

ESTUDIO DE CASOS PRÁCTICOS

**Aplicación del modelo de Constelaciones Familiares
en universidades de Perú, Ecuador y España**

Francisco Gómez Gómez

**Observatorio para la Intervención Social en las Organizaciones
(Grupo de Investigación 940102)**



Universidad Complutense de Madrid

INDICE

1. Introducción.....	7
2. Breve marco teórico para la comprensión de las intervenciones.....	8
2.1. La ayuda como profesión.....	8
2.2. Los órdenes de la ayuda.....	9
2.3. Un nuevo modelo psicoterapéutico.....	12
2.4. Tipos de sentimientos para la intervención.....	15
2.5. Algunos aspectos importantes del procedimiento de las Constelaciones Familiares.....	16
3. Segunda Especialidad en Orientación y Consejería al Niño, Adolescente y Psicoterapia Familiar de la UNSA de Arequipa (Perú).....	20
4. Formación de postgrado en universidades de Ecuador.....	28
4.1. Maestría en Trabajo Social Familiar de la UTA de Ambato.....	29
4.2. Curso de Constelaciones Familiares, Organizacionales y Educativas en la UTI de Quito.....	35
5. Formación Continua en Constelaciones Familiares en la UCM (España) 36	
5.1. Curso de verano en Constelaciones Familiares e Intervención Psicosocial.....	37
5.2. Diploma en Constelaciones Familiares, Organizacionales y Educativas.....	40
5.3. Curso de Pedagogía Sistémica en Intervención Sociofamiliar..	43
6. Casos de la UNSA de Arequipa, Perú.....	44
7. Casos de la UTA de Ambato, Ecuador.....	139
8. Casos de la UCM, España.....	197
9. Algunas opiniones de los profesionales sobre la formación recibida..	214
10. Exposición de resultados y conclusiones.....	231
11. Puesta en valor del modelo y propuestas de futuro.....	238
12. Bibliografía.....	245
13. Anexo.....	251
13. 1. Listado de casos.....	251

1. Introducción

El presente libro recoge algunas de las acciones desarrolladas en el último lustro entre la Universidad Complutense de Madrid y otras universidades sudamericanas. Se exponen parte de las tareas realizadas en distintos proyectos formativos y de cooperación al desarrollo.

Además, se da cuenta del Proyecto de Ayuda al Desarrollo "Maestría en Trabajo Social Familiar en la Universidad Técnica de Ambato para atender a la población más excluida de Ecuador", aprobado en la VII Convocatoria 2010 de Cooperación al Desarrollo del Vicerrectorado de Relaciones Institucionales y Relaciones Internacionales de la Universidad Complutense de Madrid, que es el último de los proyectos realizados.

El estudio de más de tres mil casos, desarrollados entre los años 2005 y 2011, en Perú, Ecuador y España, y en cuatro universidades distintas, la propia UCM (Universidad Complutense de Madrid), la UNSA (Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa), la UTA (Universidad Técnica de Ambato) y la UTI (Universidad Tecnológica Indoamericana), atendidos por los diversos profesionales que siguieron los cursos formativos de postgrado o formación continua, nos ofrece la posibilidad de conocer y explorar nuevos campos de formación e investigación a desarrollar en la Universidad, dentro del Espacio ALCUE (América Latina, el Caribe y Unión Europea).

Para el registro y tratamiento de los casos se utilizó el Campus Virtual de la UCM. Estas herramientas reforzaron las posibilidades de incrementar las tareas y las actividades profesionales, lo que sin la utilización de las mismas resultaría impensable realizar. Ello no sólo por las facilidades de estar en permanente contacto, entre los que participaron en los proyectos, sino también por suponer un espacio de almacenamiento y apoyo de las labores investigadoras, formativas y profesionales de los estudiantes.

Si pensamos en las dificultades existentes para que los miembros de las comunidades universitarias de los países de Latinoamérica y España puedan compartir e intercambiar sus experiencias, reforzando y expandiendo sus proyectos y estudios, por la distancia geográfica y lo que la misma conlleva, entenderemos que toda iniciativa, como la que aquí se presenta, para facilitar y hacer posible la cooperación entre ambos continentes, sin que sea necesario todo el esfuerzo que hasta el presente suponía, resulta además de bienvenida, pertinente para avanzar en lo que desde hace siglos hemos puesto nuestro empeño comunitario, como país. Cuando el Rey Felipe II enviaba una Orden Real, desde El Escorial al Perú, tardaba en recibir respuesta más de seis meses. En este proyecto las respuestas recibidas por los profesionales sobre los casos atendidos fueron realizadas el mismo día o como mucho, debido a la diferencia horaria, al día siguiente, gracias a las posibilidades que ofrecen las Nuevas Tecnologías de la Información como apoyo a la docencia presencial, que no puede ser sustituida por las mismas pero sí apoyada y reforzada.

Los 186 casos prácticos expuestos evidencian las posibilidades de implementar programas y proyectos universitarios que logren mejorar las situaciones de los ciudadanos atendidos y de sus familias, incluso los más desfavorecidos socialmente.

La aplicación del modelo de las Constelaciones Familiares significa un avance destacable en el ámbito terapéutico por su eficacia y rapidez en el logro de los resultados.

2. Breve marco teórico para la comprensión de las intervenciones

En este apartado sólo nos limitaremos a realizar unos sucintos apuntes sobre algunos de los aspectos teóricos, más importantes, del modelo de las Constelaciones Familiares, que son los que pueden dar luz sobre los resultados obtenidos en las intervenciones de los profesionales, así como aclarar “los por qué” y “los para qué” de algunas de las respuestas dadas para el logro de unos efectos concretos, tanto para los estudiantes como para los casos atendidos por dichos profesionales.

Con ello, lo que se pretende es, por un lado, dejar el máximo espacio para la exposición y número de los casos prácticos recogidos y, por otro, aportar las referencias bibliográficas pertinentes para que el lector interesado pueda acudir a ellas con el fin de ampliar las fuentes en las que se fundamenta el modelo aplicado a las intervenciones profesionales.

2.1. La ayuda como profesión¹

Si pretendemos convertir la ayuda a los demás en una profesión, en un oficio, como se da por ejemplo en Constelaciones Familiares y en la psicoterapia, pero también en la ayuda médica, entonces muy a menudo los asuntos que se abordan se refieren a la vida y a la muerte. Teniéndose que abordar inevitablemente que alguien logre su propio destino, es decir que pueda desarrollarse y crecer, conforme a ello.

El destino que cada individuo ha asumido a través de su familia y su origen. Cada uno de nosotros es hijo de padre y de madre y de muchos antepasados. En esta gran familia han sucedido muchas cosas, todo ello ejerce su influencia y se convierte en nuestro destino. Por ejemplo, se convierte en destino si en esa familia se dieron crímenes, o si en esa familia algunos fueron olvidados o excluidos. Estos hechos tienen su efecto en el presente y conforman nuestro destino. Si entonces ayudamos a alguien tenemos que honrar y entrar en conexión con su destino y con lo que él ha desencadenado.

Si como profesionales nos comportamos como si la vida y la muerte de una persona estuviesen en nuestras manos, nos arrogamos una grandeza que sólo corresponde a Dios, o a aquella Fuerza que vislumbramos tras esa palabra. Ante la vida y la muerte de otra persona es aconsejable una reserva extrema.

Para ayudar desde el respeto tenemos que dar un lugar en nuestra alma a los padres de la persona, con respeto y amor, independientemente de cómo fueron esas personas y de lo que se haya dicho acerca de ellos. Si por ejemplo, el cliente se ha quejado de su padre o de su madre, se queja al mismo tiempo de su destino. Y se queja de Dios o acerca de lo que esta palabra oculta.

¹ Este apartado ha sido tomado en su totalidad de Hellinger (2009: 112-144) para fundamentar y favorecer la comprensión de las intervenciones profesionales en los casos prácticos expuestos.

Si hacemos un espacio en nuestra alma a aquello que él dice de sus padres, nos ponemos por encima de su destino y por encima de Dios, tal como él mismo hace. Convirtiéndonos entonces en su creador y desde ese lugar no le vamos a poder ayudar o hacer que lo que hacemos le sea de utilidad.

Cuando adoptamos dicha actitud todo nuestro ser sufre en su integridad las consecuencias de ello y nuestra salud se resiente, por el peligro que supone tanto para nosotros como para las personas que atendemos.

Los profesionales dedicados a la ayuda actuamos muchas veces desde cierta ceguera, que sólo superaremos desde una transformación profunda si queremos ayudar de una manera segura primero para nosotros mismos y después para los demás. Esta ayuda segura supone que cuando alguien nos dice algo sobre sus padres, nosotros contemplamos lo que nos dice con profundo respeto y amor. Miramos a sus antepasados y a aquello que les ha tocado como destino y nos inclinamos ante ello, para ponernos en sintonía con estos destinos, con todo su trasfondo y con el Alma Grande que tiene su efecto ahí.

Con esa sintonía nos llega una indicación sobre lo que podemos hacer y qué es lo que está o no está permitido hacer, o lo que tengo que transmitir. Ayudar tiene que ver con incentivar al crecimiento interior. ¿Cómo crece algo?

Primero, como consecuencia de nutrirse. Segundo, al tener que imponerse a fuerzas que interfieren en el crecimiento. Mucha ayuda se concentra en el nutrir y luego retrocede ante el conflicto. Quiere decir que se confía el conflicto a otro, así como la competencia en el trato con lo desagradable.

2.2. Los órdenes de la ayuda

El primer orden de la ayuda supone que uno sólo da lo que tiene y sólo espera y toma lo que realmente necesita.

Esta ayuda exige de nosotros que antes hayamos recibido y tomado. Sólo así sentimos la necesidad y la fuerza de ayudar también a otros, sobre todo cuando esta ayuda nos exige mucho. Al mismo tiempo supone que aquellos a quienes pretendemos ayudar necesitan y desean aquello que somos capaces de, y nos disponemos a, darles. De lo contrario, la ayuda resulta vana; separa en lugar de unir.

El primer desorden en la ayuda comienza cuando uno pretende dar lo que no tiene y otro quiere tomar lo que no necesita. O cuando uno espera y exige de otro lo que éste no le puede dar, porque no lo tiene. O también cuando uno no debe dar, ya que asumiría en lugar de otro algo, que sólo éste puede o debe llevar o hacer. Así, pues, el dar y el tomar tienen límites. Percibir esos límites y respetarlos forma parte del arte de la ayuda.

Esta ayuda es humilde; muchas veces, ante determinadas expectativas o también ante el dolor, se renuncia a ayudar. Lo que este paso exige, tanto de la persona que ayuda como de quien busca ayuda en ella, se nos muestra claramente en el trabajo con Constelaciones Familiares. Esta humildad y esta renuncia contradicen muchos conceptos convencionales de la ayuda adecuada y frecuentemente exponen al ayudador a graves reproches y ataques.

El segundo orden de la ayuda supone que uno se somete a las circunstancias, y sólo interviene hasta donde ellas lo permitan. Esta ayuda se contiene y tiene fuerza.

Por una parte, la ayuda está al servicio de la supervivencia, y por la otra

sirve al desarrollo y al crecimiento. Supervivencia, desarrollo y crecimiento dependen de circunstancias especiales, tanto externas como internas. Muchas circunstancias externas nos vienen dadas y no son modificables, por ejemplo una enfermedad hereditaria o también las consecuencias de determinados sucesos, o de una culpa propia o ajena.

Si la ayuda pasa por alto, o no quiere admitir las circunstancias externas, queda destinada al fracaso. Esto se aplica aún más a las circunstancias de carácter interno. Entre ellas cuentan la misión personal concreta y especial, las implicaciones en destinos de otros miembros de la familia, y el amor ciego que, bajo la influencia de la conciencia, sigue sujeto al pensamiento mágico.

A muchos ayudadores puede parecerles duro el destino de alguien y desearían modificarlo. Pero muchas veces, no porque el otro lo necesite o desee, sino porque a ellos mismos les resulta difícil soportar este destino. Cuando el otro, a pesar de todo, se deja ayudar por ellos, no es tanto por su propia necesidad, sino por su deseo de ayudar a los ayudadores. Así, *esta ayuda se convierte en un tomar, y el aceptar la ayuda en un dar.*

El desorden en la ayuda sería aquí negar o tapan las circunstancias en lugar de afrontarlas junto con la persona que busca ayuda. La pretensión de ayudar en contra de estas circunstancias, debilita tanto al ayudador como a la persona a quien se le ofrece la ayuda, e incluso a quien se ve obligado a aceptarla.

El tercer orden de la ayuda supone que ante un adulto que acude en busca de ayuda, el ayudador se presenta también como adulto. De esta forma rebate los intentos de colocarlo en el papel de madre o de padre. Es comprensible que muchos reciban esto como dureza y lo critiquen. Paradójicamente, esta "dureza" se clasifica como arrogancia aunque, bien mirado, en una transferencia hijo-padre el ayudador es mucho más arrogante.

Muchos ayudadores, por ejemplo en psicoterapia o en servicios sociales, ante personas que buscan ayuda, creen que deberían ayudarles como algunos padres lo hacen con sus hijos. Por otra parte, muchas personas que buscan ayuda, esperan que los ayudadores se dirijan a ellos como los padres a sus hijos, para así recibir de ellos, lo que de sus padres siguen esperando o exigiendo.

Cuando los ayudadores se sitúan como si fuesen los padres de los clientes con el deseo de ayudar y no ponen límites a aquellos que buscan ayuda, estos desarrollan hacia los ayudadores los mismos sentimientos que antes albergaban hacia sus padres. De esta manera, los ayudadores que se situaron en el lugar de los padres o incluso pretendían ser los mejores padres, en los ojos de los clientes, acaban siendo, por lo menos, iguales que sus padres.

Muchos ayudadores permanecen atrapados en la transferencia y contra-transferencia del hijo a los padres, dificultando a los clientes la despedida de sus padres, así como de ellos mismos. Al mismo tiempo, una relación según el ejemplo de la transferencia hijo-padres, también obstaculiza el desarrollo y la maduración personal del ayudador.

La concordancia con los padres reales de los ayudadores puede evitar la transferencia hijo-padres desde su inicio. Porque si honran a los padres del cliente en su corazón, si se hallan en resonancia con ellos y su destino, los clientes encuentran en los ayudadores, a la vez a sus padres. Ya no pueden evadirlos. Lo mismo se aplica a la ayuda para niños. Cuando los ayudadores sólo representan a los padres, los clientes pueden sentirse cobijados con los ayudadores, ya que no pretenden ocupar el lugar de los padres.

El desorden en la ayuda consiste aquí en permitir que un adulto demande al ayudador tal como un niño lo hace con sus padres, y permitirle al ayudador tratar al cliente como si fuera un niño, asumiendo en su lugar asuntos cuyas responsabilidades y consecuencias únicamente él puede y debe asumir.

El reconocimiento de este tercer orden de la ayuda marca la diferencia más profunda entre el trabajo con Constelaciones Familiares y la psicoterapia convencional.

El cuarto orden de la ayuda supone que la empatía del ayudador ha de ser menos personal y, sobre todo más sistémica. No se establece ninguna relación personal con el cliente.

El individuo es parte de una familia sólo cuando el ayudante lo percibe como parte de su familia. También percibe a quién necesita el cliente y a quién, quizá, le debe algo. Si el ayudador ve a la persona junto a sus padres y antepasados, quizá también con su pareja y sus hijos, lo percibe tal como es en realidad. Así también percibe y comprende quién es en esta familia, la persona que necesita primero su respeto y su ayuda; a quién se ha de dirigir el cliente para darse cuenta cuáles son los pasos decisivos y, darlos.

El desorden en la ayuda sería aquí, no mirar ni reconocer a otras personas decisivas que, por así decirlo, tienen en sus manos la clave para la solución. Entre ellos cuentan, sobre todo, aquellos que fueron excluidos de la familia porque, por ejemplo, son considerados una vergüenza para ella.

El quinto orden de la ayuda es el amor a cualquier persona tal como ésta es, por mucho que se diferencie de mí. De esta manera, el ayudador abre su corazón al otro. Se convierte en parte suya. Y lo que se ha reconciliado en su corazón, también puede reconciliarse en el sistema del cliente.

El trabajo de Constelaciones Familiares une aquello que antes había estado separado. En este sentido se halla al servicio de la reconciliación, sobre todo, con los padres. A ella se opone la distinción entre miembros buenos y miembros malos de la familia, tal y como la establecen muchos ayudadores bajo la influencia de su conciencia y de la opinión pública, igualmente condicionada por los límites de dicha conciencia. Así, por ejemplo, cuando un cliente se queja de sus padres o de las circunstancias de su vida o su destino, y cuando el ayudador adopta como propia esta visión del cliente, más bien se encuentra al servicio del conflicto y de la separación que de la reconciliación. Por tanto, la ayuda al servicio de la reconciliación sólo es posible para quien inmediatamente da un lugar, en su corazón, a la persona de la cual el cliente se queja. De esta manera, el ayudador anticipa aquello que el cliente aún tiene que lograr.

El desorden en la ayuda sería aquí juzgar al otro, en la mayoría de los casos esto equivale a una sentencia y la consecuente indignación desde la moral. Quien realmente ayuda, no juzga.

Un tema importante es el momento y el modo en que se presta la ayuda. En cuanto tomamos partido, ya no podemos ayudar. Si por ejemplo, tomamos partido por el cliente en contra de sus padres o en contra de su empleador o en contra de la sociedad mala o contra sea lo que sea, ya no le podemos ayudar.

Existen situaciones donde de forma instintiva, inmediatamente, tomamos partido. Por ejemplo, si alguien habla de incesto o de abuso sexual o de violación o de un padre o de una pareja agresiva. Instintivamente tomamos partido por él y contra esos otros. Con esta actitud ya tenemos todas las de perder. Mientras todos sean honrados, de la misma manera, con su destino

especial y con su implicación, si también frente a ellos permanecemos en el amor, y no en el amor por compasión, en el amor que reconoce al Todo tal como es, entonces podemos ayudar. Porque sólo entonces son posibles los movimientos profundos del alma que, al final, reconcilian lo que estuvo enfrentado.

Este es otro punto importante: que la diferencia entre lo bueno y lo malo se reconozca como un impedimento fundamental para la verdadera ayuda. Si dejamos de lado esta diferencia, desde lo más profundo, estamos al servicio de la reconciliación y de la paz. Esta es la ayuda verdadera.

El sexto orden de la ayuda supone que como ayudador asiento a la situación del otro, exactamente como es o como fue, sin ningún tipo de compasión. Entonces gana en fuerza. A través de mí, también el otro gana en fuerza, al aceptar su pasado, tal como fue.

Muchos ayudadores no soportan la realidad del otro. En vez de enfrentarse a esa realidad, tratan de consolar. Con ello desdibujan su realidad. Por ejemplo, la realidad de que su muerte es cercana o de que se está expuesto a un destino inevitable. En el momento en que nos hallamos en sintonía con su realidad, permanecemos tranquilos. A través de nuestra tranquilidad y por nuestro consentimiento a su destino, tal como es, también él gana fuerza para enfrentarse a semejante destino.

El desorden se da cuando uno quisiera conservarlo de forma diferente a cómo fue. ¿Cómo se demuestra que el ayudador desea que hubiera sido diferente? Él consuela al otro. Consolar significa aquí: junto con el cliente lamentar lo sucedido.

2.3. Un nuevo modelo psicoterapéutico

La buena psicoterapia es totalmente simple, que no sencilla. Si alguien encuentra a sus padres y les abre el corazón, se solucionan sus problemas fundamentales. Para eso, el terapeuta tiene que dar a los padres del cliente un lugar honroso en su corazón y lo demás sucede por sí mismo, de manera totalmente sencilla.

Cuando el psicoterapeuta da a los padres del cliente un lugar en su corazón, no se da una transferencia. Transferencia significa, que un cliente de pronto vea en el terapeuta al padre o a la madre. A la inversa se da en la contra-transferencia, cuando un terapeuta mira a su cliente como a una criatura, cuando lo trata como a una criatura o cuando hasta llega a sentirse como el mejor padre o la mejor madre. Y cuando el cliente lo admira sorprendido, como una criatura lo hace con su padre o su madre. Todo esto no es posible, si un terapeuta ha dado a los padres del cliente, un lugar en su corazón.

Las dificultades importantes de un cliente que va a psicoterapia tienen que ver con una separación, que éste se encuentre escindido de algo, ante todo de sus propios padres, del padre y de la madre. Este es el problema principal. Todos los demás problemas tienen que ver con ello.

Hay un método fundamental para la solución de este problema, un método simple, visible. Uno lleva al cliente de regreso, lo lleva hacia sus padres. Ese es todo el secreto, casi el secreto completo de la buena psicoterapia. Pero hay algo que se contrapone a ello que el ayudador no haya tomado aún con amor a sus propios padres dentro de su corazón y con amor a los padres de sus clientes. Por ello un buen ayudador no permite al cliente comentarios

negativos acerca de sus padres, pues no hay mayor grandeza que la de unos padres.

Mirar la perfección de ser padre y honrarla como lo Más Grande, independientemente de lo que los padres además de eso han hecho o en lo que han fallado, que nunca puede ser tan importante, pues en eso incluso otros los pueden suplantar. Pero en aquello, que los ha hecho padres, nadie lo pudo haber hecho mejor.

Muchos de los que se quejan de los padres miran a lo secundario, no a lo esencial. Con ello pierden lo fundamental y más grande. Cuando alguien reclama algo a sus padres reduce lo esencial de sí mismo. Se hace más estrecho, pequeño, limitado. Cuanto más lo hace tanto más se va limitando. En cambio, si alguien mira lo esencial y toma la vida en su plenitud y al precio completo, que le ha costado a sus padres y al que a él le cuesta, puede encarar todo lo demás (Hellinger, 2009).

Para poder "comprender al sistema" referido a la INTELIGENCIA que creó a todo el universo no necesitamos encasillar a las personas. Así podremos permitir que "el trabajo haga el trabajo". Confiar en ello da miedo porque es confiar en algo que no podemos evaluar, porque el ser finito no puede medir el infinito (Boxhall, 2010: 52-53).

Cuando trabajamos con grupos, notamos cosas. Las cosas suceden y desde nuestra experiencia evaluamos lo que sucede. *Si confiamos podemos tocar con esa confianza a las personas del grupo desde ese nivel* (da igual que sean o no conscientes desde el intelecto). El grupo se organiza por sí sólo (necesita confianza masiva) y con ello "el trabajo hace el trabajo".

Esta es una psicoterapia para el cuidado del alma. Sólo se trata de escuchar con los ojos, con la intención y con el corazón y no hacer mucho más. No estar pendiente de qué voy a hacer o cómo le voy a ayudar. Lo que vemos en la otra persona es lo que está dentro de nosotros, nuestro estado natural. Es mucho más lo que compartimos que lo que nos separa, aunque nuestro ego suele poner más atención en esto, en lo que nos separa. Es más lo que nos conecta con todas las personas y con todo el universo. Todo es una práctica común compartida (Boxhall, 2012). Cuando nos rendimos ante esa imagen de separación, descubrimos que somos todo. Dejamos lo particular para convertirnos en el todo.

Los fundamentos de la enseñanza en relación con el espíritu son perennes y eternos. La enseñanza espiritual es una revelación y toma distintas formas según quién la comunica, pero la esencia es la misma. El problema es la conceptualización. Podemos conocer bastante bien el funcionamiento del cuerpo humano y los fundamentos psicológicos de las emociones pero la espiritualidad no puede estudiarse, debe encarnarse. Debemos soltar lo que no nos permite conectarnos con ello: nuestras experiencias de vida no digeridas, con las que nos identificamos: el pequeño yo. Nuestro cuerpo es lo que está presente en nosotros desde el principio de nuestra vida hasta el final de la misma y el mismo tiene una gran sabiduría si lo escuchamos

La enseñanza es lo perenne, el maestro viene y va. En el grupo, el maestro es el grupo y el compartir de las vidas humanas que está en cada persona y en el maestro también: eso es la enseñanza que nos va despertando frente a lo que está ahí, por debajo de nuestras limitaciones: la cristalización de nuestras experiencias de vida (Boxhall, 2010: 109-113).

La contención permite a la persona hacer su verdadero proceso. Es la profundidad de la quietud que viene del corazón y no del intelecto lo que empodera al cuerpo. En este trabajo es muy importante el grupo, porque

funciona como un espejo para darnos cuenta si estamos creciendo espiritualmente o simplemente repitiendo patrones de situaciones de vida no digeridos. El trabajo compartido permite que surja una sinergia que es la que hace el trabajo por sí sólo.

La fenomenología de Husserl, Heidegger, Hegel, Jasper, Roger y otros se ha convertido hoy, en la práctica terapéutica, en lo que se denomina como evidencia. Así se llama como medicina, enfermería, psicología, etc. de la evidencia lo que se puede trabajar o atender. Ello viene a confirmar el paradigma de lo que es, de lo que está, de lo que se muestra sin tener que ocuparnos tanto de los que nosotros queremos o creemos que debería ser.

Acostumbramos a percibirnos, vernos, pensarnos y sentirnos como seres individuales e independientes. Vivimos en un tiempo que podríamos denominar como "la era del individuo"... olvidando que estamos aquí porque mucha gente anterior a nosotros, que nos precedieron, se unieron y, a través de la sexualidad han ido pasando la vida de generación en generación hasta llegar a nosotros. Y como que nos olvidamos que los que nos la pasaron son nuestros padres, esas personas tan imperfectas a veces. Y que ellos la recibieron de nuestros abuelos y así sucesivamente en una progresión geométrica hacia atrás.

Con nuestro tiempo de desarrollo tecnológico y la vida tan separada de la naturaleza, hemos olvidado que venimos de una tribu y somos parte de ella, y que esa es nuestra naturaleza. Hemos perdido el sentido de la tribu, pero no por eso nuestra vida, nuestro destino es ajeno a ello.

Bert Hellinger con las Constelaciones Familiares, como trabajo transgeneracional, nos muestra más allá de las teorías, de una forma directa, experiencial, que muchos problemas "personales" que vamos arrastrando a lo largo de nuestra vida, tienen que ver con los asuntos no resueltos del clan al que pertenecemos: personas excluidas, ignoradas, muertes prematuras, enfermedades graves, asuntos de guerra, deudas, ganancias dudosas, pérdidas, vínculos dañados, mandatos familiares, etc.

Somos parte de un sistema, lo que nos permite ver que, por ejemplo, algunos problemas de pareja tienen que ver con lealtades a las mujeres de mi familia que no tuvieron a un hombre a su lado, que mi depresión tiene que ver con que miro a alguien de mi sistema que no tuvo un destino fácil, que mis fracasos en el trabajo tienen que ver con el amor que le profeso a mi hermano deficiente o muerto, y, por ello, inconscientemente digo: "si tu no vives, no triunfas, yo tampoco", que mi baja autoestima está enraizada en el rechazo a mis padres, etc. Innumerables dinámicas familiares están tras los problemas personales y las Constelaciones Familiares resultan ser una herramienta muy eficaz para ir a la raíz del asunto de una forma muy clara, visual, y lo que es más importante nos muestran un camino hacia la solución.

Las Constelaciones Familiares son algo más que una metodología eficaz, pues se trata también de una filosofía, de una forma de vivir, de estar, de mirar al hombre, a la vida y a la muerte; lo que nos amplía horizontes, nos enseña cómo es vivir en sintonía con lo que es y nos capacita para al eterno movimiento. Tal y como se da en el Universo de manera constante

El método de las Constelaciones Familiares también está en constante movimiento, pues desde las primeras formas en las que se trabajó con los Movimientos del Alma, actuando con la Conciencia Personal (que excluye a los miembros que cree que no deben pertenecer) y la Conciencia Colectiva (que se preocupa de que no sea excluido ningún miembro del grupo y trabaja para el sistema incluyendo, estableciendo prevalencia y generando equilibrio

en el sistema) hasta los últimos años que se están introduciendo los Movimientos del Espíritu, actuando con la Conciencia del Espíritu (la que mira a todos por igual, aceptando todo y a todos tal y como son) la expansión y la contracción que supone el método es evidente. Este movimiento es mucho más profundo y supone para los que miran una gran trascendencia, por ir mucho más allá de lo inmediato y superar las propias dinámicas terapéuticas desarrolladas.

El problema del saber es que el saber es una limitación, pues si es esto no es aquello, pero dicho saber es lo importante para el intelecto. Por ello, no podemos saber la verdad, sólo experimentarla como una revelación. Aquella que nos demuestra que juzgar continuamente lo que hacemos no es útil, porque toda proyección evita mi propia experiencia de vida. Fijar la atención en el logro de la perfección supone enfocar hacia nuestro lado masculino, mientras que desenfocar y expandir la conciencia es el lado femenino y conlleva estar presentes, despiertos. Lograr la Paz supone expandir nuestra conciencia de lo que somos. Ahí puede tener cabida nuestra propia compasión con nosotros mismos (Boxhall, 2012).

2.4. Tipos de sentimientos para la intervención²

Hellinger distingue cuatro tipos de sentimientos que nos pueden resultar muy útiles para la intervención (Weber, G., 1.991: 287-290):

1.- Sentimientos de tipo primario, son aquellos que llevan a la acción, que dan fuerza y tienen que ver con lo que ocurre en el momento. Son sentimientos simples que no requieren mucha explicación, suponen tranquilidad. Tienen poca duración y alcanzan su meta enseguida, produciendo en los demás empatía porque se sienten libres, ya que la persona que muestra dichos sentimientos es fuerte.

2.- Sentimientos de tipo secundario, son aquellos que impiden la acción, absorben la energía, llevan a la duda para impedir la acción. Podríamos denominarlos metafóricamente como "la sopa negra" porque el otro quiere convencernos de su incapacidad pasándonos la responsabilidad de su vida pero, eso sí, cualquier solución que le demos no le valdrá y además si caemos en esa trampa de trabajar con él, automáticamente él detectará que somos, al menos, tan incompetentes como él para lograr una solución. Son esas personas que van de víctimas, cuyo diálogo interno está basado en frases como: "siempre me ocurre lo mismo", "los demás no me quieren", "nadie cuenta conmigo", etc. todo ello dicho con la mirada hacia el suelo.

Suponen movimientos circulares cuya energía no lleva a ningún lado, a nada. Estos sentimientos los detectamos cuando nos ponemos nerviosos con lo que el otro nos dice. Son los más expresados, más exteriorizados, ya que lo que se pretende con ellos es convencernos de que la persona que nos los comunica no puede hacer nada, por eso los exagera y los dramatiza. Así se siente débil, al igual que los demás por no haber nada con lo que se le pueda ayudar. Duran mucho ya que pretenden mantener la situación de no-actuar y empeoran al ser expresados, por eso las terapias basadas en cuidar dichos sentimientos duran tanto, porque desvían la atención e impiden la percepción que el terapeuta tiene del problema.

² Tomado en su integridad de Gómez (2007: 234-235)

“Quisiera aportar un ejemplo, en este caso, refiriéndose a la aflicción primaria y secundaria. Una aflicción primaria puede ser, por ejemplo, un dolor muy intenso por una separación. Si la persona se abandona a este dolor la aflicción pasa rápido, dejando a la persona liberada y con la posibilidad de comenzar de nuevo. La aflicción secundaria se muestra, por ejemplo, como autocompasión. Este sentimiento por ejemplo puede durar toda la vida. Este tipo de dolor no crea ninguna separación, únicamente sustituye la aflicción primaria.

También la venganza es un sentimiento secundario: Muchas veces se trata de la reacción a un movimiento interrumpido hacia uno de los padres.” (Weber, G. 2.001: 288).

3.- Sentimientos sistémicamente adoptados, son aquellos mediante los cuales una persona está enajenada, fuera de sí, no pudiendo los demás hacer nada por ella porque es un sentimiento ajeno. Es cuando alguien nos cuenta algo que vemos que no corresponde con la situación actual de la persona. Lo que debemos hacer es devolver dichos sentimientos al lugar que les corresponde.

4.- Metasentimientos, son aquellos que se expresan sin emoción. Son una fuerza concentrada como el valor, la humildad como asentimiento al mundo tal como es, la serenidad, etc. También existe el meta-amor que es un amor superior y la meta-agresión que supone hacer daño a alguien sin querer hacerle ningún mal, este es el caso del cirujano y del psicoterapeuta por ello ambos necesitan de mucha fuerza. La sabiduría supone la posesión de todos los metasentimientos y conlleva el valor, la humildad y la fuerza. Supone un actuar sabiendo lo que tengo que hacer y lo que no. No es deducido y el sabio sabe enseguida lo que corresponde. Es un actuar diferente a lo que se esperaría. Se adquiere como un premio de la experiencia y el esfuerzo, como un fruto maduro.

2.5. Algunos aspectos importantes sobre el procedimiento de las Constelaciones Familiares

Las Constelaciones Familiares son el método de trabajo básicamente visual y espacial, es decir, se trabaja a partir de las imágenes que muestra una configuración familiar.

Para poder realizar una Constelación Familiar, hace falta un cliente con un asunto a resolver, un facilitador que acompañe y guíe el proceso y otros elementos que puedan hacer de representantes de miembros de la familia.

En los talleres de grupo son las personas que asisten al taller los que representan a dichos miembros, pero también se pueden representar en

una sesión individual, con figuritas, papeles, sillas, etc.

El cliente debe reunir, al menos, algunas características:

- Motivación para trabajar y mediante la misma poner lo más posible de su parte para ello.
- Sinceridad, en el sentido de no ocultar los datos que conoce.
- Disponibilidad, para el trabajo y para tomar o recibir lo que se le ofrece.
- Confianza en el facilitador.
- Confianza en el trabajo.
- Humildad.
- Tener un problema o un dolor concreto.

- estar en la posición de adulto (para tener una relación de reciprocidad).
- El facilitador debe reunir los siguientes requisitos:
- Estar presente y abierto a lo que hay.
 - Tener formación.
 - Actitud respetuosa y libre de juicios.
 - Concentración y escucha (con la mirada, con la atención y con el corazón).
 - Observación y estar en sintonía con su familia, con la del cliente, con la vida y con la muerte.

Además de los anteriores requisitos tiene que tener en cuenta que:

- La Constelación Familiar a realizar fortalecerá o debilitará al cliente.
- Está al servicio del cliente y de su sistema.
- Sólo puede llegar hasta donde el sistema le permita.
- Debe tener cuidado con la empatía hacia el cliente (ponerse en el lugar del otro) y evitar la intención de ayudarlo (Roevens, 2008).

En cuanto a los representantes no es necesario que los elija el cliente, lo puede hacer también el facilitador pero si es el propio cliente quien lo hace toma la responsabilidad y además aporta al facilitador información de forma involuntaria sobre:

- Cómo les pide si quieren trabajar para él.
- El respeto que les muestra.
- Si los mueve con delicadeza y respeto.
- Si los mira o no.

Por lo general ayuda elegir hombres para representantes de energías masculinas y mujeres para las energías femeninas, pero no es excluyente. Y también se utilizan personas para representar enfermedades, lugares, razas, miedos, tristeza, amor, odio, rabia, etc.

No deberían hacer de representantes los familiares o personas muy allegadas al cliente porque pueden estar implicadas en el asunto y no ser imparciales con sus sentimientos y sensaciones.

El facilitador propone al cliente que elija representantes para los familiares que se requieran. Una vez que los representantes son elegidos se pide al cliente que los configure (posicionar en el espacio a unos con relación a los otros) según lo sienta en ese momento.

A su vez el facilitador pide a los representantes que "se paren a sentir", que sigan sus movimientos interiores y que no hablen hasta que se les pregunte.

La entrevista previa debe ser concisa, corta y focalizada. Debe recabar información sobre asuntos relevantes, sin entrar en más detalles:

- Situación familiar actual /de origen.
- Miembros que componen la familia, número de hermanos (lugar que ocupa), número de hijos.
- Separaciones y uniones significativas.
- Asuntos traumáticos de la familia: muertes tempranas, niños abortados, personas excluidas, rechazados, pérdidas importantes, conflictos no resueltos, asuntos de guerra, etc.

Hay que huir de lo anecdótico (resta fuerza y nos enreda) y centrarnos en lo importante, distinguiendo entre los problemas profundos y los superficiales. Hay que centrarse en los hechos no en los razonamientos del cliente, las explicaciones excesivas tapan el verdadero problema.

Poner la atención en las emociones que expresa el cliente puede orientar, pues muchas veces las más sonoras suelen ser mentales (yo creo que/me

parece que) y niegan lo más profundo (yo siento que) y ayudar a provocar una demanda concreta mediante algunas preguntas como:

- ¿Qué es lo que más te duele?
- ¿Cuál sería una buena solución para ti?
- Dime en una frase corta ¿cuál es el problema?
- ¿Qué necesitas?

Con esos datos ya se puede empezar y ver qué personas del sistema pueden ser relevantes.

Una vez que el cliente ha posicionado a los representantes en la sala, tenemos la configuración que nos muestra una imagen sobre como es la realidad y podemos observar (Hellinger y Bolzmann, 2003):

- Quiénes tienen relación con quien.
- Hacia dónde mira cada uno.
- La distancia entre ellos.
- Si están en contacto.
- La posición de unos respecto a los otros.
- Si muestran movimiento.
- Si están estáticos.
- Si muestran emociones.
- Si alguien está excluido.
- Cual es el orden.

Observamos gestos, movimientos tanto en el cliente como en los representantes, sin efectuar ninguna interpretación. Esperamos que algo se mueva (movimientos espontáneos), observando si se mantienen o cambian. Sin intervenir para que lo haga el propio sistema, sólo esperamos lo necesario hasta que venga la comprensión y luego nos llegue la intuición para saber cual es el paso a dar.

Si no se espera lo suficiente, lo único que queda es actuar y esto no ayuda a la configuración porque no va a llegar donde el sistema necesita, sino donde el facilitador quiere. Cuando no se sabe qué hacer lo mejor es esperar y no hacer nada (Bourquin, 2007).

Desde que Bert Hellinger inició las Constelaciones Familiares, con los Movimientos del Alma, hasta el día de hoy, con los Movimientos del Espíritu, se han producido cambios que nos permiten decir que las Constelaciones Familiares "se mueven solas". Por eso las intervenciones deben ser las menos posibles y lo más simples que se pueda, pues: MENOS ES MÁS (Lope, 2011).

Se utilizan con frecuencia una serie de frases que llamamos sanadoras que se intuyen en cada momento, porque no hay una lista de frases preparada con antelación. Cuando el facilitador está presente y en sintonía con el cliente y su sistema, la palabra/la frase llega a su interior y al decirla ayuda para hacer fluir el amor.

Al terminar de decir una palabra o una frase hay que esperar para observar como impacta en la Constelación Familiar y en cada representante, si la frase provoca un movimiento que hace fluir el amor es suficiente.

Si después de decir una frase no ocurre nada, podemos probar con otra para ver si ayuda, si no ocurre nada debemos observar si podemos hacer algo más (a veces es mejor que se de un movimiento sanador por si sólo) o quizás debamos interrumpir la Constelación Familiar. También ocurre, a veces, que el facilitador no está en sintonía con el cliente y las frases que está diciendo no son sentidas y no producen efecto alguno (Gómez y Pérez, 2005).

Las frases deben ser cortas, claras y concisas. Hay tres palabras que podemos decir que son "mágicas" porque cuando la Constelación Familiar está bloqueada hacen que algo se mueva:

- Gracias (por lo que me has dado/ por la vida).
- Por favor (mírame con buenos ojos/dame tu bendición).
- Si (a la felicidad, a la vida, a Dios).

Con las Constelaciones del Espíritu se ha comprobado que para el cliente es mejor hacer constelaciones sencillas (con pocas personas, pocas frases y pocas intervenciones del facilitador) porque la información que recibe y visualiza el cliente es más pura y la Constelación Familiar más efectiva. La Constelación Familiar es más grande que nosotros.

A través de frases sanadoras, actos de reconocimiento de respeto y honra a los excluidos o no reconocidos del sistema, de cambios de lugar, del restablecimiento del equilibrio roto, se consigue que el sistema se sienta bien y que cada representante encuentre la paz.

La solución viene cuando el sistema se ordena y el cliente ocupa el lugar que le corresponde, cuando se restaura la ley de que todos tienen derecho a un lugar y a un reconocimiento o cuando se reestablece el equilibrio entre el dar y el tomar. También puede venir del restablecimiento del vínculo amoroso con los padres. En muchos casos esta imagen no se consigue por falta de información, porque la energía se agota o simplemente porque el cliente no está en sintonía para dar los pasos necesarios.

Una Constelación Familiar finaliza cuando el facilitador siente que el trabajo está hecho y puede sentirlo por distintos motivos, cuando:

- Todos están en su lugar y se sienten bien.
- Se evidencia, se aclara el tema (el propio cliente conecta y participa en su propio movimiento).
- Se ha producido un movimiento sanador.
- El cliente está satisfecho.
- Algo se ordena (no es necesario que sea todo).
- Es suficiente (a veces dar un paso más es nefasto).
- El cliente asiente, lo recibe y lo toma.
- Algo es demasiado grande.
- No hay forma de continuar, la Constelación Familiar se bloquea.
- No hay solución.
- El cliente así lo expresa.

La Constelación Familiar acaba con una imagen de solución que por sí misma inicia un movimiento en el sistema. En muchos casos se verifica cómo estas imágenes tienen efectos en los clientes y también en las personas de su sistema que no han presenciado la Constelación Familiar.

Es importante que las personas que han hecho una Constelación Familiar, dejen a un lado sus teorías y sus imágenes internas, y que se abran a la nueva imagen mostrada sin expectativas. De esta manera uno deja que el movimiento se despliegue sin obstaculizar con interpretaciones, ni análisis lo ocurrido.

En general, los efectos inmediatos suelen tener que ver con alivio y paz interior, y lo más importante es que puede que vayan mostrándose más efectos a lo largo de los años. Por eso es conveniente que cada persona deje un tiempo entre cada Constelación Familiar que se realice (Mannè, 2010).