



# Constel·lacions familiars, el silenci que revela la nostra realitat profunda

- 27 de maig del 2010 a les 19.30 h
- Sala d'actes de La Llacuna Centre Cultural, Andorra la Vella



## **Carmen Codina i Farràs**

*Llicenciada en filosofia i ciències de l'educació, membre didacta i terapeuta de l'Asociación Española de Constelaciones Familiares Bert Hellinger (AEBH)*

## ▲ **Cumículum**

Llicenciada en filosofia i ciències de l'educació per la Universitat de Barcelona.

Formada en EMDR per l'Asociación Mexicana para la Ayuda Mental en Crisis, lligada a la Critical Incident Stress Foundation, i per l'Asociación Española de EMDR.

Postgrau Salut de l'hàbitat, facultat d'Arquitectura Tècnica, Universitat Politècnica de Barcelona.

Investigadora de la plasmació de l'inconscient en l'espai arquitectònic i pictòric abstracte.

Aprèn Constel·lacions Familiars amb Bert Hellinger.

Membre didacta i terapeuta de l'Asociación Española de Constelaciones Familiares Bert Hellinger (AEBH).

Des del 1999 treballa intensament, tant en l'àmbit nacional com l'internacional, en l'aplicació del mètode i la seva difusió, que dóna a conèixer a través d'articles divulgatius i estudis especialitzats, conferències i cursos, principalment entre el col·lectiu mèdic, psiquiàtric i en l'àmbit de la salut en general. Conferenciant.

Articulista de premsa.

Treballa també en:

Balanç craniosacral i alliberament somatoemocional.

*Desbloqueig* dels meridians energètics i xacres.

*Trainer* en teràpia floral i radioestèsia aplicada a la salut.

Soft Touch: fruit d'una llarga investigació personal sobre tacte i contacte. La importància de la carícia i la nutrició afectiva, tant femenina com masculina, per desenvolupar-se emocionalment i físicament sa.

Des del 1990 ha dirigit nombrosos grups de creixement personal i consciència psicocorpòria.

Es para mí un verdadero placer tener la oportunidad de introducirles en el abordaje terapéutico sistémico-fenomenológico conocido como Constelaciones Familiares, una parte importantísima de mi trabajo a lo largo de los últimos 11 años, con cuya práctica disfruto enormemente y a la que considero una herramienta de inestimable valor profesional.

Como preámbulo, me gustaría empezar señalando la importancia del *lugar*. Me refiero al lugar psicológico donde cada persona, cada uno de nosotros, se posiciona socialmente. Observo dos actitudes pronominales básicas y contrapuestas en la manera de formar parte de la sociedad, de estar en ella. La primera, la de los desnutridos -y por tanto voraces- se focaliza en el yo, la llamo, la del *yo, mí, me, conmigo*. Se centra en pensar: ¿Qué puedo obtener de la sociedad? ¿Qué puedo recibir? ¿Qué puedo apropiarme? sostiene una mirada restringida, una conducta en gran medida unidireccional. La segunda es la del *nosotros*, de la cooperación, y se demanda por el contrario: ¿Qué puedo aportar? ¿Cómo puedo contribuir? ¿Qué puedo compartir? Su mirada es inclusiva, abarca a otros y muestra conciencia clara de formar parte de un todo -que no empieza y acaba en el reducto del sí mismo- donde interactuar, aunar esfuerzos, gozos y hallazgos, fortalece y beneficia al conjunto, a la gran unidad. En los albores de los años veinte, el formidable Albert Einstein nos recordaba, a mi juicio muy acertadamente, que el ser humano es una parte del todo que llamamos universo. Ya sea universo, o pluriverso, según la teoría inflacionaria de Andrei Linde, entiendo que seguimos siendo una pequeña parte de un todo más grande.

Las Constelaciones Familiares ponen de manifiesto de forma clara nuestra participación en esta unidad, la interdependencia con lo y los demás -en mayor medida de lo que uno pudiera en principio imaginar- y muestran la existencia de un orden natural preestablecido que actúa transgeneracionalmente, más allá de que sea conocido y respetado.

La biología, la vida, la ontogenia, son esencialmente una historia de cooperación. Situada en este enfoque, fue y sigue siendo mi deseo, que lo que nutre pueda abarcar a otros. Cuando por primera vez tuve contacto con las Constelaciones Familiares fui consciente del incalculable valor que tenía este trabajo, de cuanto beneficio y comprensión podía aportar a las personas que, por distintos motivos, estuvieran atravesando procesos difíciles y dolorosos.

Quise darlo a conocer principalmente entre el colectivo médico y el área de la salud en sentido amplio, sin descuidar, de ninguna manera, al ciudadano corriente, al público en general; ya que el sentido común indica, que por muy valiosa que sea una herramienta, la ignorancia mayoritaria de su existencia incapacita a esa mayoría para su utilización y su aprovechamiento. Así comencé las charlas, conferencias y talleres, impartidos internacionalmente de forma incesante hasta el momento presente.

Hablar de Constelaciones Familiares significa para mí hablar en primer lugar de su creador: Bert Hellinger, la persona junto a la cual he tenido el privilegio de formarme y, por ello, soy consciente de lo mucho que le debo. Sirva este momento para expresar mi gratitud públicamente. Considero apropiado comenzar referenciándoles a Uds. cómo percibo a Bert Hellinger, y para ello me he permitido recuperar un párrafo de un antiguo artículo, que me publicó el Colegio de Psicólogos de Cataluña en el 2004, y que reza como sigue:

“Bert es uno de esos seres de gran presencia, poseedor de un rostro luminoso y pacífico, donde destacan sus ojos vivos de mirada inteligente y profunda, y su sonrisa amable. Posee esa clase de rostro que se forja con el tiempo, en la medida en que uno consigue reconciliarse consigo

mismo y por tanto con el mundo, propio de los buscadores a los que no amedrenta la mirada hacia dentro y eso mismo le capacita para mirar certeramente también hacia fuera.”<sup>1</sup>

Es para mí una evidencia que, quien se es, habla de lo que se hace. El hombre habla de su obra en igual medida en que la obra habla del hombre. El que ahora nos ocupa, posee una amplia formación académica, Bert es filósofo- habla de las Constelaciones como de “una filosofía aplicada”, es pedagogo, teólogo, psicólogo y dentro de esta última disciplina, se ha formado en numerosos abordajes: Psicoanálisis, Terapia Primal,<sup>2</sup> Dinámica de Grupo, Análisis Transaccional, Hipnoterapia, principalmente hipnosis Ericksoniana. Al igual que Milton Ericsson, Bert es un excelente narrador de historias paradójicas, de parábolas que se despliegan en múltiples dimensiones de comprensión. Todo este recorrido académico acompañado, por supuesto, del propio recorrido vital, le ha permitido concebir su propio abordaje familiar sistémico-fenomenológico, que conocemos en español bajo el nombre de Constelaciones Familiares, y que no pocas veces ha generado en el público desconocedor, confusión a la hora de entender de que clase disciplina se trata. Debido precisamente a su denominación, muchos la han imaginado relativa a la astrología. La nomenclatura original alemana es Familienaufstellungen, este nombre tiene que ver con la forma de proceder, con la aplicación práctica de las constelaciones.

La palabra “aufstellung” tiene varias acepciones entre las cuales quiero destacar: relación, disposición, colocación, así pues, en alemán se trata de colocar a la familia, o relacionar a la familia. Pero si bien es cierto que un grupo familiar posicionado en un espacio determinado dibuja una figura precisa, pareció bella la imagen de dotar a cada miembro de su propia luz, y equipararlo con una estrella, dado que una constelación es una agrupación de estrellas en relación que conforma una imagen específica.

Tras haberles delineado la figura de Bert Hellinger y aclarado las posibles confusiones derivadas del nombre con el que se conoce su trabajo, desligándolo así, de disciplinas con las que hasta donde sabemos, no guarda en principio relación, procedo a entrar en materia.

Las Constelaciones Familiares empiezan a desarrollarse en los años ochenta en Alemania, el país del cual procede su creador; a finales de los noventa, llegan a España donde calan profundamente y despiertan un enorme interés entre los profesionales del ámbito terapéutico, se expanden a partir de ahí con gran fuerza por América latina, siendo en la actualidad conocidas mundialmente. Todo lo cual convirtió a Hellinger en un viajero incansable, requerido para dar conferencias, talleres y cursos de formación por toda Europa, América Central, América del Sur, EE.UU., China, Japón, etc. a pesar de su avanzada edad. Lo que se explica debido a que había alcanzado los 70 años sin haber publicado sus comprensiones, ni entrenado a persona alguna para que continuara sus métodos. En la actualidad, cumplidos los 84, aunque tardíamente, ha desplegado una gran cantidad de energía, para satisfacer las reiteradas demandas de formación que ha recibido de todas partes.

Una pieza clave en la difusión primigenia de este trabajo fue Gunthard Weber, médico psiquiatra alemán, fundador del “Instituto de Soluciones Sistémicas” de Heidelberg, fue quien consiguió convencer a Hellinger para que le dejara registrar y corregir una serie de transcripciones de distintos talleres, resultado de lo cual fue el libro “*Zweierlei Glück*”,<sup>3</sup> traducido al español como: “*Felicidad Dual*”<sup>3</sup> que el mismo Weber publicó en 1993. Fue un éxito rotundo, se vendieron más de 200.000 ejemplares, el camino estaba abierto, posteriormente se ha publicado abundante material sobre Constelaciones Familiares y, en la actualidad, es muy fácil acceder a este material en caso de estar interesado.

Seguidamente quisiera dar respuesta a preguntas como ¿Qué son las Constelaciones Familiares? ¿Para qué sirven? ¿En qué ámbitos se están utilizando? ¿Cuál es el procedimiento para su aplicación?

Las Constelaciones Familiares son, a mi juicio, una excelente herramienta de la que en la actualidad pueden beneficiarse distintos colectivos. Aplicable tanto en el ámbito médico y terapéutico, como en el empresarial, académico y psicosocial en general, manejable en las diversas áreas de nuestra vida debido a que se centra en lo esencial humano, en un Orden Natural preestablecido que gobierna los sistemas humanos, y por tanto las relaciones, más allá de que sea, o no, conocido, respetado. Aportándonos desasosiego o beneficio en la medida en que estemos en sintonía con el mismo. El mérito de Hellinger consiste precisamente en haber observado el comportamiento de este orden y sus efectos en los sistemas humanos.

El procedimiento de las Constelaciones Familiares, permite exteriorizar de forma clara, inmediata, y precisa, el trasfondo subyacente en los procesos fundamentales de nuestra existencia; posee la facultad de revelar, en una única sesión –lo cual supone una gran ventaja frente a otras metodologías- las dinámicas ocultas que actúan en el complejo entramado de nuestra red de relaciones, entendiéndose: transferencias, expiaciones, lealtades letales, etc. Es un procedimiento orientado a la solución, y actúa de forma que permite al mismo tiempo diagnosticar, al mostrar que parte del orden se quebranta, toda vez que proporciona la fuerza y el esclarecimiento necesarios para alcanzar una comprensión liberadora y sanadora del proceso perturbador.

Es un procedimiento sistémico, por tanto, no contempla al individuo como un ser aislado, sino como integrante de una red familiar más amplia, de un sistema al cual se está unido y se pertenece por nacimiento. En constelaciones distinguimos dos sistemas básicos a los que denominamos respectivamente: sistema familiar de origen y sistema familiar actual. Procedo a explicarles cada uno de ellos. Hablamos de “Sistema Familiar de Origen” para referirnos al grupo fuente del que principalmente mana nuestra vida, y con el que se comparte información genética y epigenética. Quizás algunos de los presentes, no estén familiarizados con el término “Epigenética”, hago pues un inciso para dar información escueta. El genetista Thomas Gingeras nos cuenta que existen acontecimientos biomoleculares que no guardan relación con la genética, y sin embargo tienen el mismo impacto que un gen pasado de generación en generación. Se ha descubierto como actúa el entorno sobre el ADN, por qué mecanismos quedan marcados en los genes las experiencias vividas. El conjunto de esas marcas y su acción sobre la expresión en los genes y sobre el individuo, se llama epigenética.

Regresando al sistema de origen, cabría lógicamente preguntarse ¿Quién conforma este sistema de origen? ¿Qué individuos forman parte del mismo? La actitud de observación fenomenológica ha mostrado que forman parte: los padres, hermanos, abuelos, hermanos de los padres, los bisabuelos y todos los que de alguna manera hicieron lugar para otros en el sistema, aquellos cuya muerte o desgracia concedió algún privilegio o ventaja a los que viven o a los que llegaron después, por ejemplo: novios/as o cónyuges anteriores de los padres.

El hecho de que en una pareja uno de los cónyuges fallezca, abre la posibilidad de que el viudo/a establezca una nueva relación con otra persona, en este caso, el fallecido es el que habría hecho lugar-posibilitado- la incorporación de un nuevo miembro, y ese nuevo miembro lo ignore o no, estará desde el momento en que se implica con el cónyuge viudo, ligado también al fallecido, aunque nunca le haya conocido.

De igual modo una relación de noviazgo que no prospera, prosiguiendo cada miembro de la pareja por caminos separados, abre la posibilidad a otras experiencias sentimentales que impliquen a nuevas personas; en este caso, las personas que antecedieron a la pareja actual, son las que han hecho lugar, dejado el hueco necesario para que un nuevo individuo lo ocupe.

Puesto que la vida se transmite de generación en generación, es necesario primeramente ser hijo/a, lo cual marca nuestra posición y pertenencia a nuestro sistema de origen, por derecho propio. Posteriormente, tendremos la facultad de constituir nuestro sistema como adultos -distinto al de origen- esta posibilidad se fragua al crecer, al convertirnos en hombres y mujeres capaces de formar pareja y traspasar la vida recibida con anterioridad. Al convertirnos en cónyuge, padre o madre de otras personas, construimos lo que en constelaciones se conoce como: "Sistema Familiar Actual", del que forman parte: los esposos, los hijos habidos en la relación y, en caso de que esta primera relación se malogre y se den otras relaciones posteriores e hijos de esas nuevas relaciones, todos ellos sin excepción, serían integrantes del nuevo sistema, es un derecho inherente al orden.

Así como al empezar esta conferencia les señalaba la importancia del lugar psicológico desde el que uno se relaciona con la sociedad, por las distintas actitudes, consecuencias e implicaciones que de ello se derivan, quiero señalar ahora, la importancia de permanecer en el sitio que nos es propio, tanto en el sistema familiar de origen, como en el actual, con el fin de garantizar que el orden sea preservado. Ya que el que está en su lugar no genera desorden ¿Pueden imaginar que sucede en un sistema, donde los hijos ejercen de padres, y los padres se comportan como hijos frente a sus propios hijos? Con la parentificación, los problemas están garantizados.

El concepto de "Orden", resulta fundamental para conseguir un buen equilibrio y funcionamiento entre los miembros de un sistema familiar, o entre varios sistemas entre sí, es decir la sociedad en su conjunto, los distintos grupos en interacción. Cada grupo tiene su especificidad, como cada persona tiene sus rasgos diferenciales pero, en definitiva, esencialmente somos iguales: existe un número de cromosomas predeterminado (46), tenemos un aparato digestivo, un aparato respiratorio o circulatorio, un par de piernas, una cabeza... y no depende de nuestra elección: ni su número ni su funcionamiento, al igual que el orden, nos viene dado, pero esa predeterminación no nos incapacita en absoluto sino que, por el contrario, nos permite vivir y gozar la vida tal y como la conocemos: en plenitud.

El orden y sus leyes velan para que se mantengan los criterios establecidos que garantizan el buen funcionamiento del sistema, por ejemplo, para que no existan exclusiones o desequilibrios entre lo que se recibe y lo que se da - como señalé con anterioridad- este orden es de índole natural, se descubre, no se idea, no ha sido inventado por persona alguna, y exige ser preservado. No es posible atentar contra él, sin sufrir consecuencias la mayoría de las veces graves. Acontecimientos tales como: accidentes peligrosos, muertes prematuras, suicidios, enfermedades importantes, divorcios, conductas autodestructivas etc. son formas de autorregulación compensatoria del sistema, puesto que éste se sirve de los individuos, busca en su seno, es decir: en los miembros de sucesivas generaciones pertenecientes al mismo, la forma de restablecer el equilibrio interno previamente fracturado, generando así movimientos (destinos) que implican de forma inconsciente a los individuos que los padecen. Quiero subrayar que estas implicaciones inconscientes suponen una previa fisura del orden y sus leyes, y es posible detectarlas porque se revelan mientras desplegamos la Constelación, a la vez que se pone también de manifiesto que,

muchos de los acontecimientos difíciles que enfrenta el ser humano en la vida, suceden por amor, podríamos decir, por una concepción mágica e infantil del mismo que pretende anteponer el amor al orden, pero han de saber Uds. que, éste, no es negociable, quien intente regatear con él tendrá inexorablemente que sufrir las consecuencias. La comprensión del orden es el punto de partida para restablecer el equilibrio y por tanto para la solución. Personalmente me resultó problemático durante largo tiempo a nivel jurídico, un apartado que rezaba: “El desconocimiento de la ley, no exime de su cumplimiento”, no conseguía entender la lógica implícita en el enunciado, que más que velar por la justicia me parecía velar por lo contrario ¿Cómo se puede recibir una condena por el incumplimiento de lo que se ignora que debe ser cumplido? Con los años - en aquel entonces era aún adolescente- y como no, con las constelaciones familiares, se me hizo perfectamente comprensible.

Quisiera poner un ejemplo sencillo pero ilustrativo sobre esta cuestión- dado que el orden actúa también de forma inexorable- y, debido a ello, el profano lo podría cuestionar, como yo misma cuestionaba el enunciado jurídico.

Imaginemos un bebé que ya está en edad de gatear: corre por la casa y, como buen explorador, introduce sus dedos en un enchufe que por razones diversas no estaba bloqueado con un protector para bebés. Ocurrirá lo predecible, el bebé recibirá una descarga eléctrica y su cuerpecito será sacudido ¿Es la corriente culpable, o responsable, de que el bebé no discierna aún lo que puede o no puede hacer? Evidentemente no. La corriente circula por la red eléctrica y el enchufe está conectado a esa red. Podemos obtener de él, beneficio o perjuicio, según nuestra forma de proceder que irá ligada a nuestro conocimiento y comprensión. Si conectamos una lámpara en ese mismo enchufe, obtendremos luz, si por el contrario enchufamos una lavadora, podremos lavar, si conectamos un ordenador podremos realizar las tareas que tengamos previstas efectuar, pero si introducimos en él los dedos de nuestra mano, ciertamente resultaremos perjudicados, no será agradable la sensación de la descarga.

Así mismo ocurre con el funcionamiento del orden: conocerlo, saber manejarlo, puede aportar bienestar y fluidez en todo ámbito en el que sea tenido en cuenta y respetado. Ignorarlo, ignorar su funcionamiento, significa estar expuestos a sinsabores que pueden perjudicarnos en múltiples ámbitos de nuestra vida cotidiana, incluso hasta el extremo de conducirnos a la muerte.

He sido testigo a lo largo de estos años de implicaciones sistémicas que destrozaban individuos, con conductas peligrosas para sí mismos, y, a menudo, también para los demás. El “enfermo” resultaba ser el portador inconsciente de la sintomatología de una dinámica disfuncional que se desarrollaba en su sistema.

¿Para que sirven pues las constelaciones? Para desvelar precisamente las lealtades invisibles y las dinámicas ocultas tras los acontecimientos que tiñen nuestras vidas, nuestras relaciones, de enfermedad, desasosiego, malestar físico o psíquico, en cualquiera de los ámbitos que competen a un ser humano. Por ello es de gran utilidad prestar atención a los síntomas, escucharlos, percibirlos no como enemigos, sino como amigos, como mensajeros que nos alertan de un desorden interno que pide ayuda y atención al manifestarse como molestia.

En los sistemas familiares se observa que los acontecimientos traumáticos, dolorosos, lesivos, que han sufrido nuestros antepasados, sus heridas emocionales no concluidas, siguen actuando transgeneracionalmente y afectan a los miembros posgénitos. Es algo sabido desde hace ya largo tiempo por los especialistas de distintos abordajes terapéuticos. En la

actualidad, la epigenética nos proporciona la prueba científica de lo que se había comprobado fenomenológicamente.

Anne Ancelin Schutzenberger, psicoterapeuta e investigadora incansable, de origen francés, ha dedicado una buena parte de su trabajo a desarrollar el concepto de Psicogenealogía<sup>4</sup> y a estudiar lo que se conoce como “El Síndrome del Aniversario”. Observó que algunos acontecimientos actúan transgeneracionalmente, es decir, que se repiten a lo largo del tiempo, implicando a personas de distintas generaciones, pertenecientes a un mismo sistema. Eso puede ocurrir, tanto con hechos que nos proporcionan gozo, como con los que nos deparan dolor. En el primer caso, a nadie cabal le perturba el bienestar y por tanto no nos demoraremos en ello. Pero en el segundo, merece la pena detenerse, prestar atención, ya que nos habla de una implicación sistémica con consecuencias que conllevan sufrimiento, hablan de una lealtad invisible que conecta personas de diferentes generaciones y que actúa, más allá de la voluntad o la conciencia de los individuos, implicándoles en hechos que acaecieron en otro espacio/tiempo, a otros miembros del sistema.

Por ejemplo: Estudiando la psicogenealogía de Maria Antonieta. La que fuera reina de Francia. Anne Ancelin Schutzenberger encontró, que durante 3 generaciones y bajo circunstancias distintas, 3 miembros del sistema familiar -ella incluida- murieron perdiendo la cabeza, el mismo mes del año, el mes de octubre.

En constelaciones familiares no cesamos de trabajar en este tipo de repeticiones, de constatar estos “campos”. Los “campos” son regiones no materializadas de influencia, fuerzas invisibles que estructuran espacios de comportamiento. El campo terrestre p. ej. nos rodea por todas partes. No lo podemos ver, no es un objeto material, sin embargo es real, hace que las cosas tengan peso y les da plenitud. Hemos sido testigos recientemente de un hecho histórico semejante: En la primavera de 1940 tuvo lugar la masacre del bosque de Katyn, a poca distancia de Smolensk. Stalin ordenó la ejecución en masa, de los ciudadanos polacos, prisioneros de guerra, muchos de ellos oficiales del ejército. El 10 de abril de este año, en la primavera de 2010, fallecen numerosos militares y miembros del Parlamento de Polonia, incluido su presidente, al estrellarse cerca de Smolensk, el avión que los transportaba justo cuando se dirigían a conmemorar la matanza de los suyos, ocurrida en el mismo lugar 70 años antes. Se ha de ser verdaderamente cauto y cuidadoso cuando se moviliza memoria traumática, puesto que se abre el campo de información, que puede dar paso a la repetición de acontecimientos no deseados.

En los últimos meses, he tenido la oportunidad de coincidir en dos ocasiones con el prestigioso psicoanalista, especialista mediador en grupos en conflicto y trauma masivo, Vamik de Volkan. Quien insiste en la necesidad de formar grupos interdisciplinares, miembros cualificados en distintas áreas del saber, a fin de poder estudiar en profundidad el contexto a tratar, resaltando la importancia de los historiadores, precisamente para poder tener en cuenta los campos de información histórica, que al abrirse pueden resultar especialmente complicados. Y ofrecer de esta forma, un mejor servicio a la colectividad que demanda ayuda. Les transmito a Uds. un par de mis anotaciones fieles a sus palabras, respecto a las implicaciones transgeneracionales en grandes grupos, cuyo funcionamiento básico, por otra parte, actúa de igual manera en un sistema familiar concreto cualquiera.

Dice así: “En un grupo numeroso cuyos ancestros experimentaron un trauma masivo y grandes pérdidas en manos del enemigo, a los niños de las siguientes generaciones les son dadas tareas primarias similares: completar el duelo por las pérdidas, revertir la vergüenza y la humillación.

Dado que todas las tareas están relacionadas con la representación mental del mismo evento, conecta a los miembros del grupo de manera invisible. Esta representación mental del evento, décadas más tarde, evoluciona como “marcador de identidad”.

La siguiente nota dice:

“Cuando un grupo traumatizado no puede revertir, cambiar sus sentimientos de impotencia y humillación y acometer el duelo, transfiere esas tareas psicológicas inacabadas a las generaciones futuras. Esa transmisión se efectúa mayoritariamente de forma inconsciente” hasta aquí las palabras de Volkan.

Resulta ostensiblemente evidente, que los traumas también se heredan. A nivel individual, las heridas emocionales no resueltas en cada uno de nosotros, son el patrimonio, el legado traumático transmitido a nuestros hijos y descendientes. De ahí, la importancia de fomentar la conciencia de sí mismo, y el trabajo terapéutico, encaminado a resolver nuestros asuntos personales, con dos vertientes de responsabilidad:

- 1ª) Responsabilidad hacia nosotros mismos, para llegar a convertirnos en seres reconciliados y, por tanto, pacíficos.
- 2ª) Responsabilidad hacia nuestros descendientes, las generaciones futuras que merecen poder transitar un camino hereditario aseado.

Procedo a informarles seguidamente, en qué ámbitos se están utilizando las Constelaciones Familiares:

- 1) En el ámbito médico y terapéutico (Campo en el que una servidora se ha dedicado con ahínco tanto a trabajar, como a difundirlo a lo largo de los años)
- 2) En el ámbito empresarial y laboral (Fue precisamente, Gunthard Weber, el psiquiatra del que les hablé con anterioridad, la persona que inició la aplicación de las constelaciones en el ámbito empresarial, ya que el orden, las leyes que rigen las relaciones, rigen también para ámbito laboral, que no deja de ser un ámbito de relación con los demás).
- 3) En el ámbito académico, escolar (Marian Franke, profesora de un colegio de Baviera, donde confluían niños de más de 20 etnias, con religiones diferentes, en el cual se tenía que comenzar el día rezando, ¿Cómo hacerlo? ¿Qué credo seguir? su conocimiento de las constelaciones le hizo buscar una manera en que todos se sintieran incluidos. Los efectos llegaron con bastante rapidez, se generó otro tipo de relación en el grupo. Saberse respetado entre personas de procedencia y creencias distintas genera tranquilidad, propicia un ambiente pacífico. Personalmente ayudé a preparar el primer congreso internacional de “Pedagogía Sistémica” que tuvo lugar en México, el año 2005. Trabajé también durante un tiempo en una escuela de México D.F. aplicando las constelaciones al ámbito escolar).
- 4) Asistencia social.
- 5) Mediación entre grupos o personas en conflicto.
- 6) Ámbito jurídico.

Las constelaciones son un procedimiento vivo y están en constante evolución, a medida que se va teniendo conocimiento de ellas, las personas comprenden como pueden aplicar el orden, al campo al cual están dedicadas profesionalmente. Este no es pues un apartado cerrado, sino todo lo contrario, permanece abierto a nuevas comprensiones, de las que derivaran con seguridad, nuevas aplicaciones.



Me resta explicarles cuál es el procedimiento para la aplicación de las Constelaciones Familiares. Y créanme que no es tarea fácil por lo novedoso, explicar lo que acaece al desplegar una constelación. Resulta algo complicado comprender que las personas son abarcadas por una fuerza, un campo de información consciente que los impulsa y guía. Pero es tan complicado comprenderlo, como fácil experimentarlo. Les recomiendo a todos Uds. la experiencia de la participación. Les aseguro que habrá un antes y un después, tendrán forzosamente que abrir interrogantes en lo que hasta ahora ha sido su comprensión del funcionamiento de algunas cosas. Para realizar este trabajo se necesita un espacio relativamente grande y vacío y un grupo de personas. Este grupo está compuesto por clientes, (en constelaciones no hablamos de pacientes sino de clientes, ya que el paciente es alguien pasivo, mientras que el cliente es un agente activo, y responsable de sí mismo) está compuesto también por el terapeuta, representantes, y participantes en general. Los clientes son las personas que presentan su caso para ser trabajado, que se expondrá de forma concisa cuando el terapeuta lo indique. El terapeuta es el que dirige el trabajo, pregunta al cliente por sucesos acaecidos en el sistema, hechos objetivos que no dependan de interpretaciones personales y decide qué miembros del sistema han de ser situados en el espacio. Representantes son las personas que, entre los presentes, son escogidas por los clientes - en algunas ocasiones también por el terapeuta- para encarnar momentáneamente a miembros de su sistema, ya sea de origen, actual, laboral, etc. dependiendo del asunto que se esté tratando, y que serán puestos en relación en ese espacio del que disponemos, abriendo así la Constelación; cuando esto ocurre, entramos en un campo de información consciente y los representantes empiezan a sentir exactamente igual que las personas reales a las que en ese momento representan, aunque no las conocen y tampoco tienen información sobre ellas. El resto del grupo -susceptible de ser escogido como representante en otra constelación sucesiva- y que permanece sentado alrededor del espacio donde se trabaja, sería el público participante. Las Constelaciones Familiares se realizan en silencio, y es precisamente ese silencio, el que revela la verdad escondida en la profundidad de nuestra alma. A veces se pronuncian algunas frases, esas frases tienen sentido exclusivamente en el contexto en el que se emiten, no son preconcebidas, sino regaladas por el campo de información del sistema abierto. El terapeuta ha de estar capacitado para escuchar lo inaudible y leer el cuerpo, con sus micro movimientos. Para llevar a cabo este trabajo correctamente, la persona que lo dirige, ha de contactar con su centro y retirarse allí, asegurar en sí mismo una actitud libre de intención, proceder de forma fenomenológica, para poder mirar la realidad tal y como es, estar abierto y en sintonía con ella, sin prejuicios de ninguna clase, y abstenerse, por tanto, de someterla a interpretaciones personales. Es esencial vaciarse, entender que lo que actúa no es el terapeuta, sino la realidad emergente de la situación que se representa. Cuando uno se deja llevar, los acontecimientos se revelan. El complejo entramado que conforma el mundo, actúa con una lógica sobrecogedora, mucho más allá de lo que podría ser, en principio, humanamente imaginado. Los sucesos adquieren significado pleno, multidimensional. Ahora bien, el alcance en la comprensión de los mismos, va ligado al nivel de conciencia y actitud del individuo. Observo que cada uno ve dependiendo de la profundidad de su mirada, las actitudes son cristalizaciones de las miradas, y las miradas, niveles de conciencia que nos despliegan de una forma u otra, el mundo que nos abarca. Esencial también, habitar en una actitud de humildad y permitir que la percepción de los procesos que tengan lugar, indique en cada

momento, cual es el siguiente paso a caminar; así, poco a poco, desde la observación silenciosa, se nos revela la realidad profunda de nuestro ser, y la comprensión que conduce a la imagen, que procura al cliente, su lugar propio, su dignidad y su fuerza.

### **A modo de conclusión:**

Situada en la actitud de cooperación y de aportación al grupo social. Paso a detallar lo que, a mi juicio, ayudaría a hacer avanzar a la sociedad en su conjunto, en el manejo de sus emociones y en el logro del bienestar interno, como consecuencia del fortalecimiento consciente del vínculo consigo mismos.

Puesto que el trauma también se hereda, generar una sociedad mental y físicamente saludable, requiere a mi entender, dos vías de intervención, y considero que sería provechoso que los políticos y las personas situadas en lugares de responsabilidad, con capacidad de dirigir y decidir el rumbo social, tomaran nota de ello, escucharan a los profesionales con experiencia.

En primer lugar: Considero necesario el trabajo personal expuesto anteriormente que engloba a las generaciones de adultos. Ordenar el espacio emocional conflictivo, para que nuestro patrimonio emocional legado a subsiguientes generaciones sea lo más aséptico posible, a fin de no implicarlas en tareas que nos pertenece a nosotros mismos acometer.

En segundo lugar: Puesto que está comprobado que en los primeros años de vida nuestro cerebro es extremadamente plástico y flexible y que con el tiempo se hace más rígido, abarcar a la población infantil en las escuelas, con programas específicos diseñados para entrenarles, desde la infancia, en la gestión de las emociones. Fomentar la inteligencia social y emocional, con habilidades que permiten controlar las emociones negativas, para que no persistan más de lo necesario cuando un acontecimiento adverso tiene lugar. Existen herramientas que permiten volver rápidamente al estado de calma inicial ¿Por qué desperdiciarlas? ¿Por qué no aprovechar sus beneficios? Si están ahí, al alcance de quien quiera prestarles atención.

El neuropsicólogo Richard Davidson de la Universidad de Wisconsin-Madison, está implicado en un proyecto que se desarrolla actualmente en EE.UU. donde se enseñan este tipo de habilidades a los niños y explica que ha comprobado que las emociones perturbadoras interfieren en la capacidad de aprendizaje. David Goleman, el psicólogo ampliamente conocido por su libro “La curación emocional”, advierte igualmente que enseñar habilidades sociales y emocionales a los niños es altamente eficaz, los vuelve mucho más cívicos y mejores estudiantes. Indica que es un error pensar que la cognición y las emociones son dos cosas separadas, señala que se trata de la misma área cerebral, de modo que, enseñar a los niños a gestionar sus emociones, es capacitarles también para un mejor aprendizaje y para que lleguen a convertirse en mejores personas y mejores profesionales, todo lo cual acaba por beneficiar a la sociedad en su conjunto.

Me consta que la Dra. Codina y su Ontomedicina, han llegado a estas mismas conclusiones y que, desde hace años, intenta que las autoridades académicas del Principado de Andorra comprendan la importancia y repercusión positiva a nivel social, de sus propuestas para iniciar en el ámbito escolar programas que faciliten desde la infancia el hábito de higiene mental y emocional. Hasta el momento presente, ha recibido como respuesta el silencio administrativo. Es una lástima que los investigadores, los profesionales con excelentes ideas, cuya pretensión es aportar beneficio a la colectividad, acaben mayoritariamente instalados en los EE.UU. donde sí se les ofrece el espacio para desarrollar su trabajo.

Los países los constituyen sus ciudadanos, si bien es cierto que la economía es una parte muy importante para el desarrollo y bienestar social, no lo es menos que, sin una ciudadanía sana mental y físicamente, con valores de cooperación, respeto y generosidad incorporados, la vida cotidiana se convierte en pesadilla, en una carrera deshumanizada de competencia y lucha. Son las consecuencias de la actitud pronominal del Yo.

Frente a la formulación del “gen egoísta” de Richard Dawkins, propongo proyectos como “Mind and Life” (Mente y vida): se trata de un grupo de neurocientíficos -del que forma parte el anteriormente mencionado Richard Davidson- que trabajan con el Dalai Lama -en Estados Unidos- y que estudian las tradiciones antiguas de una filosofía y práctica como el Budismo, a fin de aprender las estrategias para apaciguar la mente, para ser más compasivos y aprender a concentrarse. Y que fomentan la compasión, la cooperación y el altruismo entre los seres humanos.

Para finalizar, podría decirles que las Constelaciones Familiares son un camino de vida y una forma de transitarla, un camino de cooperación. Puesto que quien comprende el funcionamiento del Orden se comporta conforme al mismo, y lo aplica a la vida íntegramente, en todas las facetas que como humanos nos son propias. Esto hace que uno se sitúe en su lugar y ejerza responsablemente lo que su posición conlleva. Implica el haberse dado cuenta de que formamos parte de un todo y de que, cualquiera de las acciones que se ejecuten individualmente, tiene repercusión sobre el resto, ahora bien, el alcance y calidad de esa repercusión dependen del nivel de conciencia de quien ejecuta la acción.

Es precisamente por respetar el Orden natural y tener conciencia de Unidad, dejando espacio al Silencio para que se exprese y hable el alma, que las Constelaciones Familiares se convierten en una preciada llave, que abre la puerta de la comprensión de la realidad profunda. Realidad que actúa y se expresa, en, y a través de nosotros, dirigiendo nuestra vida.

Sólo me queda darles las gracias a todos Uds. por su atención y por haberme otorgado el privilegio de su presencia.

## Notes

1. “Constelaciones Familiares, una herramienta a tener en cuenta” Publicado por el Colegio de Psicólogos de Cataluña en el año 2004.
2. Hellinger se formó y trabajó directamente con el Dr. Arthur Janov, el creador de la Terapia Primal.
3. “Zweierlei Glück. Die systemische Psychotherapie Bert Hellingers” Carl Auer System, 1993.  
« Felicidad Dual. Bert Hellinger y su psicoterapia sistémica » Gunthard Weber. Editorial Herder, 1999.
4. “Psychogénéalogie Guérir les blessures familiales et se retrouver soi” Paris. Payot, 2007.