente de ellos.

A propósito de estas dos Inteligencias que posee el ser humano, traigamos a colación la siguiente metáfora: imaginemos un momento a dos hombres cavernícolas mirando a las estrellas en una noche despejada. Uno de ellos mira hacia una estrella: captando que está siempre en el mismo lugar, deduce que, cuando la sigue, encuentra el rumbo a su casa. El otro mira hacia el conjunto de estrellas y se siente inmerso en una totalidad abrumante, conectado con ese universo que lo contiene: lo recibe y hace así contacto con ese anhelo de totalidad y espiritualidad.

La imagen anterior sirve a los fines de ilustrar de forma muy diferenciada a estas dos inteligencias. En la primera (a la que llamaremos “mente tecnológica”), me separo de lo que percibo, para poder así utilizar lo que está afuera para mi beneficio y para concretar una meta, lo que da lugar a una necesidad sumamente importante y central en la vida del ser humano: la de manipular o transformar el entorno para poder sobrevivir. En la otra inteligencia (a la que denominaremos “mente holística”), no me separo de lo que percibo, sino que me siento parte de lo que me rodea y está fuera de mí. Desarrollo una conexión con el entorno desde un lugar no utilitario, sino sagrado, y se da así lugar a otra necesidad importante y pivotal en la vida del ser humano: la de sentirse conectado con algo más grande, con su devenir y su sentido en la existencia.

Ambas inteligencias son de gran relevancia. La ciencia utiliza diferentes métodos para adquirir conocimientos y organizarlos: se basa en la observación y experimentación para luego elaborar hipótesis y deducir leyes generales. Posee los elementos para destruirse a sí misma, es decir, está sometida a una corrección permanente. La ciencia es a la mente tecnológica o exteriorizante lo que las matrices sagradas son a la mente holística o interiorizante. Las matrices sagradas, como la Astrología, el I Ching, el calendario maya o la Kabbalah, son una manera de percibir la realidad. Se trata de un conocimiento antiguo que se remonta al cosmos. Se relaciona con el anhelo de totalidad y espiritualidad en el ser humano. Tampoco fueron inventadas por alguien, sino que es algo que varios seres humanos fueron captando al ir exponiendo su hemisferio derecho a esa totalidad. Una matriz sagrada es capaz de explicarse a sí misma y constituye un conocimiento dinámico, lo que significa que se va actualizando constantemente.

Esta actualización no sucede en la conciencia de los individuos, sino que se da de forma automática.

Diferencia entre sentimiento y sensación

Para diferenciar los sentimientos de las sensaciones, es útil distinguir los dos tipos de mentes. Para poder trabajar con alguien, en primer lugar, además de escuchar su historia y su versión de los hechos, se vuelve necesario intentar captar qué sentimientos o sensaciones subyacen al problema. Será más difícil detectar esto si el consultante revela un mayor predominio de la mente exteriorizante; por el contrario, será más fácil de detectar si el consultante tiene una mente interiorizante. Cuando se proponga el movimiento de solución, este, a su vez, será más fácil de comprender para aquel consultante que presente un predominio de la mente exteriorizante, y más difícil para quien tenga una mente interiorizante. El movimiento de solución siempre tiene una lógica, sea un movimiento interno o externo, y aquel con predominio de la razón es capaz de comprenderlo y tomarlo a través de la lógica. En cambio, para quien posea una mayor proporción de la mente interiorizante en comparación con la exteriorizante, es como si se lo estuviera invitando a sentir de otra forma y, si bien abrir el tema e ir al punto es más sencillo dada su sensibilidad, moverse de allí constituye un paso no tan simple, ya que los sentimientos no tienen lógica, por lo que a un consultante con estas características le costará dejar de sentir de la manera en que siente.

Por supuesto existen muchas personas que tienen ambas mentes: la anterior sirve a modo de mera clasificación y diferenciación para que podamos comprender y diferenciar recursos posibles para los dos tipos de mentes.

Entonces, más allá de la mente que predomine en la persona, captar sus sentimientos o sensaciones es un paso importante, y allí es donde tenemos que activar en nosotros el sentir, para así poder entrar en resonancia con el otro y con la información que lo acompaña.

¿Cuándo es útil trabajar con las sensaciones previas?

Cuando una persona tiene angustia, enojo, incertidumbre, miedo, euforia, rechazo, desconexión, etcétera, podemos captarlo muy fácilmente. Todos estos sentimientos, por lo general, aparecen durante la charla previa y también durante la configuración, cuando preguntamos: “¿Qué sentís en ese lugar?” Toda esta información es de gran utilidad y, cuando la persona tiene la meta clara con la constelación, es decir, cuando puede contestar a la pregunta “¿cómo te darías cuenta de que te ha funcionado la constelación?”, entonces tenemos un camino a seguir, un norte, incluso si la configuración luego se encamina hacia otro lugar.

Por el contrario, cuando la persona está muy confundida y, como consteladores, percibimos que algo más hay o que la meta con el trabajo planteado no está clara, resulta muy útil detectar las sensaciones. Las sensaciones son un cúmulo de sentimientos congelados ancestrales que aparecen en los descendientes cuando algún hecho difícil en el sistema (tragedias de todo tipo) afectó a alguna generación (hasta siete generaciones hacia atrás) y, ante la parálisis que generó dicho hecho, muchos sentimientos fueron encapsulados, es decir, la información que contiene ese hecho se encuentra intacta y sin procesar. Dicha cápsula se transmite de una generación a otra y, además de generar todo tipo de síntomas, lleva a la persona a desconocer de dónde proviene exactamente esa sensación que la toma. Un ejemplo puede ser la sensación de melancolía, de muerte, de inseguridad, de estar afuera (exclusión), el dolor, la culpa, la parálisis, el miedo de no poder funcionar sin apoyo, de que “siempre tengo que volver”, de que “siempre tengo que irme”, etcétera.

La diferencia entre sensaciones y sentimientos es que las sensaciones nos acompañan prácticamente desde que nacemos y no se van con el tiempo. Los escenarios de la vida cambian con las circunstancias, pero la sensación permanece, convocando incluso a dichos escenarios, es decir, a las experiencias que volverán a recrear ciertas situaciones para finalmente atravesar dicha sensación, y liberar la información que allí está atrapada y así dar vuelta la página o *hacer algo diferente* a lo que otros hicieron. Cuando hemos detectado esa sensación en la persona, muy probablemente sea preciso dirigirnos en la configuración a la generación donde tuvo lugar el hecho que la generó y comenzar a trabajar desde allí.

Trabajo con las *sensaciones previas* desde la óptica de la Inteligencia Vincular de Eugenio Carutti

Las experiencias como información que debemos procesar

Eugenio Carutti explica que las experiencias físicas (nuestra vida cotidiana) cobijan energía contenida.

El camino para traer aspectos ensombrecidos de nuestro interior a la luz es aquel que permite a la conciencia absorber la energía presente en las experiencias. La comprensión y la asimilación de la información o energía permiten que nuestra conciencia se desarrolle. Es decir, si la conciencia no absorbe y transforma la información que viene de las experiencias personales, la persona vive y revive siempre en una misma línea o nivel o, en otras palabras, el mismo nivel se manifiesta una y otra vez hasta que la conciencia lo haya absorbido y comprendido. Cuando trabajamos con constelaciones familiares u otro método vivencial, intentamos que la persona asimile u absorba la energía existente en una imagen grabada en su

inconsciente, de una experiencia, sea esta propia o de algún miembro de su familia, lo haya conocido o no. Es decir, se lo invita a "cambiar de nivel" a través de esta nueva comprensión.

Desde este punto de vista, la psiquis es una configuración repetitiva de patrones. Claramente, todavía tienen influencia sobre nosotros las experiencias que vivieron nuestros ancestros: en esas experiencias había una carga de información y de energía que nuestros ancestros no pudieron absorber, y se traslada a nosotros por el hecho de constituir juntos una conciencia compartida. Esta repetición se vive a través de una experiencia diferente, pero tendrá la misma carga emocional y de información. A veces, incluso, las experiencias se repiten con una gran similitud a como las vivieron los ancestros, mientras que, en otros casos, lo que se imita es únicamente la carga emocional.

El primer paso será que la conciencia se comprenda como parte de una conciencia más amplia y se asuma sin la libertad con la que creía contar, sino enlazada con los destinos de otros (más allá de haberlas conocido o no). Luego de que la conciencia asume este hecho y se ve sumergida en un campo que antes no consideraba, le tocará absorber lo que allí se encuentre: comprender y procesar la información que estaba encapsulada en una sensación, aunque no sea exactamente propia, es decir, aunque sea una repetición de algo que le pasó a otro miembro de nuestra familia. Lo interesante es que esto no es posible cuando quiere hacerse desde nuestro razonamiento, desde nuestra función centralizadora, desde el yo consciente. Para lograrlo es necesario detener este razonamiento y dejar que se active en nosotros una inteligencia diferente, una inteligencia sistémica. Esto es lo mismo que decir que si la característica principal de una sensación congelada es *cerrar*, el camino de solución comienza cuando empezamos a *abrir*. Los pensamientos en su nivel superficial cierran: para *abrir*, habrá que soltarlos.

¿Cómo absorbemos las experiencias?

La energía acumulada en las sensaciones congeladas proviene de un cúmulo de experiencias ancestrales que están sin absorber o comprender. Y esta tarea le corresponde, entonces, al descendiente que está implicado con ese hecho que ocurrió o con esa sensación que se le transmitió.

Para que la persona vaya soltando la información saturada, siempre utilizo el recurso de que la persona respire por la boca y envíe aire a ese punto. En ocasiones, la acumulación de dolor es tan grande que la persona no puede bajar al corazón, en cuyo caso, el proceso será más lento. A veces el primer paso es simplemente comprender su situación desde otro lugar.

Gracias al trabajo de **Stephan Hausner**, con el paso del tiempo descubrí que lo que nos mantiene atados a esa sensación es la lealtad. Entonces, de alguna forma, la

lealtad muestra la responsabilidad del consultante con el tema: por amor ciego a su padre o a su madre, se ha enlazado con un trauma que pertenezca, quizás, a otra generación. Descubrir cómo se manifiesta esa lealtad en el consultante es algo sumamente empoderante: existen frases que ponen la lealtad en evidencia y la dejan al descubierto, y tienen la capacidad de devolver al consultante mucha de su energía vital que se estaba perdiendo.

Cómo realizar preguntas que detectan las *sensaciones* que existen detrás del problema que plantea la persona en la sesión individual

- Más allá de lo que te ha sucedido en la vida, ¿detectás que siempre te has sentido así? ¿Los escenarios cambiaban, pero la sensación permanecía?
- ¿Hay alguien más en tu familia en quien puedas ver esta sensación?
- ¿Hay momentos en que no la has sentido? ¿Qué hechos creés que te la activan?

Creencias

Cuando percibimos que la persona no está del todo abierta a la nueva información que va a surgir a través de la constelación, se vuelve importante detectar las creencias que el consultante tiene acerca de su problema. El momento oportuno para preguntar al respecto es durante la entrevista. Por supuesto, muchas veces no será necesario corroborar estas creencias, ya que lo que comienza a fluir entre el constelador y consultante las vuelven irrelevantes y, además, el motivo de consulta puede estar completamente claro y con una dirección a seguir.

Incluso si estamos frente a un consultante agradable y conversador, es bueno registrar el propio cuerpo, que es, en definitiva, la fuente más importante de información acerca de cómo está el vínculo con el consultante en este momento y si existe alguna tensión que esté bloqueando la comunicación o la llegada. En este caso, es importante preguntar datos adicionales sobre su postura frente al problema y sobre cómo llegó a la decisión de acercarse a constelar.

En ocasiones, existen algunas creencias que limitan o impiden cualquier posible solución. En casos así, se vuelve crucial detectar estas creencias, ya que realizar un trabajo con alguien que está seguro de que no hay soluciones posibles, pero aún así espera que la constelación las brinde como por acto de magia, es prácticamente un sinsentido.

Aquí vale aclarar que la palabra “solución” me resulta cada vez menos precisa, pero la utilizo en el sentido de que necesitamos corroborar si el consultante cree o da

permiso a la posibilidad de que pueda surgir cierta información, con la que luego quizás pueda actuar o, al menos, que pueda incorporar. Se necesita de suma cautela en este punto: más que escuchar las palabras del consultante, es decir, su respuesta ante la pregunta de si cree posible que emerja una solución o un cambio en el futuro, la clave está en escuchar sus posibilidades y sus creencias arraigadas, que generalmente son inconscientes.

Observen también el cuerpo del consultante: la fuerza con la que habla, la cantidad de energía o de presencia que tiene en ese momento, cuánto puede sostener la mirada, cuánto se puede abrir. Muchas veces, la necesidad de solucionar se transforma también en una creencia que limita. Lo que hay que evaluar y medir, en la medida de lo posible, es el grado de apertura que existe en el cuerpo del consultante para facilitar el surgimiento de la información, y con cuántas herramientas cuenta hoy para ir soltando sus propios filtros (muchas veces, generacionales), que son, en definitiva, los que han forjado lo que hoy él mismo denomina “problema o síntoma”. Por último, también será necesario evaluar la posibilidad del consultante de atravesar ese dolor, crucial y esencial, que emana en el momento en que se deshacen tales filtros.

La constelación de lo imposible

En varias oportunidades me ha sucedido que las razones que trajeron o motivaron a la persona a la consulta son otras, como la amenaza de su pareja de dejarlo si no hace un trabajo con constelaciones, o la situación de un hijo que quiere cumplir con el pedido de su madre de que constele, por mencionar algunos ejemplos. En casos como estos, ni siquiera la pregunta del milagro funciona, ya que el consultante puede decir que se daría cuenta del éxito de la constelación si, por ejemplo, lograra dejar a su pareja o ponerle límites. Sin embargo, si a esta misma persona se le pregunta si considera posible alguno de los dos hechos, les dirá que no, que sería imposible separarse o poner límites y que no está dispuesta a hacer ninguna de las dos cosas.

Diferente es la situación de alguien con un asunto similar y que quiera constelar su relación con la familia de origen para obtener información de sí mismo, ya que la persona es consciente de la paradoja en la que se encuentra. Sin embargo, siempre es bueno tener la meta clara antes de abrir una constelación. Si no está clara desde lo verbal, al menos, a veces podemos sentir una suerte de alianza energética que pone en evidencia una dirección posible de la constelación. Apenas eso está claro para el constelador, es bueno comentarlo al consultante, ya que puede darse el caso de que alguien haya venido con la constelación de lo imposible, pero que, luego de la entrevista, emerja una nueva posibilidad.

Cuando el consultante está completamente convencido de que ha venido a constelar únicamente porque alguien lo obligó, o incluso sabe que está perdiendo su tiempo y

dinero, o se acercó porque otras personas le dijeron que debe abrirse a todo para buscar cualquier solución, pero, en el fondo, no cree realmente que algo pueda aparecer como información importante desde donde emerja su propia fuerza para moverse, estamos ante una constelación de lo imposible. Si tomamos esta propuesta, es muy probable que perdamos el rumbo en el transcurso del trabajo al sentir que algo no funciona. Por eso es importante tener claro que algún tipo de objetivo o algún tipo de solución han de ser posibles para el consultante, incluso si no se logran porque, por supuesto, no podemos asegurar eso desde nuestro lugar de facilitadores.

Si detectan que están frente a un imposible, lo mejor es empezar a detectar las sensaciones previas. En una oportunidad, constelé a una mujer que se había separado hacía muchos años atrás, pero su exmarido continuaba visitando su casa con frecuencia: entraba cuando quería, seguía comprando propiedades a nombre de su exesposa, etcétera. Ella planteó como meta finalizar con esta situación, poner límites a su ex para poder rehacer su vida con otra pareja, por ejemplo. Cuando le pregunté si en los hechos consideraba posible poner esos límites, me dijo que no, que realmente no creía posible que eso fuera a cambiar. Ella realmente quería hacer un cambio, pero su creencia de que era imposible era mucho más fuerte.

Fue allí que empecé a preguntarle si otras mujeres de su familia se habrían sentido así y, luego de una larga entrevista, llegamos a la conclusión de que su mayor problema era la sensación de que ella no iba a poder seguir adelante sin él, de que no iba a poder con su vida si él "desaparecía". Allí detectamos la sensación de "no puedo sin el hombre" y vimos que era algo que siempre había sentido.

Comencé, primero, configurando dos pares de plantillas, que coloqué yo misma. Puse unas para ella junto a él, y otras para ella sin él. En las plantillas que la representaban junto a él, se sintió tambaleante y perdía el equilibrio. En las que la representaban sin él, se sintió fuerte. Luego debimos revisar la línea de mujeres para ver el origen de la sensación, pero para ella resultó muy importante la devolución de que en las plantillas de ella *sin él* se sentía bien y fuerte. La consultante se fue de la constelación con la creencia de que ahora sí podía, aunque le pusiera límites o aunque él "desapareciera".

Procedimiento con plantillas

Las plantillas se entregan al consultante una vez que le hemos aclarado en qué consiste y cómo es el procedimiento. Lo primero que debemos explicar es que, salvo contadas excepciones (las cuales explicaremos al final), el consultante no sabrá a quiénes representan las plantillas. A veces le advierto que se representarán a

personas de su familia de origen, que el mismo consultante también será representado e incluso, posiblemente, que podremos hacer esto con algún concepto abstracto como una emoción o un síntoma, pero es importante que al comienzo el consultante no sepa a quiénes están asignadas las plantillas. El constelador debe asignar el rol de cada plantilla antes de entregarlas al consultante y, si es necesario, esta información puede anotarse. El consultante deberá luego proceder a colocar cada par de plantillas de colores en el espacio, como si fueran unas pisadas, pero sin asignarles un rol. Es importante aclarar esto desde un comienzo porque, de lo contrario, la persona comienza el trabajo asignando roles y esto luego generará muchas interrupciones cuando llegue el momento de que el constelador revele cuál es la imagen y las posiciones de cada integrante de la familia. Por ejemplo, puede ser confuso para el consultante si se le explica que las plantillas azules estaban representando a su padre y él internamente les había asignado otro rol.

Elección. Información útil para el consultante para que sea representante

Para elegir qué plantillas vamos a configurar, debemos tener presente el motivo de consulta. Debemos informar al consultante que, cuando se ubique sobre las plantillas, su tarea no será adivinar de quién se trata, sino prestar atención a las sensaciones físicas o emocionales que surjan en su interior y tomarse el tiempo necesario para ver cómo se encuentra allí en ese lugar. Resulta muy útil indicarle, por ejemplo, que preste atención a si su cuerpo está pesado o liviano, anclado al piso o movable. También puede darse el caso de que no experimente ningún sentimiento en ciertas plantillas, lo cual no tiene nada de malo y es preciso hacérselo saber de antemano.

La representación en las plantillas

Observar la configuración

¿En qué lugar se colocó el consultante con relación a los padres o al síntoma o al sistema en general? ¿Cómo agregar plantillas adicionales a la configuración previa? ¿Cuándo es necesario?

Antes de pararse en las plantillas, es importante observar la imagen y leer en qué lugar se colocó la persona con relación a sus padres o al síntoma. Es conveniente guardar esta imagen en la memoria por si más adelante las plantillas se cambian de lugar y cambian la imagen anterior. Al momento de la devolución, también es útil mantener el recuerdo de la primera imagen para poder explicarlo luego.

A continuación, podemos pedir a la persona que se ubique en sus plantillas (aunque no le diremos que se trata de las suyas) o podemos preguntarle dónde se ubicaría. Yo, por lo general, decido en el momento si pedirle que se pare en su lugar o

indicarle que elija la plantilla, pero creo que es conveniente que se coloque primeramente en su sitio si detectamos que la persona tiende a poner primero a los otros, o si se lo ve perdido, disperso o volátil.

Si, en base a lo que ven, consideran que la persona se encuentra más bien enraizada o es concreta, o parece estar muy segura de su posición, es útil pedirle que elija un lugar, así tenemos una pista acerca de con qué persona de su familia necesita conectarse o con qué necesita conectarse, para comprender su posición.

Una vez hecho esto, el constelador puede elegir pararse inmediatamente en un lugar y evaluar ver cómo se relaciona el consultante desde unas plantillas hacia otras.

Hasta que no esté claro el movimiento a realizar, la implicancia, la lealtad o el asunto sistémico que necesita mirarse, ordenarse o integrar, podemos hacer que la persona se ubique en cada uno de los lugares. Incluso es posible que el constelador cambie de lugar tantas veces como crea conveniente a fin de registrar sus propias sensaciones.

Las sensaciones que perciba el constelador son importantes para evaluar si el consultante está registrando sensaciones parecidas. Se trata de una de las señales que necesitamos acumular para decidir qué movimiento realizaremos que resulte en beneficio de la persona y del sistema en general.

Sin embargo, lo que más tendremos en cuenta serán las sensaciones que registró el consultante en cada lugar que se paró. A veces deberán indicarle que se coloque en todos los lugares, mientras que otras veces en solo algunos, en función de cuán claro esté el movimiento a realizar. A menudo, únicamente indico al consultante que se pare en su lugar y luego, quizás, en uno más, pero no lo hago pasar por todas las plantillas. Esto está muy relacionado con la cantidad de información que necesito recolectar para proceder y del proceso que necesita hacer cada consultante: A veces requerirá más movimientos y otras menos.

Configuraciones básicas para plantillas

Relación de pareja

Aquí hace falta detectar cuál es la intención del consultante con relación al asunto de pareja:

- a. Consultante sin pareja que desea tener una

Se pueden dar dos pares de plantillas al consultante: un par para sí mismo y otro para una posible pareja, y comenzar a explorar por allí. Se puede observar, por ejemplo, si el consultante está mirando hacia esa posible pareja o no, y en caso de no estar mirando en esa dirección, prestar atención al lugar hacia dónde mira. Usualmente esta es mi forma de comenzar una constelación en estos casos, y luego doy plantillas

al consultante para que ubique a su mamá, su papá y, eventualmente, otros miembros del sistema familiar. Puede ocurrir que la persona esté mirando más a su madre que a la posibilidad de estar en pareja. Esta misma forma puede utilizarse para la configuración en grupo, pidiendo al consultante que elija alguien para que lo represente a él y alguien para un hombre o una mujer en calidad de posible pareja.

Otra forma de empezar, pero en este caso solo la he utilizado hasta ahora en una sesión individual, es, nuevamente, con dos pares de plantillas: un par representa a la persona en pareja, mientras que el otro representa a la persona soltera. De esta manera, el consultante puede evaluar cómo se siente en cada lugar. Puede ocurrir que en la plantilla que representa a la persona en pareja perciba incomodidad, lo cual puede significar varias cosas. Un significado posible puede estar relacionado con que la persona ocupe un lugar muy importante en su familia de origen y ponerse en pareja signifique tener que modificar ese lugar con sus padres. Ante tal situación, es posible corroborar cómo se sienten los padres en relación con esa plantilla. Si se empieza a configurar de esta forma, se pueden hacer dos constelaciones paralelas: una con esa configuración y otra donde se corrobore o explore el lugar que el consultante ocupa con sus padres, para luego unir ambas constelaciones en el momento en que se hace el chequeo de cómo están los padres frente a la plantilla que representa al consultante en pareja.

El criterio para decidir si comenzar de la primera forma o la segunda tiene que ver con cómo es el consultante, según su forma de procesar la información y su capacidad para simbolizar. Para algunos consultantes puede resultar un tanto difícil abrirse a una relación íntima con alguien (en cuyo caso puedo optar por configurar como en el primer ejemplo) o bien puede ser que tenga dificultad para habitar el arquetipo de la persona casada, con hijos, por miedo a quedar atrapado en esa estructura. En este último caso, los padres suelen sentirse incómodos frente a la posibilidad de que el hijo entre en esa estructura, porque ya en el sistema existe un exceso de ella y los sistemas, por lo general, necesitan elementos diferentes para poder subsistir. (Si es este el caso, configuro como en el segundo ejemplo y menciono este patrón sistémico que en este contexto adquiere tanta importancia).

- b. Consultante con una relación de pareja donde hay dificultades, que tiene la intención de mejorar de su parte lo que sea posible para que la relación continúe

Se puede comenzar asignando unas plantillas para el consultante y otras para su pareja actual. En una constelación grupal se solicita al consultante que elija alguien para sí mismo y alguien para su pareja actual.

Se hace lo mismo con plantillas o representantes para el consultante y otras para su mamá y su papá. Al cabo de un rato se pueden agregar unas plantillas o un representante para la pareja.

- c. Consultante que ya ha decidido separarse pero no posee la fuerza para dar el salto

Exclusivamente dentro de una sesión individual, se puede comenzar con unas plantillas par el consultante en pareja con esa persona y otras para el consultante sin estar en pareja con esa persona. Por lo general hago la indicación de que las ubiquen una al lado de la otra.

Es posible también comenzar con el consultante, su futuro y su actual pareja. En una constelación grupal se puede seguir esta misma secuencia (con la asignación de representantes).

Otra alternativa que he utilizado casi exclusivamente en las sesiones individuales es colocar plantillas para el consultante, su actual pareja y la separación.

Independientemente de cómo empiece, luego se puede agregar la familia de origen a la misma configuración, o si estamos haciendo una constelación individual, hacerlo como una configuración paralela, dividiendo imaginariamente el consultorio donde transcurre la sesión, y así el consultante termina representado en ambas configuraciones.

- d. Consultante que está en pareja pero atraviesa una emoción que trasciende su asunto con esta relación

En este caso, una primera opción es empezar con unas plantillas para el consultante, otras para su pareja actual y otras para la emoción que lo aqueja.

También se puede empezar directamente con el consultante y su familia de origen, además de usar plantillas para la emoción. El criterio para empezar con la emoción o agregar plantillas para ella tiene que ver con la información que tales plantillas aportarían y que creamos podría llegar a ser necesaria. Este aspecto lo irá regulando el constelador según la información que haya surgido durante la entrevista. Todo esto equivale para una constelación grupal, aunque para este supuesto particular, preferiría comenzar primero con representantes para la persona y sus padres, antes que con la emoción.

Relación con los padres

- a. Cuando el consultante no puede poner límites a sus padres y se siente agobiado

Antes de proceder con cualquier trabajo, ante este caso debemos tener muy en cuenta la edad del consultante, tanto su edad cronológica como, si fuera necesario, la psicológica, es decir, qué grado de maduración psíquica tiene el consultante. El estadio adolescente, tanto físico como psíquico, es un estadio al que debemos

prestar puntual atención, porque la forma de proceder, en ese caso, es diferente. En esta etapa, posiblemente sean importantes la necesidad de diferenciación y enunciar frases que expresen alguna disconformidad con los padres o rebeldía.

Una forma de empezar puede ser con plantillas para cada uno de los padres y otras para el consultante. En este caso recomiendo colocar unas plantillas para el futuro.

- b. Cuando el consultante se siente enojado con sus padres y tiene reclamos que desea soltar

Como comentaba en el punto anterior, para ambos casos es esencial, muchas veces, además de colocar plantillas para cada uno de los padres y el consultante, ubicar unas plantillas que representen al futuro o a su vida actual. A menudo, es posible que el consultante esté acusando a sus padres o a las circunstancias (incluso con razones justificadas) de ciertas cuestiones que le suceden, por lo que en ambos casos habrá que descubrir cuál es la lealtad que impide al consultante soltar los reclamos a sus padres o bien poner ciertos límites en la relación visible.

Una forma muy útil de hacer esto es observar cómo está el consultante con respecto a su futuro. **Stephan Hausner** ha dicho en varias ocasiones que muchas veces resulta más fácil quedarse en la familia de origen con todos los problemas que allí existan, porque allí al menos se está acompañado. Ir hacia la propia vida tiene un precio: si bien no hay problemas, nos sentimos solos.

Síntoma

Se puede considerar como síntoma no solo aquella situación física que nos desequilibra en ese nivel, sino también aquella situación emocional que se manifiesta en un momento determinado (emociones) o bien que se ha manifestado en el transcurso de toda nuestra vida sin que tengamos conciencia acerca de sus disparadores reales (sensaciones previas). En los tres casos podemos utilizar plantillas que representen al síntoma de forma abstracta, ya que nos aportará información muy valiosa que deberá interpretarse en el conjunto del contexto global e integral de la constelación.

- a. Enfermedades físicas

Una posibilidad es iniciar una constelación asignando plantillas que representen, por un lado, al consultante y, por otro, al síntoma. Empezando el trabajo de esta forma, podemos obtener información sobre algún aspecto del consultante que quizás se encuentre excluido. Luego es posible colocar más plantillas para sus padres, hermanos o pareja, según la forma en la que se vaya desarrollando la configuración.

Si durante la entrevista sale a la luz algo pendiente, difícil o importante con los padres, se puede comenzar por unas plantillas para la persona, otras para los padres y, más adelante, incorporar plantillas para el síntoma.

En las sesiones individuales, me ha resultado muy útil a la hora de constelar síntomas, armar dos constelaciones paralelas con plantillas. Para esto, pido al consultante que imagine que el consultorio está dividido en dos partes, donde en un lado transcurre una configuración, y en el lado opuesto, la otra. De esta forma, ubico a la persona con relación a su familia actual o a su futuro; o a la salud (de un lado) y la relación a la familia de origen (del otro). Después de configurar y explorar las sensaciones en cada par de plantillas, le doy la plantilla del síntoma para que elija dónde agregarla, ya sea en alguna de las configuraciones o en el medio de ellas.

Habitualmente el lugar donde decide colocarlas es el que, en mi experiencia, aporta información sobre el contexto en el que se despertó el síntoma o la enfermedad, así como también la función que desempeña.

Si el síntoma se despertó durante su vida en la familia actual, por ejemplo, le puedo pedir que se pare en ese lugar y mire a la familia de origen. En ese momento, le pregunto: “¿qué sugerirías hacer en esta otra constelación?”, “¿qué plantillas te llaman la atención?”, “¿a quiénes mirás?”, “¿le pedirías que haga algo?”, “¿qué le sugerirías?”

Esta situación es como si el síntoma hablara y propusiera algo. En general, la propuesta del síntoma es hacia movimientos de solución y, en algunas oportunidades, hacia una mayor implicación. En este último caso, debemos tomar el mensaje como la muestra del lugar hacia donde se dirige la lealtad de la persona o su amor ciego.

b. Emociones

Es oportuno muchas veces poner unas plantillas para el consultante y otras para la emoción que lo aqueja en el momento, por ejemplo, la ira. Es posible que este sentimiento haya derivado de algo que le ocurrió al consultante en su vida actual, o bien que la persona lleve el sentimiento desde siempre, aunque varíen las escenas y circunstancias. Si estamos ante el último caso, debemos corroborar si se trata de una sensación previa, que abordaremos en el punto siguiente. Si se trata de un sentimiento despertado por alguna relación, o si todas las relaciones de pareja le despiertan determinado sentimiento, se pueden poner unas plantillas para el consultante, otra para la emoción y otra, por ejemplo, para la pareja que le ha despertado este sentimiento. A veces no es necesario agregar a la emoción, sino que basta con revisar cómo está esa relación y qué otra información nos puede arrojar la configuración sobre dicha dinámica.

c. Sensaciones previas

Es posible que el consultante venga a tratar directamente su sensación previa, al ser plenamente consciente de ella, o bien puede acercarse al consultorio por otro problema y que, en el transcurso de la entrevista, surja la existencia de una sensación subyacente como información valiosa.

En este caso, se pueden brindar varias plantillas: para el consultante, su madre, su padre y, finalmente, para la sensación previa. Desde aquí quizás sea posible visibilizar una implicancia, puesto que cada vez que nos encontramos con una sensación previa, se trata de un estado interior que se ha congelado a partir de un trauma de otra generación que no ha podido procesarse y cuya información permanece latente en el descendiente implicado.

Habitualmente, al trabajar con sensaciones previas, para poder llegar a la lealtad, es decir, descubrir de qué manera el consultante está ligado a esta implicancia, es necesario visibilizar esa lealtad en la constelación. Las plantillas de esa sensación pueden aportarnos información muy valiosa sobre la implicancia o el trauma con el que se está ligado.

Metas

- a. Dinero, trabajo, éxito.
- b. Felicidad, alegría, salud, bienestar

Con cualquiera de estas opciones, la constelación puede empezar con unas plantillas para el consultante y otras para su meta o para aquello que quiere alcanzar. Muchas veces el consultante siente que ha descuidado su propia salud o su propia felicidad, sin saber verdaderamente por qué. Cuando comienzo por esas dos plantillas, verifico al principio si el consultante está mirando o no en esa dirección, y luego, por lo general, agrego plantillas para su familia de origen e incluso para su familia actual si fuera necesario.

Recuerdo una vez que un consultante vino a hacer una constelación porque sentía que descuidaba su salud, lo que parecía estar ligado a su relación de pareja y los hijos. Luego de colocar unas plantillas para él y otras para la salud, agregué de forma inmediata a su pareja y a sus dos hijos. Más adelante agregué a sus padres, en una constelación paralela, y de esta forma él quedó representado dos veces. La información que arrojaron ambas configuraciones fue sumamente importante: él no podía mirar a la salud ni a la pareja y, en cambio, miraba a los dos hijos. En la configuración del sistema de origen, él estaba al lado de su papá, que había muerto repentinamente a los 45 años de edad, cuando él era adolescente. En dicha configuración, su mamá miraba a otro sitio.

Más tarde, uní las constelaciones cuando verifiqué si su papá era capaz de mirar a la salud, pero tampoco podía verla. Esto significa que, de alguna forma, por lealtad a su

propia familia, el padre había descuidado su salud sin darse cuenta, lo que lo había llevado a la muerte temprana. Si bien estas lealtades son siempre a la familia de origen, es posible que la familia actual despierte ciertas situaciones, en cuyo caso es necesario traer ese hecho actual a la luz para completar la constelación.

¿Qué sucede cuando un abstracto se humaniza?

Frecuentemente, cuando trabajamos con una emoción, un síntoma, el trabajo, el futuro o el dinero, trabajamos con una plantilla abstracta que nos va a dar información sobre el funcionamiento del sistema en general. Puede guiarnos hacia alguno de los miembros de la familia en particular, indicarnos un movimiento que sería oportuno realizar para el consultante, o bien revelar una necesidad o anhelo profundo del consultante que no está en su conciencia.

Ahora bien, cuando el abstracto comienza a manifestar emociones con mucha fuerza, decimos que se “humanizó”, que comenzó a representar a alguien que se ve excluido del sistema o algún hecho relacionado con esa persona. Una de las posibilidades cuando esto sucede es agregar otras plantillas que representen a esa persona excluida. Para conocer de quién se trata, podemos hacer preguntas e indagar un poco en la historia, o muchas veces podemos simplemente agregar un par de plantillas sin saber a quién representan exactamente.

Puede ocurrir también que la configuración y la lectura que pudo hacer el constelador en el momento habiliten algún tipo intervención, es decir, se llega a alguna lealtad muy profunda (el epicentro de la cuestión) y eso deshumaniza a la plantilla.

Procedimiento ante la falta de hipótesis (por falta de motivo, sensación o creencia)

En este caso, podemos diferenciar dos situaciones. La primera se da cuando una persona viene a la consulta sin energía o sin fuerza como resultado de haber atravesado situaciones diferentes y muy difíciles en su sistema familiar (la muerte temprana de alguno de los padres, situaciones de amenaza a la supervivencia, la muerte temprana de un hermano ya nacido, numerosos abortos de la madre, etcétera). La segunda situación tiene que ver con no poder encontrar suficiente fuerza en la persona para revisar su asunto por estar ubicada en una postura psíquica de víctima (victimización). En este último caso, la construcción de su individuo es poca, o podemos decir que falta un cierto borde adicional que necesita desarrollarse.

Ambas situaciones pueden ocurrir en simultáneo o por separado. Si tenemos ambas cosas a la vez, a través de mi experiencia he podido observar que podemos proponer al consultante hacer un ejercicio dirigido, en vez de constelar.

Lo anterior sirve también para cuando se da el primer caso solamente.

Si se trata de la segunda situación, en cambio, podemos hacer una constelación completa, es decir, si estamos ante una postura psicológica, pero no corporal, de víctima. De todas formas, aquí es preciso tener en cuenta que la constelación puede no ser suficiente para la persona de ninguna forma, ya que esa es la postura esencial en relación con sus padres y habrá una tendencia a volver a ella constantemente. En este caso, se le puede proponer a la persona indagar qué formas adopta su lugar en el sistema familiar, además de trabajar con diferentes frases o movimientos.

También puede ocurrir que alguien venga con un motivo poco claro porque no comprende el concepto y la metodología de constelar. Muchas veces, he podido observar que alguien viene muy entusiasmado a la consulta, pero dice querer ver los abortos de la madre, o ver algo de otra vida o, debido a la falta de un tema concreto para abordar, empieza a pensar en opciones que no tienen consistencia, ya que se trata de asuntos no crónicos o bien inconvenientes menores.

En oportunidades así, es preciso indagar si existe algo para ver. Quizás, desde la conciencia, la persona no sabe del todo a qué vino, pero durante la charla puede emerger el verdadero motivo de consulta y será necesario indagar hasta llegar a aquello que tenga fuerza.

Una segunda opción se da cuando alguien viene “enviado” por su mujer o su marido, en cuyo caso, si no se encuentra asunto para constelar, conviene no insistir, puesto que la fuerza nunca vino de la persona que tenemos enfrente, sino de ese alguien que lo “mandó”.

Procedimiento ante el consultante que simplemente desea saber o comprender

Aquí se vuelve necesario diferenciar dos escenarios. El primero es si la persona pone como meta de la constelación el saber o comprender más acerca de las causas de su asunto o síntoma como una manera de explicarse, es decir, meramente como una cuestión de lenguaje. El segundo escenario involucra si realmente tal saber o comprensión es su meta final, ya que, generalmente, cuando dicen “comprender”, también abarcan la posibilidad de un movimiento. La realidad es que la constelación impulsará un movimiento para el consultante, y muchas veces no sabemos en qué consistirá, pero sabemos con seguridad que muy posiblemente impulse algo y, si lo creemos necesario, podemos preguntarle si con la palabra “comprender” o

“entender” quiere decir también “mover”, “cambiar algo”, “abrirse a otras comprensiones”, etcétera.

Las frases en constelaciones familiares

Función y utilidad

Se trata de frases que dice el constelador y que se hace repetir al cliente o consultante en una constelación con el objetivo de generar un movimiento interior. El constelador no inventa estas frases, sino que aprende a captarlas desde el mismo interior del consultante. Si se propone una frase para la cual el consultante no tenía preparado el terreno con anterioridad, es posible que la sienta ajena. Es decir, las frases calan profundo en el consultante cuando previamente, en su propio mundo interno, empezaron a darse las condiciones para poder ser verbalizadas. Puestas en palabras, estas frases, por supuesto, generan primero un efecto en la conciencia del consultante, y luego un efecto en el sistema. Las frases deben ser breves y, en caso de ser un poco extensas, conviene ir diciéndolas de a poco.

Uno de los objetivos de ellas es poder poner en evidencia la realidad tal como es: por ejemplo, hacer explícito el tomar, también lo que falta y quizás la forma en que el consultante podría responsabilizarse por su participación en el problema que trajo a constelar. Las frases de este tipo, por lo general tienen mucha fuerza y además contemplan el amor que hay siempre escondido en la familia, por lo que no se dicen desconectadas de él, sino que están a su servicio.

Podemos decir también que las frases establecen una relación con aquello que estaba excluido. A veces se trata de alguien de la familia; otras, un aspecto de la persona, o un anhelo excluido hacia los padres. Las frases integran, completan, conectan.

En constelaciones familiares, las frases pueden poner en evidencia lo que sucedió o lo que está sucediendo. Desde este punto de vista, el pasado no es algo que ocurrió y se fue. Si alguna situación del pasado aparece en una constelación, decimos que es porque el pasado continúa vivo en el presente. Esto quiere decir que continúan sus efectos, sus residuos en el aquí y el ahora. Se trata entonces de frases que nos traen a la realidad, nos muestran las cosas que fueron y que son y nos invitan a reconocer lo que es. No solo reconocen lo que es externamente (por ejemplo, que la abuela murió temprano y no pudo criar a la madre), sino que también ponen en evidencia los anhelos infantiles que tienen los consultantes sobre lo que los padres deberían haberles dado si hubieran sido buenos padres. También ponen en evidencia anhelos que el consultante puede tener sobre mejorar la situación de los padres en algún sentido (estén estos vivos o no). También puede ser que las frases delimiten algo

nuevo: que establezcan un nuevo orden, que nos diferencien de alguien, de algo, de un sentimiento, de una sensación, de una forma de percibir la realidad. Esto, a su vez, significa que tal límite o demarcación genera una nueva forma de unirnos a una situación o a una persona.

Como síntesis, podemos decir que tanto este límite o esta forma nueva de unirnos generará una nueva forma de relacionarnos con el asunto del pasado y, por ende, también con el futuro.

Las frases, entonces, permiten:

- Asumir la realidad tal como es: reconocer lo que fue, lo que es, lo que existe, lo que se siente, los anhelos infantiles, lo que sintió otro, lo que vivió o sufrió otro, así como también el precio que algunos pagaron.

Esto puede abrir la puerta a un dolor o a una tristeza que estaba y que no era reconocida. En ocasiones, previo al dolor, puede aparecer ira, enojo o frustración al asumir esta realidad (que puede no ser propia, sino de otra persona de la familia).

- Generar un impulso transformador: tomar de alguien o de algo lo que faltaba tomar. Agradecer, respetar, decir sí. Abrir el corazón. Soltar lo que hacía falta soltar para mirar hacia el futuro. Estas frases generalmente tienen por efecto quebrantar una lealtad. Recordemos que la lealtad une lo que el corazón no podía unir.

Durante una constelación se utilizan diversas frases en diferentes momentos. Generalmente, comenzaremos con frases que reconozcan lo que es, que pongan en evidencia los anhelos infantiles inconscientes de los consultantes. A medida que va transcurriendo la constelación, se pueden utilizar frases que inviten a tomar lo que sea necesario tomar, para luego soltar lo que sea preciso soltar y encaminarse así hacia la propia vida.

Cuando, desde nuestro lugar de consteladores, tenemos dificultad para encontrar la frase que cale en lo profundo del consultante, podemos preguntarle, por ejemplo: “¿dirías algo más a tu mamá o a tu papá?” Esto nos da información del camino secreto por el cual el consultante se comunica con sus padres.

Cuando la frase no aparece, también es oportuno y es nuestra tarea esperar, mantenernos en silencio y entrar en un vacío todavía más profundo.

Las frases afloran en la medida en que el consultante esté dispuesto a vivenciar su profundo amor y sus lealtades. Previo a esta posibilidad, las frases parecen no tener sentido. La forma en que se verbaliza la frase también adquiere mucha importancia: por ejemplo, si es sentida, si el consultante puede terminar de enunciarla o si, por su entonación, nos indica que la dejó en suspenso. El contacto visual que la persona es

capaz de hacer nos indica, además, el efecto transformador que está teniendo la frase. Aunque siempre debemos preguntar: “¿Qué sentís cuando decís eso?” Es importante obtener un *feedback*: no somos adivinos.

Cuadro de frases que reconocen/quiebran la lealtad: (meramente enunciativas)

	Que reconocen: lo que es, lo que sucedió.	Que modifican la lealtad: nos hacen sentir que igualmente pertenecemos, aunque lo hagamos diferente.
Jerarquía	<p><i>De lo que tenía para darte, te lo di todo.</i></p> <p><i>Yo solo soy tu hijo.</i></p> <p><i>Vos sos la más grande, y yo, la más pequeña.</i></p> <p><i>Vos sos la primera y yo soy la segunda.</i></p> <p><i>Gracias por hacer sitio para mí.</i></p>	<p><i>Ahora, lo dejo contigo.</i></p> <p><i>Respeto tu destino.</i></p> <p><i>Respeto tu muerte.</i></p>
Pertenencia	<p><i>Ahora puedo verte.</i></p> <p><i>Yo soy uno de ustedes.</i></p> <p><i>Respeto tu lugar.</i></p>	<p><i>Pertenezco a ustedes, aunque lo haga diferente.</i></p> <p><i>Lo que a ustedes los separa, en mí permanece unido.</i></p>

	<p><i>Te reconozco y te honro.</i></p> <p><i>El padre/La madre que nos toca siempre es el/la mejor.</i></p> <p><i>Gracias por la vida.</i></p>	<p><i>Siempre voy a ser tu hijo, aunque...</i></p> <p><i>Por favor, mírame con buenos ojos cuando...</i></p> <p><i>Querido papá: junto a vos tengo la fuerza. (Modifica la lealtad a la madre).</i></p>
Prioridad	<p><i>Mis hijos tienen prioridad para mí. (Por ejemplo, en el caso de familias ensambladas).</i></p> <p><i>Querida abuela: la mejor para mí es mi mamá. (Aunque la abuela haya criado al nieto, la prioridad para este hijo es su madre, no su abuela. Cuando hay un desorden en este sentido, puede que exista un conflicto de jerarquía entre la madre y la abuela).</i></p>	<p><i>Para mí, los dos son igual de importantes. (Por ejemplo frente a dos hijos que alguien tuvo con dos parejas diferentes).</i></p> <p><i>Querida mamá: vos siempre tenés un lugar en mi corazón junto a papá.</i></p>

Las contrafrases

Estas frases se utilizan cuando el consultante no puede, por ejemplo, vivenciar su amor escondido hacia sus padres, o cuando se busca manifestar su enojo oculto o indiferencia. Estas frases se caracterizan por esconder una mentira, por ejemplo, si hacemos decir a un hijo frente a su padre: "sin vos yo también existiría". Esto, por supuesto, no es verdad, pero muchas veces es necesario decirlo de esta forma, de manera que la persona pueda poner en evidencia el desenraizamiento que contiene la frase y cómo muchas veces simplemente el reconocer algo ("vos sos mi papá y yo soy tu hijo, más allá de lo que sucedió entre nosotros") tiene un efecto enraizador y

reconciliador que devuelve su propia fuerza al consultante, al poder reconocer esta realidad luego de verbalizar la contrafrase.

¿Quiénes dicen las frases?

Este es un tema muy importante, porque para contestar esta pregunta debemos conocer a fondo la naturaleza y el objetivo de la frase en cuestión.

Imaginemos que durante una constelación tenemos a un representante de un papá mirando al representante del abuelo. A la vez tenemos al representante del consultante mirando a ambos allí parado y al consultante mirando desde la silla. Sabemos, por la historia que relata el consultante y por lo que dicen los representantes, que el padre está enojado con el abuelo, que abandonó a toda la familia. Desde nuestro punto de vista, no tiene sentido que hagamos decir la frase iniciadora de todo el movimiento al representante del padre mirando al abuelo, puesto que no vamos a solucionar el pasado, tal como comentamos en apartados anteriores. Por regla general, es el consultante o su representante quien dice las frases. En un caso así, por ejemplo, el representante del consultante podría decir al padre: “Querido papá, respeto todo lo que tenés aquí con el abuelo. Y yo te agradezco por ser mi papá y también agradezco al abuelo por la vida que te dio”.

Hay algunas circunstancias donde, en el medio de una constelación, se hace decir una frase específica a la representante de la madre, por ejemplo, hacia el representante del padre, o también se puede hacer decir en otro nivel generacional horizontal/vertical, pero siempre se trata de una frase que pone en evidencia algún movimiento que el consultante debería manifestar también hacia alguien, es decir, en el mismo nivel de vinculación.

Veamos un ejemplo: estamos trabajando en una constelación donde, si bien la persona vino a trabajar su relación de pareja, todo el foco y la energía se va a la familia de origen y a la historia de los padres. Imaginemos que la madre de la consultante mira al padre y allí está toda la atención. La representante de la consultante está alejada y tampoco quiere acercarse o mirar, mientras todo se dirige a lo que pasa entre los padres. En un momento le hacemos decir a la madre respecto del padre: “Puedo verte y también a tu dolor” (por ejemplo, con relación a la pérdida de un hijo). Imaginemos que esta frase genera que la representante de la consultante mire ahora a sus padres. Aquí, en principio, corresponde que sea la madre quien diga la frase, dado que todo el foco está allí, pero tenemos que estar claros como en este caso y similares, que no estamos arreglando el pasado. La razón por la que estaríamos sugiriendo que sea la madre la que dice esta frase es para resaltar cómo la consultante está identificada con su madre, es esta misma frase es la que ella debería decir a su marido. Es importante decir esto al consultante, para evitar sembrar la idea de que estamos resolviendo algo entre sus padres. Debemos recordar que

uno de los principios básicos en este trabajo dice que el pasado no puede ser cambiado, solo nuestra relación con él. Esto también significa que el cambio en la relación es abrir espacio a lo que es tal como es, también la tensión y lo que no está resuelto. La razón por la que no hacemos decir a la consultante o a su representante esta frase de forma directa al marido es porque, además de que la constelación no empuja para ese lado, en la conciencia de la consultante, la relación de pareja de sus padres tiene demasiada fuerza y necesita perderla, para ahora poder mirar a sus padres como hija. De esta forma, podrá luego tomar su responsabilidad como adulta con su marido y, de alguna manera, asumir que se trataba de la misma historia, similar a una repetición. También es importante aclarar que utilizo esta imagen a modo de ejemplo, no significa que eso es lo que se debe hacer a partir de una situación como esta, por supuesto los caminos son múltiples.

En este ejemplo, se trata de casos excepcionales, donde no podemos ir por otro camino que no sea desarticulando la fuerza que tienen ciertas situaciones de otras personas de la familia sobre la conciencia del consultante. Seguramente se puede abordar un caso así de otras formas, pero esta sería una manera a través de trasladar la frase a otra generación. Tiene que ser un recurso que usemos solo de forma excepcional. Es decir, por regla general son los consultantes o sus representantes quienes dicen las frases, ya que es el consultante quien vino a trabajar en primer lugar y a comprender su participación en el asunto que plantea.

El efecto de las frases

Las frases repercuten en el sistema, muchas veces los representantes, al escucharlas cambian de posición, se alivian, se miran entre sí, etcétera. Y este despliegue es parte de los movimientos sanadores que ocurren en la constelación y al mismo tiempo, o no, en el cuerpo del consultante. Sabemos que hemos dado con una frase que cala profundo en el consultante cuando emite una respiración profunda, entra en contacto con un dolor del que se había separado o bien dice sentirse aliviado, como si se hubiera quitado un peso de encima. Aquí no abordaremos las clases de tensiones físicas ni la simultaneidad de velocidades en las que tienen que circular la constelación y el cuerpo del consultante para que la constelación tenga un buen efecto, lo veremos más adelante. Pero sí es bueno recalcar ahora que las frases dichas con las palabras justas en el momento justo, tiene efecto en el sistema y en el consultante y parte de nuestra tarea es observar y registrar dichos efectos.

El rol del constelador

En apartados anteriores dijimos que el rol del constelador es un rol sin intención. Ahora vamos a dar un paso más que, a primera vista, podría parecer contradictorio.

Estar sin intención no quiere decir ponernos en un lugar desde el cual eliminamos nuestra humanidad. Ser humanos quiere decir que, por supuesto, tenemos intenciones, y los ayudadores ciertamente las tenemos: intentamos ayudar a quien nos pide ayuda.

Si bien el primer paso para comprender cómo es el rol del facilitador de constelaciones familiares es enfrentarnos a la frase que dice “sin intención”, una vez que recibimos el impacto de esta propuesta de cambio de paradigma, podemos ir un poco más allá. Entonces, lo correcto sería decir que no se trata de no tener intenciones, sino que se trata del lugar desde el cual asumimos la intención. Esto quiere decir que si el facilitador carece de espacio interior suficiente para abordar la intención desde un lugar más amplio, entonces su intención de ayudar ocupará casi todo su espacio y de esta forma se reducirá el potencial sanador para con el consultante.

Por lo tanto, “sin intención” significa que nuestra intención humana de ayudar no tiene que ser eliminada, sino jerarquizada, y ocupar un lugar mucho menos importante, para que aquella parte nuestra que realmente no intenciona adquiera mayor espacio en la relación constelador-consultante y, de esta forma, pueda emerger el potencial sanador.

Relación constelador-consultante

La relación facilitador-consultante tiene un cierto potencial. Sin embargo, no debemos confundir este potencial con el potencial de sanación que posee cada sistema familiar y cada consultante según sus circunstancias externas e internas, personales y sistémicas. Este último potencial no depende del trabajo del constelador. El constelador únicamente puede registrarlo, es decir, entrar en consonancia con lo que es, con la realidad y las circunstancias del consultante y del sistema tal como se ha dado y se da. Esta consonancia o resonancia permite que se active el potencial sanador de la relación facilitador-consultante, puesto que, en dicho momento, la intención de ayudar en el constelador se ha jerarquizado (ocupa ahora el lugar que le corresponde) y se abre espacio para que aquello que pueda y necesite emerger, en beneficio del consultante y su sistema, ahora finalmente lo haga.

Si el constelador cree que de él depende el potencial sanador que hay en el sistema familiar del consultante, entonces su intención de ayudar permanece en primer lugar y, desde allí, podría caer fácilmente en el proselitismo. Querer convencer, imponer una idea o solución para que alguien ahora esté mejor resulta peligroso cuando dicho movimiento interno ocupa el lugar más importante. Para nosotros, el lugar más importante lo ocupa el sistema familiar del consultante, luego el consultante y, en último lugar, el facilitador con sus intenciones. Nuevamente se hace preciso aclarar que no es posible eliminar nada de ninguno. Las intenciones están, sí, y al ser

correctamente ubicadas en su lugar o jerarquizadas, adquieren con el tiempo una transformación sustancial que se parece un poco más a la condición energética de lo que significa “estar sin intención”.

Entrevista y preguntas necesarias. La escucha de la historia.

Hipótesis

Durante la entrevista, el constelador habita varios niveles a la vez. Por una parte, habilita su lado más mental, desde donde escucha la historia del consultante, su motivo de consulta. No debemos olvidar que, muchas veces, el motivo de consulta carece de asidero en la realidad y, si trabajamos desde allí, la constelación será congruente con el pedido, es decir, sin asidero. El motivo de consulta es el norte a seguir y nos acercamos a él a través de las preguntas. Muchas veces ocurre que el motivo de consulta sí tiene asidero en la realidad, pero, a medida que avanza la entrevista, el consultante se da cuenta de que en realidad es otro el motivo que lo trajo a realizar una constelación. Aquí sugiero anotar o llevar un registro mental sobre el anterior motivo de consulta para después hilarlo en la devolución.

Las hipótesis surgen de las preguntas sistémicas, es decir, aquellas que nos dan información sobre posibles implicancias familiares. Por ejemplo, puedo construir una hipótesis acerca de la dificultad de la consultante en encontrar pareja y cómo se relaciona con algo grave que ocurrió entre los abuelos maternos. Sin embargo, aunque he construido la hipótesis, como ya vimos antes, no necesariamente trabajaremos con ella. Armar la hipótesis es una forma de ir construyendo un camino sistémico sobre la forma en que me aproximo al consultante.

En este nivel, además de escuchar, necesitamos observar al otro: miramos los detalles, cómo está su cuerpo físico, su rostro, sus expresiones faciales, postura corporal, etcétera. En una oportunidad, recuerdo claramente cómo una consultante se pasó toda la entrevista sentada hacia su derecha, mirando hacia esa dirección y hacia arriba, y cuando le comenté esta observación, explicó que no se daba cuenta de ello, que no tenía registro. En ese momento, cambió enseguida su postura y me miró, y al cabo de un rato volvió a la postura anterior, también sin notarlo. Todas estas observaciones y la escucha de la historia, sumado a la construcción de la hipótesis constituyen las señales que vamos anotando o registrando mentalmente para luego hacer la configuración.

El siguiente nivel desde el que escuchamos es el nivel emocional. Aquí necesitamos desarrollar un amplio registro de nuestro propio campo emocional y el del consultante. Aprender a diferenciar cuáles emociones son propias y entonces también jerarquizarlas, permitirles que estén allí en un lugar menos importante, para

lograr abrir un espectro vacío donde podemos captar qué sentimientos van surgiendo en el consultante y en la relación con él. Podemos intentar poner palabras a algunos sentimientos fuertes a medida que van apareciendo, para ver si el consultante también los registra (en caso de que no haga mención a ellos). También podemos tomar estos sentimientos como un puntapié para hacer más preguntas acerca del sistema familiar. Es importante registrar o anotar aquellos sentimientos fuertes que aparecen y también utilizarlos como una señal a la hora de configurar.

El siguiente nivel es el nivel físico. El cuerpo del consultante es la mayor fuente de información. Todos los cuerpos son tensos; la tensión es una parte importante de cualquier movimiento. Sucede en la música, en la estructura del tronco de un árbol y otras formas de la naturaleza.

Cuando el consultante toma asiento, podemos observar dónde se ubican sus puntos de tensión sin hacer interpretaciones inmediatas. Gran parte de la tensión inicial que observemos desaparecerá en los minutos siguientes, puesto que forma parte del hecho de haberse sentado en dicha silla. Luego podemos observar tensiones que registra desde hace años, en ciertas partes de la espalda o el cuello, las rodillas. No todas esas tensiones estarán relacionadas o tendrán relevancia durante la entrevista y la constelación. Es importante que el constelador esté atento a lo que va ocurriendo en el cuerpo del consultante a medida que le hace ciertas preguntas. Aparecen en ocasiones tensiones espontáneas claramente visibles, en cuyos momentos hago una anotación mental para ir guardando todas las señales que necesito para hacer luego la configuración.

La tensión más sutil y más difícil de percibir es aquella que impide el ingreso de información nueva. Asimismo, se vuelve muy difícil de percibir el momento en que dicha tensión se va y permite entonces la entrada de algo nuevo. A medida que vamos adquiriendo mayor experiencia en la consulta, iremos captando más sobre estas tensiones sutiles. Una manera que tengo para explicar de qué se trata es estar atentos al momento en que observamos y sentimos (al mismo tiempo) que aparece un cierto alivio físico con una respiración profunda en el consultante, incluso aunque no la haya notado.

El nivel espiritual ocupa un lugar esencial. Se trata de una gran fuerza interior que sostiene la apertura emocional para que emerja también lo que es difícil o doloroso, es decir, aquellos aspectos excluidos y traumáticos que no tuvieron lugar en su momento. Como dice Stephan, a través de una constelación, damos ahora el espacio y el tiempo a algo que antes no lo tuvo y, de esta forma, el potencial sanador del sistema es activado para que encuentre nuevamente su cauce hacia un equilibrio, hacia una mayor salud.

Este nivel espiritual abarca los niveles mental, emocional y físico, y es aquella parte de nosotros capaz de registrar los tres al mismo tiempo, desde un lugar con más

distancia, como si fuera un observador que mira la montaña desde el llano. De esta forma tiene una captación global de algo mucho más vasto que rodea al consultante y a su pregunta. Este nivel no siempre tiene palabras: la mayoría de las veces prescinde de ellas y, si se vuelve necesario comunicar algo desde allí, el nivel mental colaborará para hacerlo posible cuando, por ejemplo, hace una “traducción” de un patrón sistémico que aparece en la configuración. Los patrones sistémicos no siempre son fáciles de percibir, menos en las consulta individuales donde el fenómeno de la representación se reduce meramente al consultante y un poco al constelador.

Ayudar de forma madura quiere decir, entonces, que podemos habitar todos estos niveles (en la medida de nuestras posibilidades, es decir, en resonancia con nuestra realidad tal como es) y desde allí exponernos al consultante y abrirnos. Poco a poco, a medida que la confianza en la relación constelador-consultante se va desarrollando, puede comenzar a emerger en el facilitador, el consultante y su historia tal como es. Así es como la constelación o configuración es solo un complemento adicional a esta relación.

Desde esta perspectiva estamos enfocados en la relación consultante-constelador, y no en la constelación. La constelación sin considerar esta relación es otra posible aproximación a este trabajo, pero, desde nuestra perspectiva, lo más importante reside en la relación entre el facilitador y el consultante. De hecho, esta relación constituye la fuente de un gran potencial sanador, al que consideramos la base fundamental para el posterior desarrollo de la configuración.

Desde esta mirada, podemos decir que solamente de esta manera la ayuda se vuelve liviana, ligera y el constelador no involucra su fuerza vital para el desarrollo de la constelación. Si el facilitador siente que es él quien debe construir la constelación (porque, por ejemplo, el consultante opone cierta resistencia, está enojado o no tiene fuerza), es decir, si el constelador decide tomar los remos del barco para salvar a su consultante de algo, asume aquí un riesgo.

Esta actitud que, desde un nivel consciente, puede considerarse incluso altruista, esconde el deseo ferviente de un niño por salvar a sus propios padres. Esto significa que la fuerza vital del constelador se compromete, incluso aunque no se dé cuenta de ello, y entonces el destino se encarga de hacerlo visible. Esto no quiere decir, y resulta muy importante aclararlo, que cuando ocurren cuestiones difíciles o graves en la vida del constelador, se deba a una especie de castigo divino por haber hecho algo malo en su trabajo como facilitador. No. Esto quiere decir que, más allá de cuáles sean las circunstancias externas en la vida del constelador, él puede sentirse liviano o pesado, con más o menos energía para vivir lo que le toca vivir, y ahí reside una gran diferencia.

La vida del facilitador, como la de cualquier ser humano, estará llena de cuestiones difíciles y dolorosas, pero creo que ir registrando cuánta energía vital disponemos para lo que nos toca vivir y cómo es nuestra habilidad de respuesta a eso representa un buen dispositivo de medición. En esta observación de cómo estamos con respecto a lo que nos ocurre en nuestro destino, también podemos obtener *feedback* de cómo está nuestro trabajo con nuestros consultantes, puesto que se trata de lo mismo.

La apertura del sistema familiar y la decisión del constelador

Una vez que hemos recaudado suficiente información sobre el motivo de consulta, el sistema familiar del consultante y nos vemos apoyados por estos tres niveles desde los cuales hemos hecho registro o anotaciones sobre lo que es relevante, podemos empezar a configurar.

En apartados anteriores estuvimos viendo los tipos de configuraciones y cómo, una vez que el consultante coloque las plantillas y comience a desplegarse el fenómeno de la representación, estaremos frente a la herramienta que más información podrá aportarnos, siempre y cuando el consultante pueda acompañar aquello que se va desplegando.

Muchas veces sucede que el consultante dice no sentir nada: aquí recomiendo hacer preguntas concretas, por ejemplo, preguntar acerca de cómo siente su propio cuerpo: si está liviano, pesado, atado al piso, o con posibilidad de moverse, etcétera. Esta clase de datos concretos siempre puede ser proporcionada por el mismo consultante, más allá de que a primera vista parezca no sentir nada.

Otro aspecto importante es que, aunque el consultante esté haciendo bien su trabajo de representante, es posible que la información que vaya saliendo no pueda ser absorbida por su cuerpo, como si fuera demasiado o hubiera algo bloqueado en su actitud corporal que nos indica que algo se frena y no puede avanzar. En este caso, muchas veces es conveniente sentar al consultante nuevamente en la silla para ubicarlo luego otra vez, o bien decidir que haga ciertos movimientos desde la silla (por ejemplo, que pronuncie una frase o haga una reverencia). Es decir, al encontrarnos con algo que se frenó y se bloqueó (y no hay que confundir esto con el vacío que se experimenta en la constelación ante algo que está por emerger), es bueno cambiar de tema, generar una distracción luego de unos momentos de silencio, o bien pedir al consultante que se siente por unos instantes.

Cuando lo invitamos a sentarse, desde allí podemos mirar la imagen en compañía del consultante, volver a repasarla, mirarla desde afuera, como usualmente haríamos en una constelación grupal, y luego ubicarlo nuevamente en las plantillas.

Es importante recordar que la entrevista no termina cuando comienza la configuración. Siempre podemos seguir preguntando, entrevistando, aun cuando el consultante está parado en las plantillas representando a otra persona. La representación no es algo sagrado que no pueda interrumpirse. Por supuesto, si de pronto aparece una emoción muy fuerte, entonces la respetamos, le damos lugar, esperamos a que pase y luego preguntamos. Preguntar es una de las herramientas más poderosas que tenemos, porque obtenemos información, corroboramos o confirmamos intuiciones y la posibilidad de que se generen movimientos. A la vez, las preguntas generan en el consultante una autoescucha muy valiosa porque se activa una autoconciencia diferente sobre lo que uno dice, sobre las propias contradicciones y hasta, en ocasiones, las propias trampas que se generan para mantenerse en el problema o síntoma.

En resumen, las señales para comenzar con cierto movimiento en la constelación, sea a través de una frase, una reverencia o un paso hacia alguna dirección provienen de las siguientes fuentes:

- a. la escucha de la historia y respuesta a nuestras preguntas;
- b. el motivo de consulta;
- c. las emociones y sentimientos que aparecen en el consultante y en el constelador;
- d. las tensiones físicas espontáneas y sutiles;
- e. la intuición (correctamente corroborada);
- f. el fenómeno de la representación.

La percepción de la fuerza

Mirar al consultante con su problema no es igual a mirarlo con su fuerza. Uno de los órdenes de la ayuda que explica **Bert Hellinger** (desarrollado más abajo en estos apuntes) tiene que ver con tratar al consultante como un adulto. El facilitador que lo trata como un niño excluye a los padres del consultante, pero haciendo esto ya no puede haber más una aproximación sistémica, que es la base de este trabajo.

Se trata de un ejercicio o una inquietud que podemos ensayar todas las veces que creamos conveniente, y preguntarnos internamente mientras estamos frente al consultante: ¿veo su problema o veo su fuerza para el problema? Por supuesto, el problema es visible: lo miramos, lo escuchamos y le damos un lugar, pero un lugar más grande debe tener la fuerza del consultante para llevar lo que le toca y también el potencial que tiene esa fuerza para cambiar de percepción sobre lo que le ocurre y entrar en un movimiento sanador.

Movimientos de solución y de implicación. El cierre. Contraindicaciones. La imagen de solución. Puente entre la conciencia individual y la constelación

No todos los movimientos que muestran los representantes están dirigidos hacia la solución o la transformación. Muchas veces se muestran movimientos de implicación. Por ejemplo, luego de que el consultante se paró en varias plantillas, puede ocurrir que, al regresar a su propia plantilla, desea dar un paso hacia el padre, poniéndose al lado de él y desplazando de su lugar a la madre.

Ahora bien, no es que vayamos a impedir el movimiento: muchas veces, como consteladora, dejo que suceda y quizás aprovecho ese momento para revelar a quién está representando cada plantilla, porque ya obtuve información importante sobre cómo se siente el consultante en cada una, porque ha pasado un buen rato y ahora surge este movimiento espontáneo desde el consultante.

Una vez que ese movimiento se muestra, posiblemente decida volver todo atrás (como estaba antes en la primera imagen) y desde allí (considerando a la vez este paso que quiso hacer el consultante), es factible que ahora surjan movimientos de solución o transformación más claros, donde la tarea del constelador será aprender a conducirlos.

Existen otros movimientos de implicación que no son tan claros o evidentes como el que acabamos de mencionar, por ejemplo, cuando un consultante desea ir hacia su madre y abrazarla. En este caso, el constelador por lo general estará ubicado en las plantillas de la madre mientras que el consultante se halla en su propio lugar, y aparece el deseo espontáneo de abrazar a la mamá. La mayoría de las veces, el consultante aquí me pregunta si puede abrazarme, pero en pocos casos avanza sin preguntar.

Este movimiento, en principio, es sanador, reconciliador y “de solución”, pero no lo es para aquel consultante cuyo paso decisivo se trata de soltar a su mamá. Esto queda a criterio del constelador, quien debe preguntarse si este movimiento resta fuerza o, por el contrario, si la aumenta. En las constelaciones grupales es igual: los movimientos reconciliatorios que incluso emocionan al consultante pueden tratarse de movimientos hacia mayor implicación, donde no hay nada nuevo, que retienen al consultante en el pasado y en sus ganas ocultas de perpetuar la niñez de esta forma, y evitar así la responsabilidad por su vida y futuro.

No siempre es fácil darse cuenta. Yo, personalmente, cuando se trata de un movimiento que resta fuerza, lo vivencio como un tambaleo en mi propio cuerpo o un mareo. Por el contrario, si se trata del movimiento de solución, siento más enraizamiento y fuerza. Por supuesto, no me fío únicamente de esta percepción.

También se trata de tomar la decisión según la información recaudada en la entrevista.

También puede darse el caso de que, para quien ya ha tomado a su madre, soltarla no represente un movimiento decisivo, sino que se trate de asumir una realidad tal como es, como cuando a alguien le toca abrazar el hecho de que esto, y no más, es lo que la madre pudo dar. En un caso así, evitar el abrazo puede ser una intervención poderosa, porque quiere decir que alguien recupera su propia fuerza al soltar el anhelo de que su madre le hubiera dado más. Si permito que el consultante se dirija hacia el abrazo, permanece en el anhelo, como si se cumpliera su fantasía de que al fin le dan lo que quiere (es decir, se utiliza la constelación para cumplir la fantasía). En cambio, si existió la renuncia a que fuera diferente, no habría inconveniente en que el consultante se acerque a su madre y la abrace, es decir, puede encontrarse con la madre, pero no ya desde el lugar de niño, sino como adulto.

En una oportunidad, una mujer vino a constelar en grupo que se encontraba muy mal respecto a su relación de pareja. Durante la constelación, tanto el representante del marido como el representante de su padre se encontraban a un costado, mirando desde afuera a la representante de la madre y a la representante de la consultante. La consultante en su silla se mostraba apática frente a lo que se veía: había apertura, pero no mostraba emoción. De pronto, su representante se movió hacia la madre y se subió arriba de su regazo. La madre, que estaba sentada en el piso hacía rato mirando hacia abajo, tomó a la hija y la contuvo. Esto no generó ningún impacto en la consultante, es decir, no abrió su corazón a tomar a la madre, sino que esta imagen reforzó la historia que ya había contado y dijo al respecto: “Eso es exacto, es lo que yo hubiera querido conseguir de mi mamá, pero nunca me lo dio y sé que no me lo dará. Ella siempre estuvo ausente”. Esto que emergió en la constelación es lo que denominamos anhelo oculto del hijo y este anhelo es lo que separa, justamente, al hijo de su madre.

Una posibilidad aquí es impedir el movimiento del representante y confrontar al consultante con que hemos frustrado su anhelo. Otra alternativa puede ser que, desde la silla, hagamos decir al consultante: “Querida mamá, me hubiera gustado recibir más, pero sé que el momento para que me lo dieras ya pasó. Y de todas formas aprecio la vida que recibí de vos y te tomo en mi corazón”. De esta forma, como decíamos antes, un movimiento que parece ser reconciliatorio todavía no ha ocurrido en el corazón del consultante, que es para quien trabajamos, y debemos considerar entonces que, en este caso, soltar su anhelo es previo a tomar a la madre. Una vez que la tomó, la puede soltar.

En el siguiente apartado se encuentran los órdenes de la ayuda según **Bert Hellinger**, resumidos y traducidos por Tiiu Bolzmann y Silvia Ursula Murck, así podemos aproximarnos a su vocabulario y forma de entender la ayuda.

Los órdenes de la ayuda según Bert Hellinger ⁶

Ayudar: qué significa

Ayudar es un arte. Como todo arte, es necesario conocerlo, se puede aprender y practicar.

La ayuda como compensación

Como seres humanos dependemos de la ayuda de otros. Solo así nos podemos desarrollar. También necesitamos ayudar a otros. Quien no es necesitado, quien no puede ayudar a otros, se aísla y atrofia. El ayudar, entonces, no sirve únicamente a los otros, sino también a nosotros mismos.

En reglas generales, la ayuda es recíproca, por ejemplo, en una pareja, y se regula según la necesidad de compensación. Quien recibió de otros lo que desea o necesita quiere retribuir, es decir, quiere dar y, con este acto, compensar la ayuda recibida.

A veces nos sentimos limitados en la compensación, por ejemplo, frente a nuestros padres. Lo que ellos nos regalaron es demasiado grande como para poder encontrar una compensación en el dar. A ellos solo podemos darles el reconocimiento por el regalo recibido y el agradecimiento desde el corazón. La compensación solo se logra dando a otros, quienes, a su vez, tampoco nos pueden devolver, pero están dispuestos a pasar lo recibido, por ejemplo, a los propios hijos.

Para poder ayudar, primero tenemos que haber recibido y tomado. Solo entonces sentimos la necesidad y la fuerza de ayudar a otros, especialmente cuando esta ayuda nos exige mucho. Esto presupone que aquellos a quienes queremos ayudar deseen recibir, y que lo que estamos dispuestos a dar y seamos capaces de dar sea necesario para ellos. Si no, nuestra ayuda cae en el vacío y, en tal caso, en lugar de unir, termina separando.

Primer orden de la ayuda

El primer orden de la ayuda tiene que ver con que uno da solamente aquello que tiene y solo espera o toma aquello que necesita. El primer desorden de la ayuda comienza, justamente, cuando uno quiere dar lo que no tiene y el otro quiere tomar lo que no necesita; o cuando uno espera y exige del otro lo que a este le es imposible

⁶ www.hellinger.com. Resumen y traducción: Tiiu Bolzmann – Silvia Ursula Murck. México, marzo de 2003 [adaptado estilísticamente para ser parte de estos apuntes].

dar, pues no lo tiene. También se presenta un desorden cuando no corresponde a alguien dar algo, pues con este dar le quitaría algo al otro, algo que solo él debe o puede llevar y puede o debe hacer.

El dar y el tomar tiene sus límites. El arte de ayudar consiste en percibir esos límites y someterse a ellos. Esta forma de ayuda es humilde, renuncia a la exigencia y también al dolor.

En las constelaciones familiares se muestra con qué se debe confrontar tanto quien ayuda como quien pide la ayuda, por ejemplo, cuando el constelador renuncia a la ayuda interrumpiendo la constelación. Tenemos que saber, asimismo, que esta humildad y esta renuncia contradicen las formas tradicionales de ayuda verdadera, y el que ayuda de esta manera se expone a reproches y fuertes ataques.

El segundo orden de la ayuda

La ayuda está al servicio de la supervivencia, por un lado, y del desarrollo y del crecimiento, por otro. Pero tanto la supervivencia, el desarrollo y el crecimiento dependen de circunstancias especiales, externas e internas.

Muchas circunstancias externas están predeterminadas y no son modificables, por ejemplo, una enfermedad hereditaria o las consecuencias de ciertos acontecimientos y de culpa. Si la ayuda no toma en cuenta estas circunstancias externas o las niega, la ayuda está condenada al fracaso.

Lo mismo sucede con los acontecimientos de orden interno, por ejemplo, la implicancia en el destino de otros en una familia y el amor ciego. Para muchos “ayudadores” parece difícil soportar el destino del otro y buscan cambiarlo, pero no porque el otro lo necesite o lo quiera, sino porque ellos mismos apenas logran aguantar tal destino. Cuando el otro permite la ayuda, no es porque lo necesite, sino porque quiere ayudar al “ayudador”. Entonces este ayudar se convierte en tomar, y el recibir ayuda, por su parte, en dar.

El segundo orden de la ayuda sería, entonces, que se someta a las circunstancias y solo interfiera apoyando, mientras las circunstancias lo permitan. Esta ayuda es cuidadosa y tiene fuerza. El desorden se da si la ayuda niega u oculta las circunstancias, en lugar de encararlas junto con quien está solicitando la ayuda. Querer ayudar en contra de las circunstancias debilita a ambas partes: a quien ayuda y a quien necesita de ella.

El tercer orden de la ayuda

Muchas personas que ayudan, como psicoterapeutas y trabajadores sociales, piensan que deben ayudar como padres a sus hijos pequeños. También aquellos que solicitan ayuda esperan recibirla como de padres a sus hijos, y asimismo recibir

posteriormente de sus terapeutas aquello que aún esperan y exigen de sus padres. ¿Pero qué sucede cuando los “ayudadores” responden a estos deseos?

Comienzan una larga relación con sus clientes, y se encontrarán en la misma situación que los padres; paso a paso será necesario poner límites al cliente. Muchos “ayudadores” quedan atrapados en la transferencia y contratransferencia del hijo a los padres y de esta manera obstaculizan la despedida de los padres, así como la de ellos mismos. Solamente en situaciones donde el “ayudado” lleva a cabo un movimiento interrumpido puede ponerse en el lugar de uno de los padres.

El tercer orden de la ayuda sería, entonces, que un “ayudador” se enfrente a una persona adulta, que busca ayuda de manera adulta, y que rechace ubicarse en la posición de sus padres. El desorden aquí sería permitirle a un adulto pedir ayuda como un niño, tratarlo como un niño y decidir algo sobre un área o aspecto acerca del cual él mismo debe tomar la responsabilidad y encarar las consecuencias. Es en este tercer orden de la ayuda donde más profundamente se diferencian las constelaciones familiares o los movimientos del alma de la psicoterapia tradicional.

El cuarto orden de la ayuda

El “ayudador” debe ver a la persona que pide ayuda como parte de un sistema. Solamente de esta manera puede ver lo que necesita y a quién le debe algo en su familia. Así también puede percibir quién en la familia necesita su respeto y su ayuda, y a quién tiene que dirigirse el cliente para reconocer y dar los pasos decisivos. En otras palabras, la empatía del “ayudador” no tiene que ser personal, sino sistémica. El “ayudador” no debe establecer una relación personal con el cliente.

El quinto orden de la ayuda

Las constelaciones familiares unen lo que antes estaba en oposición. En este sentido, están al servicio de la reconciliación, especialmente de la reconciliación con los padres. Solo puede estar al servicio de la reconciliación quien puede brindar en su propia alma un lugar a aquello que es conflictivo para el cliente o aquello de lo que se queja y lamenta. De esta manera, el terapeuta se anticipa a lo que el cliente aún tiene que realizar.

El quinto orden de la ayuda tiene que ver con el amor hacia cada persona tal cual es, aún cuando sea muy distinta. De esta manera, le abro mi corazón y le doy un lugar. Lo que se reconcilia dentro de mi corazón también puede reconciliarse en el sistema del cliente. El desorden sería la indiferencia y el juicio sobre otros. Quien verdaderamente ayuda no juzga.

Víctimas y perpetradores

La pertenencia al sistema familiar

Desde la óptica de **Bert Hellinger**, cuando alguien, por ejemplo, mata a una persona, ambos comienzan a pertenecer al sistema familiar del otro. Por ejemplo, si mi abuelo asesinó a alguien, su víctima comenzará a ser parte de mi sistema familiar. Lo mismo sucede si mi abuelo fue estafado o asesinado: el estafador o el asesino se vuelve parte de mi sistema familiar.

Que sea parte o que pertenezca quiere decir que las generaciones posteriores pueden quedar implicadas con estos hechos, con las víctimas y perpetradores aunque no tengan un lazo de sangre directo, incluso aunque desconozcan el accidente o episodio.

En la esquizofrenia, en la tartamudez, **Bert Hellinger** observó que la persona está implicada, generalmente, con víctima y perpetrador al mismo tiempo. También lo escuché decir que, en este caso, la víctima y el perpetrador pertenecen al mismo sistema familiar.

Vínculo

Víctimas y perpetradores poseen un vínculo inquebrantable, y para siempre están unidos.

Cuando fui al taller de **Bert Hellinger** en Bad Reichenhall, Alemania, en el año 2013, dijo sobre este asunto:

En la fuerza creadora no hay mejores ni peores: simplemente todo ES. No hay buenos ni malos. No hay un mundo de los muertos para unos y otro para otros. En el mundo de los muertos, todos están juntos, unidos. También los asesinos están unidos a sus víctimas. Y podemos abrir nuestro corazón también a los asesinos: esto es traer el cielo a la tierra.

Hace poco vi un programa donde estaba un soldado ruso que fue condecorado por haber matado a 400 alemanes de un tiro en la cabeza. Entonces el entrevistador le preguntó cómo se sentía con relación a esto. Él contestó: "Pienso en ellos cada día de mi vida". Y esto es así porque él está unido a sus víctimas, a cada una de ellas. No puede separarse.

La justicia es un concepto dentro de los límites de la conciencia. Fuera de esos límites, no existe. En Alaska, pude conocer a un cacique

indígena que me dijo que ellos no tienen el concepto de justicia, tampoco tienen conciencia. Hay justicia cuando hay conciencia. Yo le pregunté entonces qué hacen si alguien asesina a otro. Él contestó que reaccionan inmediatamente: la familia de la víctima adopta al asesino.

¿Cuántos asesinos debemos adoptar? ¿Cuántos asesinos deben adoptar los países? ¿Cuántos Alemania? ¿Cuántos Rusia?

Luego propuso un ejercicio: cerrar los ojos e imaginar a asesinos o culpables con los que estamos conectados. Abrir nuestro corazón hacia ellos, permitir que el corazón se vaya abriendo hasta que todos ellos tengan un lugar en nosotros.

La víctima real

Cuando trabajamos con alguien que está como víctima, corresponde hacer una importante diferencia. Por ejemplo, comenzar por si la persona está en posición de víctima o si se trata de una víctima real.

Víctima real significa que la persona vivió un hecho concreto en algún momento de su historia donde no le fue posible decir “no” y donde fue obligada a hacer algo en contra de su voluntad o fue obligada a dejar que le hicieran algo que no deseaba. Ante un caso así, nos encontramos ante una víctima real, una circunstancia que debemos tener en cuenta más allá de que el motivo de consulta no se relacione con este hecho sino con otra cosa.

Algunas veces será necesario abrir ese asunto. Otras veces, no. Esta decisión está mayormente motivada por lo que aparezca en la configuración, que nos llevará a abrir ese trauma u otra cuestión según se necesite en ese momento.

Siempre que hubo un trauma grave es muy posible que la víctima aún continúe ligada al hecho, es decir, que gran parte de su conciencia y energía vital estén tomadas y acaparadas por el trauma.

Es oportuno aclarar que las constelaciones familiares siempre trabajan con traumas, aunque allí existan diversos niveles: a veces trabajamos con traumas muy graves donde el consultante es una víctima real, mientras que en otras oportunidades trabajamos con traumas ajenos, de otras personas de la familia. Esto no significa que siempre vamos a configurar aquel hecho traumático con el que se está ligado, ya que esto depende de la conciencia de la persona, de su motivo de consulta y de si realmente es necesario tocar ese trauma específico o no.

Cuando en una constelación trabajamos únicamente con las lealtades escondidas hacia los padres, porque la configuración y demás señales durante la entrevista

demuestran que ese es el camino con mayor potencial sanador, es posible que no estemos tocando el trauma concreto de forma directa, sino sus efectos.

La postura de víctima

Estemos frente a una víctima real o no, es importante observar si la persona también tiene la postura de víctima.

La postura de víctima quiere decir que la persona que se coloca allí tiene la percepción de que algo le sucedió o le sucede sin que tenga ninguna participación en ello. Desde ya, cuando tenemos un problema, un síntoma o una dificultad, estamos siempre un poco en esa postura: sentimos que algo sucede fuera de nosotros, más allá de nuestro control, que nos afecta directamente y para cuya solución o remedio estamos bastante seguros de que realizamos acciones concretas que resultan inútiles.

Cuando nos sentimos así frente a un problema, es posible que, con la apertura, confianza y energía vital suficientes, podamos comenzar a ver de qué forma o formas en realidad estábamos participando de una forma ciega de esto que nos sucede. Esto es más que decir que convocamos un destino: se trata de una sincronía entre un adentro y un afuera que se encuentran como una percha que va con la camisa, aunque desde nuestra percepción el problema se encuentre fuera de nosotros.

Con lo anterior quiero decir que, si bien ante un consultante que manifiesta un problema estaremos trabajando con la postura de víctima, hay casos en los que dicha postura es extrema. Tales extremos pueden deberse a que la persona sea una víctima real o porque haya adoptado esa postura por una implicancia con algún hecho que le ocurrió a otra persona de su familia. Estamos hablando de alguien que únicamente puede quejarse y carece de la fuerza suficiente para moverse de donde está. **Bert Hellinger** define muchas veces esta situación como como “mata terapeuta”. En casos así, es posible que el consultante se acerque al constelador como último recurso, a consultar solo para tener una confirmación adicional de lo que le sucede, y está dispuesto a pagar a alguien para que se indigne junto a él o ella, le diga que tiene razón, que la vida es muy dura y que los culpables son los otros.

En una oportunidad se acercó al consultorio una mujer cuyo marido la había enviado a constelar so pena de echarla de la casa. Al principio yo no sabía este dato: simplemente la recibí y en la entrada fue muy simpática y amable. Se había vestido muy formal, tenía unos tacos muy altos. Yo recordaba haber constelado a su marido hacía unos meses. Apenas se sentó, me contó que su marido le había dicho que, si ella no venía a constelar, la echaría de la casa. Luego me dijo que no creía en “nada de estas cosas” y que sabía bien que estaba perdiendo el tiempo y el dinero.

Yo quise decirle algo, pero me interrumpió enseguida y me quiso contar por qué me estaba diciendo lo que me estaba diciendo. Entonces, dejé que hablara. Habló por 20 minutos sin pausa. Me contó que era adoptada y que había estado de familia en familia. Su historia era la de alguien constantemente rechazado. En un momento hizo un silencio y me miró como si esperara que yo dijera algo, oportunidad que aproveché para decirle que su historia era muy triste y que podía sentir cuánto dolor había allí, y que estaba de acuerdo con ella en que la constelación no podía servirle de nada y que lamentaba que su marido la hubiera obligado a venir.

En ese instante, cambió su postura inmediatamente y se aflojó muchísimo. Intentó pedirme que la constelara igual, pero le dije que no. Le expliqué que este método solo funciona si alguien realmente quiere hacerlo para cambiar algo en sí mismo y no a los otros, y que yo sentía que la forma en la que ella se sentía estaba bien y que, dada su historia, era lógico que se sintiera así. La consultante, luego, me agradeció mucho, hasta me dio un abrazo y se fue muy contenta.

A los meses la vi llegar a un taller grupal de constelaciones familiares, que estaba a cargo de un colega de Buenos Aires. Para mi sorpresa, levantó la mano y el constelador la eligió. El trabajo que hizo fue muy hermoso y recuerdo bien que el constelador la hizo trabajar con ella misma en diversas etapas de su vida (poniendo representantes para su niña, adolescente y adulta). De alguna forma, el trabajo fue encaminado a que su parte adulta tomara a su parte niña y le dijera que lo lamentaba y que ahora no la dejaría más sola. Si bien la constelación se quedó únicamente en ese plano, cuando en ella se reconciliaron esas partes, fue como si se hubiera reconciliado con su madre biológica y con el hecho de que la abandonó.

De esta manera es posible observar cómo la postura de víctima no es inamovible: muchas veces necesita de algo de tiempo, su propio tiempo, para encontrar la fuerza para un movimiento. Esto significa que, cuando estamos frente a una postura de víctima extrema, es importante primero respetar ese estado en la persona tal como es. Si nos despierta rabia, bronca y sensación de que estamos perdiendo el tiempo, sensaciones muy probables, lo mejor es hacer lugar a ellas. Debemos tener siempre presente que toda postura de víctima despierta automáticamente la postura de perpetrador. Si aguantamos un poco y no intentamos convencer al consultante en su postura de víctima, veremos realmente si hay energía suficiente para moverse de ese lugar o no. Si no lo hay, conviene informar al consultante, de una forma amorosa y gentil, que no podemos ayudarlo.

¿Qué lleva a alguien a ser una víctima real?

Muchas veces la razón está en el amor ciego e infantil hacia uno de los padres o, por supuesto, una implicancia donde el consultante está atado a otra persona de su familia que tuvo un destino difícil. La víctima está atada al perpetrador por un lazo tan grande como sucede con una pareja. Habitualmente lo que impide a la víctima despedirse de este hecho y seguir con su vida es la postura frente a lo que sucedió, no el hecho en sí. Esto quiere decir que, para salir de dicha postura, necesita apropiarse de lo que sucedió, lo cual no significa que deba sentirse culpable, sino responsable en el sentido de que su cuerpo y su ser estuvieron allí y se vieron involucrados en ese hecho, simplemente eso. Esto es similar a decir que la víctima se puede liberar del hecho si reconoce su vínculo con el perpetrador, porque ese hecho generó un intercambio con el perpetrador que los unió.

Recordemos que, ante un trauma, creamos filtros separadores de la experiencia para poder sobrevivir. Si la persona se acercó a constelar, es posible que ahora pueda deshacer esos filtros para integrar lo ocurrido, porque quizás ahora cuente con los recursos para hacerlo. Esto significa que tal vez ahora le sea posible mirar al perpetrador y decirle lo mucho que le dolió lo ocurrido, lo difícil que fue y que en este momento deja con él su parte y ella toma la suya, como forma de despedida. Así entonces queda libre. **Bert Hellinger** describe esto como el proceso de reconciliación entre víctimas y perpetradores, la única forma de que la víctima quede libre de lo que le pasó.

Si el suceso ocurrió cuando la persona era pequeña, también puede salir a la luz de qué forma, en realidad, su amor ciego de niño estaba al servicio de sus padres, y que el niño no tenía ninguna responsabilidad en ese momento, por lo que ahora, desde un lugar adulto, puede tomar la responsabilidad por su propio niño y por el amor ciego.

Si, en cambio, estamos trabajando con alguien que no fue una víctima real, pero sí tiene una postura de víctima extrema por alguna implicancia, no tenemos en este caso un hecho donde la persona pueda reconocerse como parte para luego despedirse. Ante una situación así, el trabajo puede abordar directamente a los padres (si la persona muestra una apertura real para salir de ese lugar), ya que la postura de víctima básicamente significa una negativa a tomar, en este caso, de los padres.

Según el caso, será necesario trabajar con que la persona reconozca lo que es (quizás que se enoje con los padres por algo) o bien que tome lo que ellos le dieron sin reservas. Allí quizás pueda suceder la despedida: tal vez no se dé durante la constelación, pero puede ocurrir sola luego. Resulta muy útil en estos casos traer a la conciencia del consultante cuál es su responsabilidad frente a su vida y lo que le

ocurre hoy en diversas situaciones, es decir, establecer un puente como facilitadores entre su motivo de consulta, la postura de víctima y el lugar desde el cual hoy asume su vida y su responsabilidad.

La psiquis durante la postura de víctima

La psiquis que no puede salir de la postura de víctima carece de un cerramiento básico constitutivo de la identidad. Nuestra identidad se va formando durante toda nuestra vida y llegamos a un punto donde puede decirse que nuestro individuo se ha completado —en algunos casos más y en otros menos—, pero dicha conformación quiere decir que la persona puede valerse por sí misma, al registrar y reconocer cierta independencia de los otros.

Por supuesto que, a la vez, tenemos dependencias emocionales con todos nuestros entornos, pero la independencia a la que aquí me refiero es a una sensación básica de saberme separado de otros y aun así poder valerme por mí mismo.

Cuando estudié Abogacía, una de las cosas que me más me llamó la atención fue cómo en la rama del Derecho Penal, el Estado, a través de la fiscalía, reemplazaba a la víctima en su defensa, la cual se podía presentar paralelamente o no en el caso (querrela). Lo interesante es que el Estado toma las riendas de la situación de la víctima más allá de si ella decide presentarse. Creo que este ejemplo ilustra de forma muy transparente cómo la postura de víctima también se ve fortalecida cuando existen otras figuras u otros individuos que se hacen cargo por ella de todo lo que necesita, también de su defensa. Cuando esto ocurre, la víctima se queda sin la posibilidad actual de tomar sus decisiones sobre los pasos a seguir: se la sigue suprimiendo, inutilizando, quitándole poder (a pesar de que esto ocurra con buenas intenciones por parte de de sus allegados y del Estado).

Allí comienza, para el psiquismo, un camino sin retorno, donde desconoce cómo hacer por sí mismo para terminar de construir su cerramiento, lo que genera una inevitable dependencia del entorno. Muchas veces es necesario tener todo esto presente a la hora de trabajar con alguien en la postura de víctima, es decir, quizás sea oportuno o positivo entrevistar a algunos familiares cercanos y considerar las terapias que la persona hace como si fueran partes de su cuerpo.

Es posible aplicar lo anterior a diferentes niveles, desde una postura de víctima parcial, como cuando nos posicionamos frente a cualquier problema, hasta una postura de víctima que se enlaza con un hecho muy grave que le ocurrió a la persona. Cuanto más grande sea la postura de víctima, más dificultades tendrá el psiquismo para volver a encontrar su cauce hacia ese cerramiento sano, motivo por el cual se traumatiza. El trauma, en realidad, es un cerramiento diseñado por el mecanismo de supervivencia físico-psíquico que aparece automáticamente como protección frente al suceso que no fue posible asimilar.

La postura de perpetrador

La postura del perpetrador es una poco analizada en nuestro trabajo, pero en los últimos años he descubierto que, en un 30 % de los casos, esta es la manera en la que se acerca un consultante a la sesión.

Se trata de una postura donde el consultante se muestra atacante, incrédulo, impulsivo. Llega incluso, en ocasiones, a maltratar al facilitador, por ejemplo, diciéndole: “Yo no sé qué hago aquí, vos tenés que decirme a qué vine yo” o, en respuesta a la pregunta de qué le gustaría lograr con esta constelación, contesta: “Ah, no sé, descubrir eso es tu asunto, no el mío” o expresiones similares.

Desde mi perspectiva, es posible hacer frente al consultante, de una forma amorosa, y explicarle que, si su idea fue venir para que la constelación sea una especie de “oráculo”, está perdiendo su tiempo y haciéndome perder el mío también.

Lo mismo ocurre y lo mismo podemos hacer cuando alguien viene buscando una garantía de solución, trasladando toda la responsabilidad al facilitador y, de esta manera, evitando la suya frente sus propios problemas.

En la mayoría de los casos, al enfrentar la postura de perpetrador llevándolo a tomar la decisión de continuar o no la sesión, una vez que quedó claro que yo, en calidad de facilitador, no puedo cumplir con lo solicitado (por ejemplo, decir para qué vino el consultante o garantizar algo específico), la postura de perpetrador cede.

Luego es útil que, como facilitadores, vayamos rescatando ciertas aptitudes positivas del consultante durante la entrevista y hagamos un reconocimiento explícito al respecto, puesto que la exigencia con el constelador es un reflejo de una autoexigencia y, por supuesto, también de exigencia hacia los propios padres. Resulta difícil para el perpetrador reconocer la sensibilidad en el otro, reconocer su poder de herir sentimientos y, al mismo tiempo, reconocer su propia sensibilidad, que está excluida de su propio sistema psíquico-físico. Es muy probable que todo perpetrador esconda una profunda herida, producto de haber sido exigido a algo que no pudo ser o dar de niño (o estar implicado con alguien que se sintió así).

Clases de consultante según cómo toman su responsabilidad

Consultante que se volvió grande antes de tiempo

Cuando una persona vivió durante su niñez situaciones graves que ocurrieron a la familia (tal vez una separación, la enfermedad de alguno de los padres o de algún hermano, quiebras monetarias, etcétera), puede ser que se vuelva grande antes de tiempo, es decir, cuando todavía no le corresponde serlo. Así, siente ilusoriamente que alivia a sus padres de su carga o, al menos, siente no ser un peso o molestia para la familia, volviéndose de alguna forma independiente e invisible. Es muy posible que esta actitud sea premiada de alguna forma, otorgándole una sensación de inocencia que también querrá llevar hacia la vida adulta. ¿Qué pasa, entonces, con el niño que no puede expresar sus necesidades o su irracionalidad? Es muy posible que durante su adultez, su aspecto niño tome las riendas de su vida de pareja, por ejemplo, hasta que ocurra una nueva crisis donde otra vez se vuelva a comportar hipermaduro, rígido e independiente, yéndose, por ejemplo, de la relación sin mirar qué pasó en realidad. Esta es una forma de evitar la verdadera responsabilidad adulta por sus decisiones en general, pero esto no está en la conciencia, ya que su registro es que siempre actúa de forma madura. Por supuesto, es muy posible que haya una implicancia detrás: algunas veces nos tocará mirar en otra generación y en otras no, según el caso y según hacia dónde se dirija la configuración, ya sea individual o grupal. Más allá del origen, se trata de un desorden interior causado por el trauma “Tuve que hacerme grande de niño, y ahora que soy adulto, me vuelvo un niño”.

Cuando cada aspecto del psiquismo puede volver a su lugar correspondiente, el hecho traumático también se integra en el espacio y tiempo donde en realidad pertenece.

Consultante que perpetúa la niñez

También es posible que alguien perpetúe la niñez con la misma consecuencia: evitar la verdadera responsabilidad en la vida adulta por las decisiones tomadas, respondiendo ante las crisis con los reclamos, reproches y berrinches que haría un niño. Es muy posible que las circunstancias familiares en la niñez le dieran al psiquismo la sensación de que la única forma de recibir alguna clase de atención en ese tiempo era permaneciendo infantil y pequeño. Tal vez se trata de circunstancias similares al caso anterior: la familia vive algún suceso traumático, pero la respuesta de los padres ante esto es diferente, ya que miran al niño o lo valoran cuando reclama, llora y hace berrinches, a diferencia del caso anterior donde lo valorado era la reacción “madura”.

Desde nuestra mirada, podría existir una implicancia con un niño que no nació, y puede rastrearse esta actitud infantil quizás también en los padres o en los abuelos. Como explicamos anteriormente, según el caso y las circunstancias, corresponderá tocar el tema de la implicancia o no.

Algo muy importante a considerar dentro de este trabajo, es el poder entablar una comunicación entre el constelador y el consultante donde pueda desplegarse un potencial sanador. Durante el transcurso de la entrevista, el facilitador tendrá la oportunidad de recaudar información importante que rodea al asunto que el consultante trae para constelar, más allá de lo verbal y de la historia conocida.

Ejercicios para el facilitador, previos a la sesión

¿Cómo llego a la sesión individual? ¿En qué estado voy y me aproximo al consultante? ¿Quiero realmente estar en un estado determinado para facilitar la constelación?

Estas son preguntas importantes que nos hacemos cuando queremos ser buenos facilitadores. Otra vez aquí me gustaría aclarar algo sobre nuestras intenciones. Las intenciones de mejorar, de estar en un buen estado para facilitar una constelación como para la vida en general son, por supuesto, válidas. Sin embargo, deben ocupar una jerarquía de rango inferior en nuestro universo interno. Si bien ahora vamos a ver algunos ejercicios relacionados con esta intención, deben darse tres condiciones para que los ejercicios nos acerquen a una mayor humanidad y a una menor superioridad.

- **La primera condición es estar de acuerdo con lo que es en lo exterior:** con todo lo que me pasó en el día, con lo que me resultó difícil, imposible, complicado con mi pareja, con mis padres, con mis hijos, con el trabajo.
- **La segunda condición es estar de acuerdo con lo que es en el interior:** con todas mis resistencias frente a lo que me ha estado pasando, con el enojo, con la desconexión o lo que sea que estuve sintiendo.
- **La tercera condición es estar de acuerdo con la forma en que me siento en este momento justo antes de facilitar la constelación:** cansado, aburrido, disconforme, triste, o lo que sea.

Estas tres condiciones equivalen a decir que está encendida una lámpara muy grande que puede observar todos estos niveles, es decir, darles un lugar. Estas condiciones no son para estar en un buen estado, sino para alumbrar dichos estados, sean buenos, malos, fáciles o difíciles.

Ejercicios

El vacío de la mente: juicios e interpretaciones

Una vez que se dieron estas condiciones, puedo hacer un ejercicio básico de meditación, donde me siento cómodo, registro mis apoyos y observo cómo fluyen los pensamientos que vienen y se van. También registro cómo me voy con ellos y allí hago un esfuerzo de la voluntad para volver. Como si, cada vez que me voy, sonase una campana para que regrese. No se trata de eliminar los pensamientos, sino de relajarme y observar de qué modo llegan y se van, también de qué forma me voy yo detrás de ellos y cómo hago para volver.

Enraizamiento

Aquí se trata de escanear el cuerpo físico, registrar los apoyos primero y luego ir alumbrando con la conciencia el cuerpo y sus partes, descubrir dónde está más iluminado y dónde hay sombras. Las partes iluminadas generalmente están más habitadas y las que permanecen en sombra están menos habitadas. No se trata de intentar ocupar alguna que no lo está, sino tomar conciencia acerca de cómo estamos habitando el cuerpo físico. Puedo observar también cuánto habito mi base, mi cadera y cuánta confianza le brindo.

Respiraciones

Puedo tomar aire por unos segundos y retenerlo por igual cantidad de tiempo. Luego lo suelto en igual tiempo, y no respiro por una cantidad equivalente. Puedo repetir este ejercicio varias veces si necesito estar más relajado. También a continuación puedo respirar por la boca, abriendo el corazón.

Principio receptivo

Este principio quiere decir que, además de estar activos durante la facilitación de una constelación, el constelador puede entrenarse en simplemente recibir al otro con todo lo que trae. Se trata de una apertura del espacio cardíaco donde se puede ejercitar la sensación de cómo es recibir al otro, con su problema, con lo que sea que traiga. Es una buena idea que el facilitador registre cómo está esta actitud de apertura antes de comenzar la sesión: si se siente cerrado, puede primero dar lugar a eso para luego invitar internamente al otro para que entre y emerja en nosotros.

La buena mirada

No es lo mismo enfocarse con la conciencia en el problema, el síntoma o la dificultad que trae el consultante directamente, que enfocarse en su fuerza y verlo con toda su dignidad y potencia para llevar lo que lleva. Desde ya que, desde un nivel racional, el

facilitador escucha el problema y también piensa en posibles soluciones. Lo que quiere decir la buena mirada es que, además de esto, una parte del constelador mucho más profunda, interna y calma puede mirar a la persona desde un lugar que la potencia, no que la debilita.

La mirada objetiva

Lo objetivo es que miremos lo que está sucediendo sin interpretaciones, sea en el consultante o en la constelación.

La observación y el registro de las señales físicas

Aquí observo al consultante y a sus movimientos físicos. Puede ser que ante una pregunta reaccione levantando una pierna, cambiando de postura o mirando hacia otro lado de forma concreta. Todo eso lo registro, por ejemplo, si cerró los ojos, los abrió, se encogió, se estiró, se acomodó en la silla, etcétera. Si tengo una tendencia a no recordar estos detalles, debo asegurarme de anotarlos.

La observación y el registro de los hechos que comentó el consultante

Aquí escucho los sucesos que comentó el consultante: si murió alguien, si de niño vivió con otras personas, si hubo mudanzas, enfermedades, es decir, sucesos concretos. Esto sirve para hacer las preguntas sistémicas correspondientes y en su caso construir una hipótesis de una posible implicancia.

El *feedback*

Lo subjetivo quiere decir que experimento algo de forma personal, es decir, teñido de un cierto color y que necesito la devolución o el *feedback* del consultante para saber si tiene sentido esto que estoy percibiendo. No buscamos aquí que la percepción sea correcta, sino que tenga sentido.

El doble sentir emocional

El constelador puede registrar sus emociones e ir descubriendo las que se van despertando a medida que escucha la historia del consultante. Es importante que haya un *feedback* si el constelador desea considerar a esa emoción como una señal más a la hora de configurar. Al mismo tiempo, se van registrando las emociones del consultante. También es importante aquí preguntar al consultante si vamos captando bien a medida que percibimos.

Si, por ejemplo, me encuentro con que el consultante tiene un enojo muy fuerte y puedo sentir debajo de ese enojo su dolor, una opción es preguntarle si él también lo registra. Muchos consultantes no registran ese dolor, sino que están con el enojo, pero, al mencionarlo, quizás empiece a aflorar. En otros casos, el dolor no puede

aflorar sin encontrar primero la lealtad a los padres. En este último caso es posible que el consultante haya levantado una barrera entre él y sus padres para, justamente, no sentir ese dolor, por lo que habrá que ir desmantelando esos filtros de acuerdo al caso y a las posibilidades reales de que eso se toque y se penetre.

El doble sentir físico

El constelador debe registrar su debilidad y su fuerza en sí mismo y en el consultante. No se trata de una observación objetiva como vimos antes, sino de un registro personal de cómo funciona la debilidad y la fuerza en el uno y en el otro. Esto es importante porque tomar conciencia de esto puede guiarnos hacia lo esencial cuando hemos perdido el rumbo durante la entrevista. De pronto comenzamos a preguntar cosas que son irrelevantes o que nos desvían de lo esencial y, como el tiempo es limitado, es importante que ante la sensación propia de debilidad nos detengamos un poco y retomemos por otro camino.

Poder corroborar la debilidad física en el otro es similar a decir que de pronto en la persona ocurre un desenraizamiento: puede ser que el consultante de pronto se haya ido a una imagen del pasado y ya no esté en el presente o puede ser que nos esté contando algo que desvía la atención de lo esencial. Lo captamos y no hace falta que se lo comuniquemos (algunas veces sí puede hacerse), pero lo importante es que se trata de una señal de regreso para nosotros para retomar otro camino o traer de vuelta al consultante que se ausentó. Esta debilidad en el constelador o en el consultante también puede ser registrada como cansancio o ausencias. Por ejemplo si, de repente, a pesar de querer escuchar al consultante, ya no lo puedo escuchar más. Aquí, como dije, sirve para retornar de donde sea que me fui, aunque también es importante hacer el ejercicio de anotación mental de la huida en ese momento, simplemente eso. El registro de la fuerza en uno es similar a decir que hice una pregunta o un comentario que llenó de vitalidad el momento. Es una señal de que se está en un buen camino. Es posible que registremos una respiración aliviadora en el consultante o tensión física que disminuyó de pronto y esto equivale a decir que una cierta fuerza enraizó en él y esta es otra señal de que vamos avanzando.

Percepción

Para percibir, **Stephan Hausner** dice que debemos ampliar el marco. Aquí hay un esfuerzo de la conciencia por ampliar los límites conocidos para captar más información. Es algo que el constelador puede utilizar si necesita. Se hace con un esfuerzo: por ejemplo, mirar a la persona y fijarse dónde siente que están sus padres respecto a ella, si cerca, lejos o a su lado. Puedo inferir implicancias, enredos, patrones sistémicos, personales, etcétera. Todo esto va formando parte de las señales que necesito recolectar como facilitador para tomar decisiones a la hora de constelar y de elegir la frase sanadora que voy a utilizar. También debo asegurarme

de corroborar estas percepciones con el consultante en la configuración como para que se torne válida en nuestro trabajo.

Intuición

Se trata de un *flash* repentino que ocurre sin proceso previo y sin proceso posterior. Generalmente aparece como imagen o como una certeza repentina sobre una implicancia o enredo. También podría ser un movimiento que hay que hacer durante la configuración. Se puede preguntar a la persona sobre esto si se trata de una imagen que viene acerca de algo o de alguien.

Los movimientos en las Constelaciones Familiares

Toda constelación está encaminada a generar un movimiento transformador. A menudo, a este movimiento le llamamos “solución”, pero preferimos dejar este término de lado ya que la palabra “solución” se asocia habitualmente a una imagen ideal de la realidad que, a menudo, es pura fantasía. En algunas oportunidades haremos uso de esta palabra, pero hay que recordar en qué sentido la utilizamos. Desde la mirada de las constelaciones familiares, todo síntoma, problema o dificultad se gesta en una forma poco saludable que tenemos de relacionarnos con todos los entornos a los que pertenecemos, tanto los conscientes y cotidianos como los inconscientes que pertenecen a otros niveles de la realidad (por ejemplo, la conciencia familiar). Muchas veces, esta forma poco saludable de relacionarnos obedece a una lealtad con un miembro de nuestra familia, a un anhelo infantil de cercanía a alguno de nuestros padres o a una implicancia con alguien (cuando tenemos que representar a otra persona excluida de la familia).

Por ende, toda constelación estará encaminada a generar un movimiento transformador en la manera en que hasta entonces nos relacionábamos con el problema, con los entornos a los que pertenecemos y con nuestros propios anhelos infantiles. Estos movimientos, por lo tanto, abarcan tanto las frases verbalizadas como los aspectos corporales, los efectos emocionales y espirituales interiores, así como también los cambios de las imágenes mentales. También podemos hablar de un movimiento cuando enviamos al consultante un ejercicio posterior para que realice por su cuenta.

Impulsos o movimientos físicos

Desde mi experiencia, hago referencia al consultante sobre los impulsos o movimientos físicos en una constelación individual luego de haberle indicado que se

ubique sobre determinadas plantillas. En ese momento le pido que se fije cómo se siente en ese lugar, si registra alguna sensación física en cuanto a peso, liviandad, comodidad, incomodidad, dolor o si registra alguna emoción. También le pido que esté atento a si le surge algún impulso de moverse, de dar un paso hacia algún lugar, o si registra algo con relación a mí (habitualmente, al decir esto último, estaré ubicada en las plantillas y en el lugar de otra persona).

Es en este momento cuando puede aparecer información muy valiosa, puesto que quizás yo me encuentre en el lugar del padre, con la consultante en su propio lugar, y desde allí le surja el impulso de moverse hacia mí de forma protectora.

Es importante recalcar que debe obedecerse el impulso siempre que este se manifieste de forma muy fuerte y percibamos que es posible confiar en él. Esto último es importante, sobre todo, porque el consultante desconoce a quién está representando a esta altura de la constelación todavía. En este último caso, se trata de un movimiento de implicación, y es posible que solamente logremos recabar información, pero no a fin de que el movimiento suceda, sino como dato importante, pues diremos al consultante que permanezca en su lugar de todas formas.

Otro escenario posible es estar frente a la situación de un consultante que no puede soltar a su madre, en cuyo caso el movimiento implica ir a cobijarse en su regazo. Aquí también se trata de un movimiento de implicación, por lo que no indicaremos al consultante que lo haga (salvo contadas excepciones), pero constituye información que deberemos mantener muy presente.

Otra clase de movimientos que suceden durante la constelación se dan cuando el consultante ya sabe a quién está representando cada plantilla. Muchas veces, recurrir al uso de frases solamente o a una visualización deja de lado el hecho de que el consultante necesita *moverse* hacia un mejor lugar. Muchas veces el mismo consultante manifestará su deseo de moverse y en otras (muchas) veces es uno como constelador quien puede sugerir el movimiento. Cuando es el constelador quien sugiere el movimiento, es importante hacer notar este detalle al consultante.

En resumen, los movimientos físicos, en esta etapa de la constelación, pueden constituir un alivio o un ordenamiento según el caso y según el tipo de constelación que estemos llevando a cabo.

Visualizaciones

Recurro a las visualizaciones durante una constelación como un movimiento más dentro de la configuración con plantillas. Muchas veces sale a la luz el dato de que un padre está mirando al consultante con enojo, por ejemplo, o que la madre no puede mirar al consultante por estar ocupada mirando al piso.

Aprovechando que, durante la sesión individual, el consultante será, además, un representante, puede efectuar movimientos como si fuera el padre o la madre haciendo directamente una visualización, en lugar de agregar plantillas adicionales para los abuelos, las parejas anteriores o demás.

Si, por ejemplo, tengo suficientes señales para creer que alguna de esas personas están vinculadas con la implicancia del consultante, quizás entonces sí puedo colocar las plantillas y el movimiento se hace de una plantilla a otra. Si, en cambio, es meramente algo que es necesario destrabar para llegar a otro punto esencial dentro de la constelación, voy a proceder a pedir al consultante que cierre los ojos y conducirlo hacia una imagen donde alguno de sus padres quizás se reencuentre con alguien o bien se vuelva más chico frente a la mamá o el papá.

A continuación se enumeran varios ejemplos de visualizaciones. El objetivo principal de la visualización es agilizar el trabajo, por un lado, y, por el otro, se trata de una herramienta que conviene utilizar con aquellas personas que sean más visuales, aquellas en quienes la frase o el movimiento físico no producirían el mismo efecto. Se puede corroborar lo anterior por la forma en que el consultante se expresa cuando le toca hacer las veces de representante (por ejemplo, si describen lo que *ven* en lugar de lo que sienten). Si bien es correcto pedirles que se concentren en lo que sienten mientras están representando, si surgen descripciones visuales, estamos ante información importante que debemos recaudar como parte de la sesión.

Visualización de la unión del padre y la madre

Imaginá a tu mamá y a tu papá mirándose el uno al otro. Puede ser que aparezca una imagen de cuando eran más jóvenes.

Observalos mirándose con cariño y observá cómo comienza a fluir el amor entre ellos. Ese amor, sin importar cuánto haya durado, es real y grande, pero, por sobre todo, es la razón por la que tenés la vida. Imaginá que se toman de la mano y se conectan a través de ese gesto. Respirá profundo por la boca tres veces y, cuando entre el aire a los pulmones, sentí cómo su amor te completa, te fortalece, te integra y te acompaña. Si es posible, intentá sentir respeto y humildad frente a ese amor.

Visualización para obtener fuerza

Cerrá los ojos e imaginá que se abre un inmenso triángulo hacia atrás. Detrás, están tus padres, con las manos apoyadas en tu espalda, desde donde vas sintiendo que te transmiten fuerza y apoyo. Luego, imaginá que detrás de tus padres están tus abuelos, los niños que faltan; más atrás aún, tus bisabuelos, y así imaginá cómo este triángulo se va desplegando hacia atrás cada vez más: cada vez se suma más gente, independientemente de si los conociste o no. Imaginá luego que una luz de color (el que más te guste) va atravesando a cada uno de ellos hasta llegar a tus

abuelos, pasa también por tus padres y entra en vos por la espalda, a la altura del pecho. Imaginá cómo va ingresado esa luz, que es una fuerza que te empuja para adelante, hacia tu destino. Hacé todo lo anterior con los ojos cerrados y, cuando sientas la fuerza que te empuja hacia adelante, da un pequeño paso en esa dirección.

Visualización con las mujeres de la familia

Imaginá que tu mamá está detrás tuyo sosteniéndote por la espalda. Detrás está tu abuela; más atrás, tu bisabuela; y así una larga cadena de mujeres. Respirá profundo por la boca. Imaginá que una luz fuerte (del color que te guste) atraviesa a cada una de ellas hasta llegar a vos. Respirá profundo por la boca tres veces más.

Visualización con la familia materna y con el padre como sostén

Imaginá que tu abuela materna está parada en un terreno desierto, mirando hacia el otro lado. A lo lejos, podés ver cómo va acercándose su padre: quizás incluso podés ver una imagen más joven de tu abuela. Imaginá el reencuentro y el abrazo entre ambos, donde ella es la chica y el padre el grande. Luego imaginá a tu abuela girándose, así queda su padre atrás, sosteniéndola. Aparece luego tu mamá, quien observa esta escena, y a lo lejos aparece también su padre. Tu mamá abraza a su padre y luego ella se gira y su papá queda detrás, sosteniéndola también. Luego aparece tu papá: te acercás a él y te toma por los hombros hasta que te sentís sostenido. Detrás de tu papá, podés imaginar una larga cadena de hombres. Usá la pared para sostenerte y traer esta imagen a tu mente. Hacelo por un rato hasta que la sensación se instale en tu interior.

Visualización con el dolor ancestral

Imaginá a tus padres enfrente tuyo: detrás podés ver a tus abuelos y a tus bisabuelos, como una pirámide que progresivamente se va expandiendo hacia atrás, cada vez más multitudinaria, con niños y adultos. Mirá a todos y decí:

“A cada uno de ustedes, los honro, los respeto y les doy un lugar en mi corazón. Honro todo lo que sucedió: lo bueno y lo malo, que hizo posible que hoy yo esté aquí con vida”.

“Tomo la vida que viene de ustedes al precio que les costó y que también me cuesta”.

Respirá profundo (siempre por la boca): cuando inhales, tomá la vida con lo bueno y con lo malo que trajo. Cuando exhales, soltá todo lo que no te pertenece. Aquello que no te pertenece vuelve a los ancestros. Hacé todas las respiraciones necesarias hasta que el dolor que estaba alojado en el pecho se desvanezca o se mitigue.

Imaginá que una luz (del color que te guste) atraviesa a cada uno de los que son parte de este árbol, hasta que la luz llega a tus padres y luego llega a vos. Esa luz entra por el corazón y contiene la bendición de los ancestros.

Respirá por la boca tres veces.

Girate y ubicate de espaldas a los ancestros. Da un paso. Respirá tres veces más por la boca y da otro paso. Abrí los ojos.

Visualizaciones para detectar implicancias o enredos

Algunas veces, durante el transcurso de una constelación, podemos sugerir al consultante que cierre los ojos y visualice a alguien: su padre, madre, abuelos, etcétera y preguntarle si, durante la visualización, esa abuela o persona que está visualizando viene acompañado de alguien más. También podemos preguntar hacia dónde mira, cómo es o de qué forma se manifiesta su comportamiento. Si para llegar a la lealtad sentimos que es necesario desentrañar alguna implicancia, es posible recurrir a una visualización como la aquí descrita en lugar de continuar agregando plantillas. Sin embargo, es importante recordar que no siempre es fácil para el consultante ver esta información: dependerá, en gran parte, de cómo es el consultante, sobre todo, si se trata de una persona muy visual o no.

Ejercicios con frases

Los ejercicios son, en cambio, tareas que asigno al consultante con posterioridad a la sesión. Algunas veces puede suceder también que le indique hacer un ejercicio después de la constelación, una vez que nos sentamos, en el momento previo a la devolución. Cuando indico al consultante un ejercicio posterior a la sesión, generalmente es porque considero necesario que cierta frase continúe repitiéndose, porque el reconocimiento a algún integrante de la familia no terminó de expresarse durante el trabajo con la cabalidad o el cuidado que se necesitaba.

Otras veces, cuando siento que hay cierto movimiento en el cuerpo que no terminó de registrarse (por ejemplo, si a alguien le cuesta sentir a su padre como un sostén), probablemente indique un ejercicio donde el consultante deba apoyarse en la pared y sentir que la pared lo sostiene como lo sostendría su padre. Le pido luego que intente registrar este apoyo y sostén en su cuerpo y que repita el ejercicio durante un mes, durante cinco minutos al día.

Ejercicio con un excluido y con la fuerza del padre

Cerrá los ojos. Imaginá a

Imaginá también que hay gente alrededor de él, independientemente de que los conozcas o no, pero son personas que forman parte de tu árbol familiar y que incluso pueden pertenecer a otras generaciones. Deciles internamente:

“Honro su sacrificio y respeto sus destinos. Y de ahora en más haré que su sacrificio no sea en vano. Cuando voy hacia mi felicidad, los honro, porque ustedes viven en mí y, a través mío, también se realizan”.

Hacé una reverencia (bajá la cabeza, soltando siempre el cuello para no tensarlo) con las palmas de las manos hacia arriba. Respirá por la boca, quedate unos minutos hacia abajo respirando y sintiendo las frases que acabás de decir.

Luego levántate y, sin abrir los ojos, girá hacia el otro lado. Sentí que ahora todas las personas que están detrás se transforman en una fuerza que te sostiene. A continuación, traé la imagen de tu padre sosteniéndote por la espalda con fuerza, como si pudieras relajarte en sus manos. Sentí su cercanía y su sostén. Respirá por la boca profundamente. Abrió los ojos.

Ejercicio con la madre

Imaginá a tu mamá y decile:

“Querida mamá, estuve hasta hace poco ocupado en tus asuntos como si yo pudiera resolverlos [o “estuve ocupado en los asuntos de papá”]. Pero ahora me doy cuenta de esto, te respeto como la más grande y te agradezco por todo. También respeto profundamente tu dolor y tu destino. Vos sos la mejor para papá y él es el mejor para vos. En mi corazón, están unidos. Y papá vive en mí. Y vos también, pero solo junto a él”.

Respirá por la boca profundamente, luego de cada frase que vayas diciendo.

Ejercicio con niños no nacidos

Prendé una vela a los niños no nacidos, asignales nombre y decí:

“Queridos hijos, lo siento mucho: no pude. Los llevo en mi corazón y pertenecen a nuestra familia, más allá de sus destinos. La marca que dejaron en mí no fue en vano: la llevo a mi manera y transformaron mi vida. Solamente los honro cuando voy hacia mi vida con una nueva responsabilidad. Gracias por la enseñanza”.

Respirá profundamente tres veces por la boca.

Ejercicio con la abuela paterna

Imaginá a tu abuela paterna, a quien le decís:

“Querida abuela, te doy gracias por darle la vida a mi papá. En él vos vivís, y en mí también. Reconozco tu presencia en mí y respeto y agradezco lo que pudiste darnos. Te doy mi reconocimiento y respeto profundamente tu lugar, el de la mamá de mi papá. Y no hay otra mejor que pueda cuidarlo a él y yo así lo respeto”.

Respirá por la boca tres veces.

Ejercicio con las mujeres de la familia

Cerrá los ojos y mirá a las mujeres de tu familia, entre ellas a tu madre, a tus abuelas (más allá de si las conociste o no), a las otras mujeres de tu padre, etcétera. Deciles internamente:

“Las respeto y las honro. Todas tienen un lugar en mi corazón. Gracias por vuestro sacrificio. Por favor, mírenme con buenos ojos cuando ya no lucho contra los hombres y ocupo mi lugar de mujer. Esto lo puedo hacer únicamente gracias a ustedes. Este es mi reconocimiento hacia ustedes”.

Hacé una reverencia profunda, respirá por la boca tres veces y luego levántate.

Resumen de las señales para configurar, abrir sistemas y movimientos

- Detectadas en el cuerpo del consultante: tensiones espontáneas y sutiles. Emociones fuertes.
- Detectadas en la historia del consultante: historia personal construida, historia de la familia (destino de los abuelos, etcétera)
- Detectadas en el propio cuerpo del constelador: emociones espontáneas que tengan sentido luego de ser corroboradas con el consultante. Tensiones físicas. Aperturas física y emocional, fuerza física.
- Detectadas en la configuración: posicionamiento, primer imagen, emociones que surgieron allí y sensaciones físicas, movimientos espontáneos.

En mi experiencia, lo primero que considero que constituye el motivo de consulta del consultante funciona como una guía rectora. Luego, resultan importantes los cuatro tipos de señales mencionados arriba, por lo que voy haciendo anotaciones mentales de todo aquello que me llama la atención.

No todas estas señales van a terminar siendo tenidas en cuenta al momento de poner al descubierto, por ejemplo, una lealtad. Podría darse el caso de que el consultante se pare en la plantilla de la abuela y sienta muchas cosas acerca de las cuales ni siquiera he preguntado (o quizás le pregunté al respecto una vez, pero luego no volví a esa respuesta o ese registro). Esto quiere decir que únicamente tomo aquellas señales relevantes que resultan coherentes o están conectadas con el resto de los fenómenos, cuya contundencia transforma y penetra en el consultante y en su sistema. No es que lo que la abuela siente no sea importante, pero como no estamos trabajando para ella, sino para su nieto/a, lo consideramos solamente con relación a él/ella.

Para elegir con qué lealtad voy a trabajar, utilizo el mismo procedimiento, es decir, trabajo con aquella que está conectada con los demás fenómenos que fueron ocurriendo durante la constelación y que se relaciona con el motivo de consulta y con el origen del síntoma.

Devolución

Como se adelantó en apartados anteriores, el cierre de la constelación o configuración se vuelve evidente cuando algo nuevo pudo entrar en el cuerpo, que generalmente se vivencia como un alivio, como algo que descansa. Sin embargo esto no siempre es así. Desde mi punto de vista, alivio muchas veces significa poder estar con un dolor que antes evitaba sentir. En ciertas ocasiones algunas personas necesitan irse de una constelación en contacto con un amor y un dolor (por ejemplo con los padres) del que habían estado desconectados. Pasado esto, volvemos a sentarnos en las sillas y desde allí hago una devolución al consultante, resaltando la primera imagen, lo que fue apareciendo y cómo, desde mi perspectiva, la historia y el motivo de consulta del consultante se conectan con lo que apareció en la constelación: las dinámicas familiares, los patrones, las lealtades, las implicancias.

Procuro rescatar o mencionar nuevamente las frases o movimientos que fueron decisivos, aquellos que habilitaron al movimiento más importante donde algo se liberó, donde algo se ordenó. No siempre dejo una tarea o hago una recomendación, salvo que evidencie que cierto movimiento externo es esencial, al ser la fuente generadora de un espacio sin el cual la constelación no tendría efecto. Por ejemplo, para el adulto que aún vive con sus padres a pesar de ser independiente económicamente, suelo recomendarle que se mude.

Algunas veces es bueno sugerir al consultante que no hable de la constelación con ciertas personas. Por ejemplo, si una hija vino a tratar el tema de que siente una invasión por parte de la madre, no sería prudente recomendar que cuente la constelación a su mamá.

Cada caso es único, pero no considero que el no hablar de la constelación deba ser una ley general. Muchas veces, ciertas intervenciones para ciertos casos de **Bert Hellinger** u otros consteladores de gran trayectoria han sido tomadas como una teoría general y esto ha traído conflictos, sobre todo con la Psicología y otros tipos de terapia. Es evidente que si alguien está en un tratamiento terapéutico, puede hablar de la constelación con su terapeuta (al menos tal es mi perspectiva). Creo que partir de la premisa de que trabajamos con adultos significa que cada uno puede decidir y elegir con quién y cuándo hablar de la constelación, como cuando uno elige cuándo y con quién hablar ciertos temas delicados de su propia vida. No tiene por qué ser diferente con una constelación.

En los últimos años Stephan Hausner nos enseñó que las constelaciones familiares no son una verdad. Esto quiere decir que son sólo la puerta para un movimiento. No es una verdad en el sentido de que el fenómeno que se muestra en una constelación es una información importante en relación a la pregunta que tiene un consultante, como una “respuesta” a su consulta o pregunta. Demás está decir que esa respuesta no es algo que le dirá al consultante qué hacer o cómo hacerlo, sino que se trata de la “respuesta sistémica” a la pregunta del consultante, es decir qué dinámicas en el sistema se vinculan con el motivo de consulta y cual es su lugar dentro de esa dinámica. Entonces, si tenemos en cuenta esto, que no se trata de una verdad sino de un movimiento, también podemos tomar toda la información de este libro no como algo fijo, sino como una fase más de este conocimiento que continúa y continuará desplegándose.