

Tomando tu lugar en la familia: Constelaciones Familiares



Bert Hellinger, filósofo, teólogo y pedagogo, también graduado de psicoanalista, desarrolló su propio método de sistemas familiares; es decir, su manera de configurar las constelaciones familiares. Dicho método, hasta el día de hoy es referencia cuando se habla sobre sistemas familiares y el orden que cada miembro debe ocupar dentro de la familia.

¿Por qué es importante tomar tu lugar en tu familia?

Hellinger, dice que cada individuo tiene su sitio en una pirámide de muchas personas, es decir, ha sido necesario que tus antepasados existan para que tú existas en este presente. De esta manera se demuestra cómo es que cada persona forma parte de una constelación, o, dicho de otra manera, forma parte de un grupo de personas. Estas constelaciones se rigen por leyes a las que Hellinger llamo: las órdenes de amor.

Ahora bien, cuando estas leyes son transgredidas se generan los conflictos, los desórdenes y los problemas internos. Todo esto se presenta en forma de patologías y discusiones familiares, y para que la vida pueda fluir tranquilamente, debe haber concordancia con uno mismo y con el sistema familiar al que se pertenece.

Si no se estás en el lugar adecuado dentro de tu constelación no puede haber un desarrollo de ti mismo, ya que se tenderá a tomar atribuciones que no son tuyas y

más aún, tratar de resolver conflictos que no te pertenecen ni corresponden. Al hacer esto lo único que sucede es que traes sufrimiento sin la solución de los problemas.

Lo que quiero decir es que, al cargar con responsabilidades que no son nuestras y no dejárselas a quien, si le corresponde, ya sea porque nos identificamos con algún miembro de la familia, o por amor queremos solucionar o ayudar, es cuando se vive lo que no te corresponde y eso es lo que acarrea el sufrimiento.

Cómo funciona el orden familiar

El sistema familiar también tiene una memoria inconsciente y constelar significa colocar a cada miembro en el lugar adecuado. Hellinger, descubrió que el sistema familiar, al igual que cualquier otro sistema, también posee su propio orden natural y cuando este se altera, los efectos no sólo se sienten en la generación posterior inmediata; sino que tiene eco en una segunda o tercera generación.

Hellinger cree que hay ciertas leyes naturales que operan para mantener el orden y permitir el libre flujo de amor entre miembros de la familia.

Las principales leyes que operan dentro de una familiar, según Bert:

- 1.- Atención, cuidado y equilibrio de las relaciones humanas entre el dar y el recibir.
- 2.- A cada uno el lugar que le corresponde; es decir, existe sólo un lugar para cada uno.
- 3.- Respetar el orden en el que se apareció en el sistema familiar; es decir, respetar jerarquías, hay lugares que hay que reconocer, dando lugar al vínculo.
- 4.- Igual derecho de pertenencia de todos los que forman parte del sistema familiar.

La solución del desorden familiar se da cuando cada uno de los miembros toma su lugar adecuado dentro de la constelación. Al hacer esto se toma control de su rol en la vida, cuida de sí mismo y evita intervenir en el destino de los demás.

Las constelaciones familiares descubren las dinámicas ocultas que han llevado al conflicto. Cuando el corazón se abre, toda la familia siente una experiencia muy profunda y en movimiento. Como si la calma por fin llegara a ese clan.

Esto significa que la constelación familiar, ayuda a entender desde otra perspectiva porque nos comportamos como nos comportamos; así como comprender el comportamiento de los otros miembros de la familia. Aclarando que esto no significa que al comprender todo sea válido dentro de la familia, lo que sucede es la comprensión de las dinámicas desde otra óptica, y desde allí se da la sanación.

Finalmente, poder agradecer verdaderamente y de manera profunda hacia nuestros padres o demás miembros del grupo, es el primer paso para sanar y tomar el lugar que nos corresponde.

De no pasar esto, las dificultades personales y los problemas en las relaciones familiares continuarán dándose.