

Material Imprimible

Curso Constelaciones familiares

Módulo Introducción

Contenidos:

- Constelaciones familiares: qué son, cuáles son sus objetivos, cómo se llevan a cabo, quiénes son las personas que participan, y cuáles son sus tipos
- Órdenes del amor

Constelaciones familiares

Las **constelaciones familiares** se enfocan principalmente en dar soluciones a los integrantes de la familia, consiguiéndoles un buen lugar dentro de su red de vínculos.

Las constelaciones familiares se disponen en la comprensión del funcionamiento organizado pero inconsciente del amor. Además la constelación tiene que ver con un trabajo personal pero desde el inconsciente, es decir, todo aquel material con el que contamos pero no podemos manifestarlo en nuestra vida ya que está “guardado” y, como lo dice su nombre, no somos consciente de ello.

Hoy en día las constelaciones nos permiten encontrar progresivamente el origen de nuestras perturbaciones a través de las sensaciones, emociones y actitudes.

Los secretos, los vínculos ocultos, las leyes y sus transgresiones que rigen nuestra dinámica familiar aparecen de pronto, permitiéndonos así “limpiarlos” de un modo simbólico con palabras o gestos. Una vez que lo limpiamos, cerramos el ciclo que ha quedado abierto y podemos empezar a sanar.

Sanar nos permite liberarnos de toda carga, emociones negativas y sentimientos poco positivos con los que contamos, sentirnos libres de peso y poder avanzar en nuestra vida cotidiana bajo una perspectiva más positiva, resiliencia y feliz, sintiendo libertad. Podemos entonces encontrar las soluciones a muchas de nuestras acciones que actualmente tienen influencia perturbadora de nuestra herencia familiar, a la vez que nos reconcilia con el alma de nuestra familia.

En un primer momento las constelaciones familiares se solían utilizar como herramienta de terapia psicológica e individual, ya que mostraban muchos aspectos esenciales de nuestro ser; y esos campos, a su vez, nos permitían desenredar los nudos de los vínculos inconscientes y equilibrar nuestras vidas personales, familiares y profesionales, sanando.

Las constelaciones familiares no son una técnica, sino un arte, el arte de sentir las percepciones más sutiles, como las del “movimiento del alma”. Gracias a ello nos transformamos en el hacedor de nuestra libertad frente a nuestro propio destino, nuestra propia realización y nuestra propia muerte.

El objetivo principal es que la persona pueda identificar las dinámicas perjudiciales inconscientes que se han establecido en su familia y las actitudes y conductas que se han generado entre sus miembros.

Por eso podemos decir que las constelaciones familiares son una herramienta terapéutica orientada a identificar el tipo de relaciones que se establecen entre los diferentes miembros de una familia, contando varias generaciones anteriores, no solo los

padres. De allí que se sabe que cada miembro de la familia actúa como el arquetipo que representa, es decir, no como la persona que es, sino como lo que representa para la persona que se constela.

La práctica de la constelación en sí permite despertar los sentimientos y emociones que están latentes en el inconsciente de la persona, para que pueda gestionarlos y reconciliarse con ciertas personas y eventos del pasado, es decir, sentimiento que actualmente no tiene, ya que no los manifiesta, pero que al estar latente influye en su vida. Lo que se hace es traer todos esos sentimientos inconscientes y latentes a la conciencia para poder aceptarlos, trabajarlos y soltarlos, mejorando la calidad de vida de nuestros pacientes.

Pero... ¿cuál es la historia de las constelaciones familiares? Podemos decir que son un método desarrollado por Bert Hellinger, un teólogo, filósofo y espiritista alemán que se formó en psicoanálisis en Viena tras abandonar la vida de sacerdote. Una vez finalizó sus estudios viajó a Estados Unidos, donde se siguió formando en dinámica de grupos y orientaciones como Gestalt, Terapia Familiar Sistémica, Programación Neuro Lingüística, Análisis Transaccional y Terapia Primal.

De estos enfoques tomó los elementos que más se ajustaban a lo que él entendía como una práctica “psicoterapéutica” terminando por desarrollar el método de las constelaciones familiares, una práctica pseudocientífica que tiene como base dos principios: el primero establece que lo que sucede en las familias pueden transmitirse de generación en generación del pasado al presente manifestándose como los problemas que tenemos hoy en día, es decir: depresión, ansiedad, hábitos insanos, etc. El segundo se refiere a que las relaciones entre los miembros familiares son el principal elemento con el que trabajar para “sanar” a la persona.

Podemos manifestar entonces que las constelaciones familiares se enfocan en el individuo en relación con su red de vínculos familiares, ofreciendo una experiencia vivencial que promueve la comprensión y la aceptación que favorecen la paz interior.

Como decía Bert Hellinger: “La familia tiene una memoria. Lo que de ella sale a la luz es un regalo para nosotros.”

¿Cómo se realiza una constelación familiar? Los Talleres de Constelaciones Familiares son una experiencia profunda y enriquecedora para todos los asistentes. Pero en primer lugar

podemos decir que pueden ser individuales o grupales. Por eso, cuando un paciente nos consulta por esta práctica debemos explicarle estas dos opciones de llevarla a cabo.

Generalmente las terapias de constelaciones grupales suelen ser más efectivas pero también requieren de mucho más movimiento emocional. Además, muchos pacientes no desean compartir sus historias y prefieren realizar las constelaciones solo con el terapeuta especializado. Ambas opciones son válidas, y siempre dependerá de la decisión del solicitante.

Podemos decir que básicamente hay 4 posiciones o lugares. Están quienes quieren constelar alguna temática propia, que puede estar relacionada con algún síntoma físico o emocional, dificultades a nivel laboral o en los vínculos, sensaciones, pensamientos o ideas que nos limitan o que nos impiden avanzar, disfunciones personales o en relación a otros.

En este caso, quien constela siempre debe contar brevemente qué lo trae, lo que le pasa, lo que siente, y con la ayuda del terapeuta van delineando cómo se comenzará la constelación. De allí que es esencial que previamente generemos un vínculo de confianza con el paciente ya que es muy importante que pueda contarnos todo lo que le sucede, lo que se guarda, para poder trabajarlo.

Sin embargo, suele suceder que lo que plantea es algo difuso, complejo, inespecífico, o simplemente es más adecuado reformularlo para que aparezca o nazca de la mayor fuerza y profundidad posible.

Quienes sean elegidos ocupan la segunda posición, que es la del representante, y simplemente irá transmitiendo qué sienten y qué cosas les van pasando en ese lugar que les ha tocado.

Es decir, el representante se encarga de, justamente, “representar” a las personas que integran la familia del consultante. Todos estos sujetos que intervienen como participantes de la segunda posición son los que generan o reproducen actitudes y emociones inconscientes que estarían relacionadas con las vivencias familiares de la persona que realiza la terapia, pudiendo sacar a la luz todo sobre el problema planteado. En esta representación la persona puede ver y hacer consciente el tipo de relaciones que se han establecido entre los diferentes miembros de su familia de una manera simbólica. De allí que el resultado de la constelación no es más que una imagen-solución de la que no se saca una conclusión definitiva, sencillamente se ve, se siente y se deja que haga su trabajo. En este momento puede haber movimientos de los sujetos, contacto físico, y

expresión de sentimientos como llanto. No obstante, no se manifestará nada desde lo verbal, sino sólo desde lo físico y emocional.

Lo ideal es que la persona que constela y el que hace de representante no se conozcan para poder ir creciendo en intensidad y el reconocimiento comience a tomar vida propia.

Bien. La tercera posición la ocupan quienes forman parte del taller pero no son elegidos como representantes en esa constelación. No obstante, son activos testigos de esa trama que se va desarrollando.

La cuarta posición es la de la persona que dirige la constelación, quien a partir de lo que va apareciendo, permite que esto que se muestra se vaya ordenando o desordenando, todo a través del habla al sujeto de la posición uno, y generando acciones con los gestos de la posición dos. Esta posición utiliza frases de acercamiento y alejamiento, siempre en función a lo que ya hemos hablado y conocido del sujeto solicitante. De allí que recalcamos la importancia de poder tener una charla previa con el solicitante para consultar bien su historia, evaluar lo que quiere constelar y conocer con la mayor profundidad posible su historia.

Luego de haber hecho las constelaciones, y teniendo en cuenta el clima general que se haya generado, el taller concluye con una meditación, una visualización, o simplemente cada cual se retira, conservando la fuerza de lo que se ha manifestado. Esto se hace con el sujeto inicial solicitante y con los actores, teniendo un principio, trama y fin, como en una narración, como en un cuento, donde no hay ni autores ni personajes primarios y secundarios, sino que son todos los participantes los que están unidos en la búsqueda de poder trabajar emocionalmente las constelaciones de un sujeto.

Es muy importante que les aclaremos que esto es una dinámica terapéutica que suele realizarse en grupos reducidos, de 5 a 12 personas, entre las que se encuentra el constelador o terapeuta que dirige la sesión. Sin embargo, como ya dijimos, en ocasiones se realizan constelaciones familiares de manera individual.

¿Saben cómo se lleva a cabo una constelación? Veamos. Se forma un círculo y uno a uno van expresándole al coordinador del grupo sus inquietudes en un periodo breve de tiempo.

Tras esta ronda, el constelador tiene que elegir a una persona y esta deberá explicar al grupo su dinámica familiar y los eventos relevantes que ocurrieron en el pasado.

Una vez que se conoce toda esta información se van a elegir a los representantes, quienes van a ser colocados en el espacio y deberán moverse por donde ellos crean, dejándose guiar por una “fuerza” que no es suya propia, sino del “alma” del familiar que está representando y ha entrado en él.

Entonces, como dijimos, el ritual consiste en representar a los miembros de la familia de la persona que constela mediante la colaboración de las personas del grupo, cada uno representando a un familiar vivo o muerto incluyendo al cliente, y pudiendo aparecer los elementos abstractos que sean necesarios, como por ejemplo la representación de la muerte, de un cáncer, o aquello que el constelador considere relevante.

Seguirán el dictado de su cuerpo. Sin emoción ni intención. En completo silencio cada uno de los representantes puede cerrar los ojos, como para estar totalmente relajados y a partir de ese momento sólo escuchan sus sensaciones.

En alguna ocasión, cuando su guía así se lo indique, podrán decir lo que están sintiendo sin ninguna emoción, de un modo neutro, y se verá entonces el efecto de esa información sobre los demás representantes.

Cuando las emociones se ponen a flor de piel no se aconseja suspender la sesión, salvo que el paciente se sienta muy mal o manifieste alguna consecuencia física, que en algunos casos puede pasar cuando las emociones son muy fuertes.

Una cuestión a tener en cuenta es que cuando la dinámica es de forma individual se puede hacer mediante muñecos, objetos y papeles, o también imágenes y fichas que simulan ser cada una las personas que integran la familia y con quienes uno quiere constelar.

Bien. Una vez que el representante termina de moverse y encuentra un sitio en el que quedarse, el constelador le preguntará por las sensaciones corporales y emocionales que les produce ese lugar, para así verbalizar lo que conocen como “frase sanadora”. Esto se hace con cada familiar representado y tiene el objetivo de sanar el “alma” del familiar logrando la reconciliación de las partes implicadas. Un ejemplo de esta frase puede ser “te has ido cuando más te necesitaba y aún siento que te necesito” o “en tus acciones no voy a intervenir, los respeto y no te juzgo”.

Finalmente se llega a la “solución”, donde el cliente debe tomar el lugar de su representante para observar la imagen de su familia y así adquirir un nuevo grado de comprensión o perspectiva proporcionada por la reflexión y representación grupal.

Cuando la persona solicitante llega a esta imagen, el constelador ya está en condiciones de poder enseñarle sobre los lazos familiares que se han dado en su familia y, con ese nuevo conocimiento, poder encontrar un fin o una solución para desatar los nudos a sus problemas.

Por lo dicho es que podemos manifestar que de la eficacia de la sesión se responsabiliza enteramente al sujeto que constela debido a que ha sido capaz de extraer el significado oculto del ser, del alma, y de allí va aprendiendo de él o bien todo lo contrario: él es responsable de no haber hallado la solución sin importar en ningún momento la actuación del constelador.

Es decir, el sujeto que va a constelar es el único responsable por su sanación interna. De allí que el orientador o terapeuta solo indica y otorga herramientas prácticas para que el sujeto alcance la paz interior y llegue a sanar resolviendo sus conflictos familiares y solucionarlos mediante sus recursos.

No obstante, a veces esta imagen-solución se puede reinterpretar dependiendo de lo que se quiera sanar y desde una diferente percepción en función a la importancia de que él se haga responsable de su propia vida.

Acá podemos decirles que es esencial que el foco se ponga en uno mismo, ya que a veces la constelación puede verse dificultada por falta de desarrollo de un recurso propio, como por ejemplo, la confianza en uno mismo, o de un comportamiento disfuncional caracterizado por la falta de responsabilidad, entonces una constelación familiar puede no ser la herramienta más adecuada para la persona.

Incluso a veces se podría llegar a confundir porque siempre se pone el énfasis en los conflictos de su red familiar en lugar de ponerlo en sí mismo. En este caso podría quizá ser más útil enseñar a que el sujeto pueda aprender a desarrollar sus recursos personales para aumentar su capacidad de “digerir” un trabajo personal, y de allí el mismo es el que va a ir entrenando su responsabilidad y los recursos que le van a permitir interpretar cada situación de dificultad, vivida y por vivir, desde una perspectiva más eficaz y más funcional para su vida.

Sin embargo, sabemos que existen limitaciones, y una de las principales que se podría presentar en las constelaciones familiares es que las personas crean que haciendo una

sesión sus problemas desaparecerán o que se queden en la fase de hacer constelaciones, procesando duelos, escribiendo cartas, etc., sin pasar a la acción consciente.

Aquí no hay magia, nadie va a solucionar los problemas del sujeto si no es él mismo quien quiere sanar y buscar su paz interior. De allí que les recomendamos que siempre en la primera entrevista lo hablen con el paciente, puesto que él es el único responsable de su sanación. El cambio siempre es de adentro hacia afuera.

Y cuanto más profundo es el cambio, más tiempo cuesta ver el resultado, pero las transformaciones profundas requieren tiempo. Rápidamente la persona podrá observar pequeñas variaciones en su comportamiento y en el de los que le rodean... pequeños y sorprendentes.

Con las constelaciones familiares una persona puede volver a la búsqueda de sus ancestros, sus antepasados, amar aun si no los ha podido conocer. Sepan que ellos están ahí esperándonos a cada uno de nosotros, quieren que nos animemos a conectarnos con ellos, con su vida, con su dolor, y que puedan sanar.

Una cuestión importante a tener en cuenta es que las constelaciones siempre se pueden realizar a pesar de que estemos a muchos kilómetros de nuestros padres biológicos, aunque no los conozcamos, o aunque no sepamos sobre nuestros ancestros o padres. Nos guste o no, somos el fruto de nuestra familia. Estamos hechos con las células de todo nuestro sistema familiar biológico.

A veces tenemos la idea de que somos independientes y libres, y de que somos capaces de decidir independientemente sobre nuestro destino. Sin embargo, a través de este trabajo de las constelaciones familiares podemos ver cómo estamos intrincados en la vida de los demás, y de todo el mundo.

Sepan que si algún familiar vivió algo dramático o injusto, dicho sufrimiento está vinculado a ustedes por el "campo morfogenético" de la familia para que con la vida de ustedes compense la desgracia. Es por eso que pensamos que estamos atrapados en una problemática de la que pensamos que no podemos salir.

Por ejemplo, si existe un crimen no asumido por parte de una persona, varias generaciones volverán a vivir la energía del crimen con fracasos, accidentes, enfermedades, suicidios o asesinatos, exclusiones de personas de la familia, abortos espontáneos o deseados, fallecimientos, duelos. Es decir, las víctimas olvidadas o eliminadas serán representados por descendientes que vivirán lo mismo que vivieron los olvidados.

Como dijimos anteriormente, en constelaciones familiares se trabaja con nosotros mismos y también nuestra red familiar. Estas parten de la idea de que toda familia se encuentra conectada gracias a una red familiar llamada “alma familiar”, que es la que se encarga de unir a todos los miembros de la familia, incluyendo a los que pertenecieron a generaciones pasadas, sin importar cuantas.

Gracias a esta red que nos mantiene constantemente unidos se pueden transmitir ciertos conflictos y tensiones que ocurrieron en el pasado y terminaron provocando en el presente un malestar al que le queremos dar solución.

Pero... ¿cuáles son esos conflictos que sucedieron en el pasado y ahora están generando un problema? Nos preguntamos esto porque nosotros desconocemos qué le ha sucedido a quizá alguna bisabuela, o tatarabuelo. Como lo explicamos, una vez se identifican dichos problemas, la forma de abordarlo es mediante la representación de la familia a través de la simulación de roles.

Un punto que tenemos que tener en cuenta es que los participantes aseguran experimentar una satisfacción y felicidad muy grande una vez han terminado la constelación, lo que ayuda a entender por qué se está expandiendo tan rápidamente esta dinámica terapéutica. Sin embargo, pero esto no es suficiente para demostrar su validez y eficacia terapéutica.

Lo cierto es que no hay estudios dedicados a validar sus constructos teóricos y su método, al igual que carece de un modelo explicativo realista. Los argumentos que dan los practicantes de esta metodología para defender su uso se basan en las experiencias que tienen los clientes al finalizar las sesiones y los libros escritos por Bert Hellinger, nada más. Se desconoce la forma en la que se interpreta lo que sucede en el escenario y lo que le pasa internamente a la persona que consulta. Solo podemos observar si expresa algún sentimiento, como tristeza, llanto, risas, sonrisas, ira, etc., porque es la propia persona quien debe hacerlo a través de las ideas que le transmite el director de la sesión.

Es decir que científicamente no podemos saber qué es lo que pasa con el sujeto, ya que como dijimos, toda esta terapia forma parte de mecanismos exclusivamente internos de la persona, que le permite aprender, atravesar el dolor y liberarse del mismo, pero siempre experimentando emociones en función a las causas.

Así y todo, como dijimos, una de las principales razones por las que las personas piensan que las constelaciones son eficaces es por las emociones que son generadas una vez ha terminado la sesión. Cuando la persona toma el papel de su representante para comprobar qué lugar tiene en su familia suceden varias cosas. Estas emociones hacen

sentir a la persona que ha encontrado una solución a su problema y se ha resuelto, y lo que sienten es alivio, desahogo, calma, es decir, sienten emociones que generalmente son positivas. No obstante, el sentirlas no es sinónimo de que el “problema” esté solucionado.

Es ahí donde los terapeutas deben explicarle al sujeto que las constelaciones producen alivio, la sensación de que se ha desahogado contando un problema que no sabrá mucha gente, de sentirse escuchado por una persona que afirma ser capaz de resolver esos problemas pues lo ha hecho con más personas, el presentimiento de que al ver el problema desde fuera ha tomado una nueva visión de su familia y, por lo tanto, una nueva forma de resolverlo.

Les damos un ejemplo para que se comprenda mejor. María está atravesando un mal momento en su vida y lleva un tiempo triste. Un día se encuentra con una amiga y le cuenta todo lo que le está pasando, y una vez que termina, se despiden, y es ahí cuando María se siente mucho, ya que puedo contarle a alguien todos sus problemas, es decir, María se siente aliviada y más tranquila.

En este ejemplo se da el mismo proceso que en la constelación: la persona, al exteriorizar el problema, se regula emocionalmente, se siente más tranquilo y aliviado, pero esto no significa que se haya solucionado la causa que genera el malestar, sino que solo se han reducido las consecuencias que tiene, o sea, todas las emociones negativas.

La amiga de María no le soluciona sus problemas, sino que María, luego de afrontar y vivenciar, puede estar más tranquila y darse solución a su problema. Es por eso por lo que parece que funcionan las constelaciones, porque eliminan el malestar y hacen que la persona se sienta más tranquila, aunque no trabaja la causa del malestar.

Es por eso que podemos decir que las constelaciones funcionan bien a corto plazo porque reducen el sufrimiento, pero a largo plazo resultan ineficaces, pues no tratan el problema.

De todo lo aprendido anteriormente podemos decir que el constelador no tiene nunca el control del problema, no es capaz de solucionarlo, simplemente pone parches para aliviar el sufrimiento.

Posteriormente puede suceder que el problema se solucione por otros medios, ya sea porque al final la persona solo necesitaba hablarlo con alguien, o porque pone en marcha, una vez que se encuentra más tranquilo, una serie de comportamientos que lo ayudan a estar mejor.

Y es en este momento donde la persona que hizo la constelación puede tomar dos caminos: Pensar que la constelación funciona y volver, o pensar que esto no le ha servido de nada ya que su situación no mejoró.

Si decide tomar el primer camino, al final se creará un círculo vicioso, ya que ir a una constelación solo porque uno se encuentra mal, solo va a conseguir aliviar el malestar durante un tiempo hasta que nos volvamos a encontrar mal. Y si se elige el segundo camino, claramente es porque la persona no estaba en condiciones emocionales de realizar dicho ejercicio; quizá fue porque le aconsejaron pero en el fondo no quería hacerlo.

Asimismo podemos decir que todos tenemos ciertas características psicológicas que nos pueden inclinar a un lado u otro de la balanza para tomar la decisión de hacer o no a una constelación. ¿Qué queremos decir con esto? que por ejemplo, si eres una persona muy espiritual, con un pensamiento mágico a la que le gusta el ocultismo, la magia, y que cree que los problemas de la vida son intrincados, complejos y permanecen ocultos a uno mismo, lo más probable es que creas que las constelaciones funcionan de verdad, ya que la forma de hacer terapia puede coincidir con tus creencias y expectativas.

Pero si, por el contrario, no eres una persona muy espiritual, no crees en la magia, espíritus y piensas que quizás unas cuantas personas simbolizando a tu familia no pueden representar tu historia familiar, lo más probable es que pienses que las constelaciones no son para vos y decidas buscar ayuda profesional en otros lugares más acordes a tu idea de qué es y no es una terapia.

Una pregunta fundamental que podemos hacernos es ¿cómo comportarse después de las constelaciones familiares? Y la respuesta es que las constelaciones actúan siempre cuando uno las deja exactamente de la manera en que las vio. Esta es una imagen espacial y atemporal, de las profundidades, y tiene su fuerza cuando uno lo deja tal cual, ya que cualquier discusión sobre su contenido destruye la imagen.

Hay que dejarse fluir, acompañar y permitir que nos acompañen. Los resultados están, es simplemente abrirse a poder recibirlo y querer lograrlo. Por eso, la voluntad y la paciencia juegan un rol esencial.

La persona misma tampoco debe actuar inmediatamente. Así no funciona. La imagen tiene que descansar en su alma. A veces durante mucho tiempo, quizás medio año o más. Y uno no hace nada para cambiar, puesto que las imágenes ya actúan, simplemente están, y al cabo de un tiempo en el alma se reúne la fuerza necesaria para hacer lo

correcto. Aquello que es correcto y bueno será diferente de lo que uno ahora acaba de ver.

El alma de la persona sabe mucho más todavía y al final uno sigue a su propia alma y así tiene la plena fuerza. Por tanto, no sigue ni al terapeuta ni tampoco a esta imagen. Uno sigue a su alma, sigue su espíritu, sigue a sí mismo, es un proceso exclusivamente interno. Pero esta imagen ha impulsado algo en su alma que posteriormente hace posible el actuar.

Como dijimos, las sanaciones son solamente de uno mismo, y el resultado es para uno, no para el terapeuta ni para los demás.

Órdenes del amor

Bert Hellinger establece que las Constelaciones Familiares nos aportan “los Órdenes del Amor” como herramienta de comprensión sistémica de las dinámicas personales, familiares y organizacionales.

Él apunta a la sencillez y profundidad del trabajo y a lo universal de los vínculos humanos, entendiendo por orden a las leyes que dirigen nuestra conducta y nuestros sentimientos.

Estos **Órdenes del Amor** sostienen la idea de que el amor crece y florece dentro de un orden que da a cada miembro de la familia o del sistema un lugar de dignidad y respeto; así se observa que cuando algún miembro tuvo una suerte trágica, fue olvidado, excluido o menospreciado, cuando se producen injusticias o desequilibrios entre el dar y el tomar, puede tener repercusión e implicaciones en generaciones posteriores de forma inconsciente.

Es decir, los “órdenes del amor” se refieren a las reglas que se mantienen en los sistemas, principalmente familiares, a lo largo del tiempo, aunque sus miembros crezcan y/o vayan cambiando, ya sea por nacimientos, muertes, parejas que se forman o se rompen, etc. Cuando no respetamos estas normas, se rompe el orden y el equilibrio del sistema, lo que puede convertirse en origen de conflictos o patologías a nivel psíquico, físico o de relación.

El primero de estos órdenes es el de pertenencia. Todos los miembros de un sistema tienen pleno derecho a pertenecer a él, tanto los que están como los que ya se han ido. Todos aquellos que en algún momento formaron parte del sistema tienen su sitio. La exclusión o falta de reconocimiento de alguno de ellos causa un desequilibrio en el

sistema, que se encargará de reincluirlo en alguna generación posterior en forma de enfermedad o limitación para alguno de los otros miembros del sistema.

El segundo es el orden de jerarquía, y se refiere a que los que llegaron antes tienen prioridad sobre los que llegaron después y así es como han de ser reconocidos, y se crea desequilibrio cuando los que llegaron después intentan ocupar el lugar de algún miembro que llegó antes, o cuando los miembros mayores no son capaces de mantener su lugar de prioridad. Sin embargo, así como los primeros que llegan tienen prioridad sobre los nuevos en el sistema en cuanto a reconocimiento, si hablamos de atención y cuidado el orden se invierte.

Y es que ese tercer orden del que nos habla Hellinger es el de la necesidad de compensación entre el dar y el tomar. Y aquí hay que tener en cuenta que sólo puede haber equilibrio en las relaciones entre iguales, ya que los mayores y los que llegaron antes dan y los pequeños y los que llegaron después toman. Y es aquí donde se produce esa compensación entre el dar y el tomar: nos dejamos cuidar por los que nos recibieron y cuidamos y atendemos a los nuevos del sistema. Sólo así se mantiene el equilibrio.

Según Bert Hellinger, todos estamos vinculados con todos y con todo. Todo sirve a la vida y al amor. Todo existe junto con su contrario. La máxima energía reside en la reconciliación de los opuestos. El bien y el mal no existen en sí, la buena conciencia es la faceta más negra del ser humano. La imperfección de la existencia es la puerta abierta a la creatividad.