

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

Constelaciones Familiares y educación integral

Mirar para liberar

LOURDES DE QUEVEDO OROZCO

 Horizontes
Educativos

Constelaciones Familiares y educación integral. Mirar para liberar, presenta los fundamentos filosóficos del método de Bert Hellinger bajo la luz de los cuatro pilares de la educación para el siglo XXI definidos por la UNESCO: Aprender a ser, Aprender a conocer, Aprender a hacer y Aprender a convivir. Lourdes de Quevedo Orozco construye un puente de reflexión para unir los pilares educativos con el método de Constelaciones Familiares desde el paradigma de la educación integral.

Dirigido a las personas interesadas en mejorar las relaciones humanas en los sistemas sociales y, en particular, en la educación, la autora invita a conocer los fundamentos de este método para aplicarlo en los espacios educativos a fin de encontrar respuestas adecuadas, posibles y necesarias a las expresiones violentas que se presentan cada vez más en las escuelas. Los lectores encontrarán en estas páginas las preguntas esenciales de la filosofía de vida o de acción que definen estas intervenciones.

En Europa y en Latinoamérica, las instituciones educativas que promueven su aplicación –con apoyo de la pedagogía sistémica–, crean ambientes más seguros a partir de una modificación de miradas y comportamientos de estudiantes, docentes, directivos y personal de apoyo, debido a que las Constelaciones Familiares producen cambios de conciencia y, con ello, mejoran significativamente la interrelación humana.

El presente libro es una invitación a conocer los principios básicos de este método y a mirar para liberar el potencial humano, en aras de ampliar la conciencia, meta fundamental de la educación integral.



Horizontes
Educativos

Constelaciones Familiares
y educación integral
Mirar para liberar

Lourdes de Quevedo Orozco



UNIVERSIDAD
PEDAGÓGICA
NACIONAL

Constelaciones Familiares y educación integral. *Mirar para liberar*
Lourdes de Quevedo Orozco

Primera edición, enero de 2020

© Derechos reservados por la Universidad Pedagógica Nacional
Esta edición es propiedad de la Universidad Pedagógica Nacional, Carretera al Ajusco 24,
col. Héroes de Padierna, Tlalpan, CP 14200, Ciudad de México
www.upn.mx
Esta obra fue dictaminada por pares académicos.
ISBN 978-607-413-331-8

HM701

Q4.2

Quevedo Orozco, Lourdes de
Constelaciones Familiares y educación integral : mirar
para liberar / Lourdes de Quevedo Orozco. -- México :
UPN, 2020

1 archivo electrónico (128 p.); 1.5 MB; archivo PDF. –
(Horizontes educativos)

ISBN 978-607-413-331-8

1. SISTEMAS SOCIALES 2. EDUCACIÓN INTEGRAL
3. RELACIONES INTERPERSONALES I. t. II Ser.

Queda prohibida la reproducción parcial o total de esta obra, por cualquier medio,
sin la autorización expresa de la Universidad Pedagógica Nacional.
Impreso y hecho en México.

AGRADECIMIENTOS

Quiero agradecer al Instituto de Estudios Superiores Sowelu y a su Centro de Constelaciones Familiares haberme introducido en la educación emocional desde la lógica del pensamiento sistémico.

Escribí este libro luego de formarme como consteladora familiar y terapeuta corporal, y de diplomarme en la Formación Internacional en Trabajo con Trauma.

En cada clase y con cada uno de los formadores profesionales (nacionales e internacionales) dentro y fuera de la Maestría en Soluciones Sistémicas Sociales, viví la experiencia de ser mirada y tratada como un legítimo ser integral, en interacción con los sistemas que me conforman y en los que participo. Gracias a todos por mostrarme que la acción refrenda a la palabra. Fundada en la fe y en la confianza, en uno mismo y en el otro, esa acción crea seguridad.

Quiero agradecer especialmente a la maestra rectora del instituto y fundadora del centro, Ingala Robl, quien es pionera en México en enseñar el método de intervención desarrollado por Bert Hellinger e introducirlo en distintos ámbitos: salud, familia, organizaciones, educación y sociedad. Ingala (como familiarmente le llamamos alumnos y colegas) nació en Checoslovaquia y se educó en Alemania y en México. Con entrega y pasión dedica su tiempo a la verdadera tarea educativa que es cambiar el mundo a través de

cambiar conciencias. Ingala Robl, soy afortunada de nuestro encuentro, con tus intervenciones me he colocado en el presente con paz y equilibrio.

También quiero agradecer a los estudiantes que he atendido en mi acción docente, a su compromiso para explorar el aprendizaje de manera vivencial, por así mostrarme claramente que el salón de clases es un espacio de encuentro de seres humanos y no un lugar meramente instruccional.

Estoy profundamente agradecida con la Universidad Pedagógica Nacional por seguirme brindando oportunidades de desarrollo profesional. Su gran apoyo hace posible esta publicación. A la subdirectora de Fomento Editorial, Mayela Griselda Crisóstomo Alcántara, gracias por los sabios consejos; a Armando Ruiz Contreras, por el cuidado en la corrección de estilo; a María Eugenia Hernández, por la formación del texto; a Angélica Fabiola Franco González por ilustrar con una bella foto de su colección la portada de este libro; y a Manuel Campiña Roldán por el diseño de la misma.

Un libro conjuga generosidades. Gracias a Víctor del Palacio por ceder los derechos de las bellas fotografías que acompañan mis reflexiones.

A mi familia, amigas, amigos y colegas, es una alegría ser parte de sus vidas.

Y a todos los maestros que, de manera formal e informal, dedican sus intervenciones a descubrir el potencial humano, muchas gracias.

El cúmulo de intercambios nos enriquece. Por él sé que educar es un acto de amor.

*A mis padres y a mis ancestros
por la vida.*

*Al infinito amor
que mueve sin confusión
los hilos de la vida
donde me dejo estar.*

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	11
--------------------	----

CAPÍTULO I

COMPRENDER	19
¿Qué es el ser humano del siglo XXI?	23
Aprender a ser y la biología del amor	24
Bases filosóficas de Constelaciones Familiares	28
Filosofía perenne y existencialismo.....	31
Filosofía aplicada.....	34
Cuento <i>La historia del hacedor de lluvia de Kiaochau</i>	37

CAPÍTULO 2

SELECCIÓN DE LA MIRADA	39
Aprender a conocer el ser integral.....	40
Espíritu	44
Alma.....	49
Conciencia.....	52
Cuerpo	58
Realidades: manifestada y fundamental.....	64
Cuento tomado del <i>Chandogya Upanishad</i>	67

CAPÍTULO 3	
AMPLIACIÓN DE LA MIRADA	69
Aprender a hacer: camino fenomenológico del entendimiento	73
¿Qué son las Constelaciones Familiares?	77
Ver	80
Observar	81
Mirar	85
Órdenes del Amor	89
Cuento <i>El más pequeño de los dioses</i>	96
CAPÍTULO 4	
HORIZONTE DE LA MIRADA	99
Cambio de paradigmas	101
Aprender a convivir en la educación integral	105
Educación integral y pedagogía sistémica con el enfoque de Bert Hellinger	112
Cuento <i>El constructor de instrumentos</i>	116
REFLEXIONES FINALES	117
REFERENCIAS	121

INTRODUCCIÓN

Para ser libre, hay que querer ser libre.

*Los pájaros nacidos en jaula
creen que volar es una enfermedad.*

Alejandro Jorodowsky



¿En qué radica la profundidad de la mirada humana? Constelaciones Familiares (CF) explora esta pregunta con un método de intervención individual o en grupo, para que la persona descubra su participación inconsciente en las dinámicas sistémicas que le impiden estar plenamente aquí y ahora.

Aplicado exitosamente en espacios educativos en Europa y América Latina,¹ este método ha contribuido a explicar y a resolver comportamientos de la llamada generación C (*Connected Generation*), cuyas interacciones sociales se dan a través de internet y que, dentro y fuera de determinados lugares, en este caso, el salón de clases, viven y conviven con fenómenos como: acoso escolar o *bullying*, síndrome del docente agotado o *burn-out teacher*, fracaso escolar, trauma social, entre otros.

Mirar con este método ayuda a desaprender el uso y abuso de juicios de valor y de falsas creencias arraigadas en el pensamiento condicionado, así como a liberarse de implicaciones con el sistema ancestral² para potenciar las propias capacidades.

La profundidad y la ampliación del horizonte de la mirada van creciendo paralelamente a las acciones dinámicas que ocurren en el espacio de trabajo de una constelación, denominado técnicamente campo del saber, campo de memoria o campo de información, donde se desarrolla un proceso creativo que clarifica y pone en equilibrio ser, espíritu, conciencia, alma y cuerpo.

Desarrollado por el teólogo, pedagogo, psicólogo y filósofo alemán, Bert Hellinger, este método –también llamado Configuraciones Sistémicas Sociales– ha renovado el sentido de vida y de existencia de un gran número de personas en el mundo. Hellinger nombra a sus intervenciones *asesorías de vida* y las define como *filosofía en acción*. En sus presentaciones afirma: “para crecer hay que mirar”. En ese crecimiento se da una nueva percepción que abarca a todos y nace de los movimientos del alma y del espíritu. Él afirma (2007b, p. 79), “En esa contemplación algo en mí mira a través de mí”. Ese algo –como explicaré en este trabajo– es energía que emana de una conciencia mayor.

¹ La pedagogía sistémica con el enfoque de Bert Hellinger se aplica en México, España, Argentina, Colombia, República Dominicana y Venezuela.

² El sistema ancestral está conformado por las generaciones anteriores a los padres. En CF se utiliza la visión transgeneracional para revisar los enredos de los sistemas ancestrales.

Quizá en el ámbito de la academia, al leer lo anterior surjan dudas sobre la validez científica de estas afirmaciones. Sin embargo, sabemos que ver es el acto epistémico que ha puesto los cimientos de la ciencia, basada en la supuesta objetividad que, durante siglos, excluyó las intenciones del observador y su influencia en el comportamiento de lo observado, como lo demostró la física cuántica.

La visión de Bert Hellinger tiene su principal fundamento en la filosofía, disciplina que lamentablemente ha sido excluida de la educación básica. Frente a este vacío curricular cabe formular las siguientes preguntas:

- ¿Cómo estamos percibiendo al ser humano en nuestro sistema educativo?
- ¿Cómo le enseñamos a mirarse a sí mismo y a sus congéneres?
- ¿Cómo aprende a mirar su mundo?

La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO), elaboró, a través de una comisión internacional, conformada por un grupo de especialistas coordinados por Jacques Delors, el informe *La educación encierra un tesoro*, que contiene los denominados Cuatro pilares de la educación del siglo XXI:

- Aprender a ser
- Aprender a conocer
- Aprender a hacer
- Aprender a convivir

Ser, conocer, hacer y convivir son acciones que requieren de una reflexión filosófica profunda ante los problemas actuales que plantean la urgente necesidad de resolver, desde la educación, lo que señala el pacifista Prem Rawat: “Tenemos que recuperar la humanidad para nosotros los seres humanos. Y hasta lograrlo, la locura de este mundo y las tragedias no disminuirán. Es eso lo que nos falta”.

CF propone, con la aplicación de su método, un ver y un actuar filosófico e integral, cuyo fin es promover cambios de conciencia que contribuyan a conocer el ser auténtico en interacción, a fin de armonizar la relación con uno mismo, con los seres humanos y con la vida.

Es propósito de este libro describir el método de CF, bajo la luz de los cuatro pilares mencionados, a fin de reconocer sus aportaciones en el ámbito educativo. Para ello he desarrollado los capítulos que conforman esta obra, cuyo contenido resumo a continuación:

En el primero, titulado Comprender, planteo la pregunta: ¿qué es el ser humano del siglo XXI? Presento el patrón de comportamiento del siglo XX, reproducido en el XXI, así como sus síntomas más evidentes. Para definir al ser humano recurro a la teoría de la biología del amor e introduzco algunos principios generales de la filosofía perenne y del existencialismo que, desde mi percepción, fundamentan la filosofía aplicada de CF. Sobre estas bases busco crear puentes de comunicación entre el pilar educativo Aprender a ser y el uso del método de Bert Hellinger.

En el capítulo dos titulado Selección de la mirada, profundizo en el Aprender a conocer el *ser integral* y me baso en tres conceptos filosóficos de la realidad fundamental: espíritu, alma y conciencia. Ellos son puntos cardinales del método de CF para identificar las dinámicas inconscientes que enredan a las personas.

En el tercer capítulo, Ampliación de la mirada, me centro en el proceso educativo de Aprender a hacer *en una Constelación Familiar*. Describo el método en sus distintos niveles: ver, observar y mirar; y explico las leyes que dan orden y hacen fluir al amor.

En el último capítulo titulado Horizonte de la mirada, me detengo en el último pilar: Aprender a convivir *en la educación integral*. Presento un breve recuento del cambio de paradigmas y reviso conceptos clave en la educación: inteligencia, atención, concentración, aprendizaje. Describo los principios fundamentales de la educación integral u holista y explico la pedagogía sistémica con el enfoque de Bert Hellinger.

Finalmente, presento un apartado de reflexiones finales. Cierro cada capítulo con un cuento, a manera de metáfora del contenido. Lo hago con el mismo propósito que llevó al etnólogo y filósofo estadounidense, Gregory Bateson a decir que las personas creamos y protagonizamos nuestra propia metáfora existencial. En estos cuentos –como dice Nick Owen (2003) en su antología–, posiblemente, el lector encuentre reflejos de su alma, o bien, le sean útiles para reenfocar la propia historia y darle un cambio de perspectiva. También los introduzco como puentes que acortan la distancia entre teoría y experiencia.

Dirijo este trabajo a quienes se interesan en el método de CF como estrategia de intervención en procesos de aprendizaje, ya sea educativos, familiares, organizacionales, comunitarios, entre otros. Aunque los propósitos son didácticos, quiero aclarar que no ofrezco técnicas para su aplicación. Existe una buena cantidad de literatura enfocada hacia este fin. Vincular el método de CF con la educación es mi propósito. Me mueve el deseo de revalorar la mirada en los procesos de aprendizaje que tienen como objetivo potenciar el crecimiento humano a través del cambio de conciencia.

Invariablemente, quienes nos dedicamos a la educación nos planteamos una pregunta aparentemente sencilla: ¿hacia dónde dirigir nuestras acciones ante la actual crisis de valores?

El maestro espiritual Jiddu Krishnamurti (1895-1986), se percató, en la década de los setenta, de una situación que prevalece hoy en día, cuando dijo:

¿Qué va uno a hacer en un mundo que es en realidad espantoso, brutal; un mundo en que hay tal violencia, tal corrupción; en el que importa enormemente el dinero, dinero, dinero, y en que uno está dispuesto a sacrificar a otro al buscar poder, posición, prestigio, fama; donde cada hombre quiere o se esfuerza por afirmarse, por llenar un cometido, por ser alguien? ¿Qué va uno a hacer? ¿Qué va a hacer usted? (Krishnamurti, 1973, p. 75).

Fue en los cursos intersemestrales promovidos por el Centro de Atención a Estudiantes (CAE) de la Universidad Pedagógica Nacional (UPN) Unidad Ajusco, donde apliqué el método de CF en el ámbito educativo y encontré respuestas a mis dudas. En estas intervenciones me propuse desarrollar el potencial humano para liberar al estudiante:

- de la razón instrumental, a través de vivir una experiencia pedagógica-espiritual que integra ser, alma y cuerpo;
- del pensamiento dual, generador de conflictos, a través de acciones que conduzcan a la reconciliación y a la paz;
- del miedo a la incertidumbre (fuente de ansiedad y sufrimiento), con el fin de recuperar el recurso de la confianza;
- de la cerrazón del *debería ser* o *tendría que ser*, lo que significa cargar abrumadoramente de responsabilidad y asentir a *lo que es* para fluir con el movimiento de la vida.

Si en la acción docente coincidimos en esta dirección, quizá surja un diálogo inter e intrapersonal que ayude a esclarecer el rumbo de los cambios en el contexto de la crisis actual, manifestada en violencia escolar y desconfianza social.

Hoy más que nunca necesitamos hacer posible lo que Pierre Teilhard de Chardin expresó con gran belleza: “Llegará el día en que después de aprovechar el espacio, los vientos, las mareas y la gravedad; aprovecharemos para Dios las energías del amor. Y ese día, por segunda vez en la historia del mundo, habremos descubierto el fuego”.

Chardin habla de la fuerza del amor como guía de la inteligencia humana. Concepto que se aleja del sentimentalismo ramplón, del emocionalismo catártico o de la religiosidad moralista. En CF, el concepto de amor es columna vertebral de su filosofía en acción.

En un deseo por comprender mejor las palabras de Chardin, encuentro un pensamiento de Alejandro Jodorowsky: “La confianza es la mayor inteligencia”. Cultivarla en las escuelas requiere de un conocimiento integral de la persona para que ésta reconozca y use sus propios recursos en el vivir y en el convivir armónicos. CF lo posibilita.

La imagen de un gran corazón para ilustrar la integridad del ser es actualmente un *cliché*. Sin embargo, al resignificarla desde la filosofía de CF, ese corazón que late mecánicamente, guiado por las intenciones de la razón instrumental, puede despertar y reconectarse con la energía del amor, y, desde ahí, mirarse y mirar a los demás.

CF sintoniza con el propósito que mueve al amor: sostener la vida y producir la alegría de vivirla. Es un método que, con sentido ético y estético, orienta hacia la experiencia de un cambio de conciencia basado en la fuerza espiritual que conforma la verdadera naturaleza humana. La trascendencia de ampliar la conciencia es subrayada por los siguientes dos autores. El primero es doctor en física teórica, Fritjof Capra, quien dijo: “Varios físicos afirman que la conciencia podría ser un aspecto esencial del universo y que, si persistimos en excluirla, podríamos impedir una futura comprensión de los fenómenos naturales” (Capra, 1982, p. 105).

El segundo es doctor en medicina y en filosofía, psiquiatra, psicoanalista y pionero de la terapia familiar, Helm Stierlin, para quien:

Las crisis de la institución de la familia y la de nuestro planeta como hogar de los seres humanos probablemente están interrelacionadas en sus destinos. Esta interrelación se observa, sobre todo, en el hecho de que si la humanidad quiere sobrevivir en su conjunto, es urgente que se produzcan cambios en los niveles más diversos pero interconectados entre ellos, como, por ejemplo, cambios de la conciencia, cambios en la administración de los recursos naturales cada vez más escasos, y cambios en el trato de los seres humanos entre ellos (Stierlin, 1997, p. 25).

Constelaciones Familiares y educación integral. Mirar para liberar es un libro de contenido humano y filosófico. Surge en medio de la crisis por la que atraviesa la educación formal e informal. Apuesta para que la actual inercia burocrática vivida por el sistema educativo se transforme mediante la adopción de procesos experienciales, vividos y reflexionados, que ayuden a recolocarnos en la convivencia, a

remontar el conflicto víctima-victimario y asentir a la responsabilidad de cada uno en conciencia.

Todo cambio merece observarse en perspectiva. La filosofía nació hace 2 500 años. Breve es nuestra historia humana (100 000 a 50 000 años) comparada con la del cosmos³ (de 7 000 a 20 000 millones de años)⁴ y con la de la Tierra (5 000 millones de años). Una vida, con todas sus crisis⁵ no es visible en el espacio cósmico. Sin embargo, en el gran acontecimiento que es vivir, existe la posibilidad de sintonizarla y hacerla resonar en el amor.

La educación, desde mi experiencia, vibra en este campo amplio y profundo avivado por el fuego mencionado por Chardin, el cual da sentido y significado al subtítulo de este libro: *Mirar para liberar. Mirar todo aquello que obstruye la confianza para liberarlo* y así fluir con la energía creadora de vida, fuente de crecimiento.

³ La palabra *cosmos* en griego significa orden.

⁴ Datos tomados de Morin (1973, p. 10). Todas las cifras, incluida la de 7 000 millones de años, son proporcionadas por Morin. Los estimados de 7 000 a 20 000 millones de años son tomados de Stephen Hawking.

⁵ El ideograma chino de *crisis* está compuesto de dos signos básicos o dos raíces: uno de ellos significa “peligro” y el otro “oportunidad” (Groft, 1993, p. 31). La noción de crisis o confusión tiene que ver con la falta de un lenguaje que permita un ordenamiento diferente del mundo experiencial (Foerster, 2006, p. 104).

CAPÍTULO I
COMPRENDER



*Como dos pájaros de oro parados en la misma rama, el ego
y el Ser coexisten, uno come de los placeres y penas
de este mundo; el otro, observa con desapego.*

Declaración Upanishad

Las sociedades urbanas del siglo XXI viven, en su mayoría, aprensadas por el miedo, con todas las consecuencias que esto acarrea a la

salud humana. Una de las expresiones características de este fenómeno es el sufrimiento, manifestado en síntomas y enfermedades que comenzamos a aceptar como “naturales”.

Digo “en su mayoría” porque hay un lugar en el planeta, el valle del río Hunza, en la frontera de la India y Pakistán, donde los habitantes viven hasta 120 años, casi nunca enferman y conservan una apariencia juvenil. Entre sus secretos está la alegría o buen humor, el control de los nervios y, por supuesto, la alimentación rica en productos naturales.

En cambio, el mundo occidental se ha rendido al dolor, lo ha convertido en la esencia del Yo o ego. Los mapas de vida de quienes acuden a los talleres de CF suelen estar poblados de un amplio abanico de señales-síntomas de sufrimiento, como son: aislamiento, soledad, pena, ansiedad, miedo, aflicción, desdicha, impotencia, evasión, autocompasión, lástima, frustración, desilusión, vacío, dolor físico, decaimiento, incapacidad y falta de impulso, entre otros.

¿Cómo trascender el sufrimiento? La herramienta de CF ofrece un medio efectivo para lograrlo.

Explicar los múltiples niveles de interacción vividos en el proceso de un taller que ofrece *mirar para liberar* el sufrimiento es difícil. Recurro a la imagen de la flor del diente de león, con la que ilustro la entrada de capítulo, como metáfora de esta realidad.

Esta flor refleja una estructura compleja y una aparente fragilidad. Se mantiene firme a través de un delgado tallo que lo liga a su naturaleza. Sus raíces profundas le ayudan a cumplir su ciclo vital. Cada noche produce 2 000 frutos dispersados por el viento.

Bert Hellinger encontró que para trascender el sufrimiento, los seres humanos necesitamos vincularnos, a manera de tallo, con nuestra verdadera naturaleza espiritual. Encontró la fuerza en las profundas raíces familiares (padres y ancestros) y descubrió en los Órdenes del Amor, las leyes que rigen las relaciones humanas y hacen fructificar la vida. Diferenció el amor que sana, guiado por estos órdenes, del amor equívoco, generador de tragedias, dolor y enfermedades. Con la fuerza espiritual del amor que sana nos invita

a tomar lo mejor del sistema familiar al que pertenecemos y soltar las falsas creencias que nos impiden crecer.

Carl Gustav Jung, discípulo disidente del psicoanálisis freudiano, acuñó el concepto de *inconsciente colectivo*. Hellinger explora en las interacciones sistémicas las formas de operar de este inconsciente. Encontró en ellas enredos, implicaciones¹ y lealtades que impiden madurar al amor y hacerlo fluir.

Gracias a su método es posible observar el inconsciente colectivo en el mapa relacional del Yo con los integrantes del sistema familiar de origen y mirar, durante el proceso, las dinámicas que enredan y atrapan la energía de la persona.

Bert Hellinger define estas intervenciones como *filosofía en acción* o *filosofía de vida*. En la entrevista que le hace Gabriel ten Hövel, describe su particular modo de proceder con el consultante y su sistema:

Un paciente se queja de sus padres o se lamenta de lo terrible que fue su infancia. Originariamente sentíamos lástima por él y pensábamos: “Vamos a brindarle ayuda”. Hoy sé que no hay nada terrible, si detrás está actuando una fuerza creadora. Es decir que veo esa situación filosóficamente y exijo lo mismo del paciente, que él lo enfoque de un modo diferente y diga: “Sea lo que fuere; gracias, lo acepto como una fuerza”. “Tomo a estos padres como los especiales que me han dado esta fuerza especial, importante para mi vida”. De pronto todo lo pasado se ilumina –se transforma en algo valioso–. ¿Cómo me estoy conduciendo aquí? No como un terapeuta, sino como un filósofo. Sin penas; al contrario, consiento lo que es o lo que fue. Así son liberadas las fuerzas. Esto es mucho más que psicoterapia (Hellinger en Ten Hövel, 2006, pp. 84-85).

¹ Las implicaciones inconscientes nos atan a los destinos de nuestras familias. Por ejemplo, el de un excluido. La persona siente y se comporta como aquél sin saberlo. Dice Hellinger al respecto: “Detrás de estas implicaciones actúan poderosas necesidades de tipo transpersonal que se apoderan del individuo y lo arrastran a su conjuro” (Hellinger, 2005c, p. 64). La implicación o enredo nos une con los que fueron olvidados o excluidos del sistema familiar.

Su filosofía tiene raíces profundas en el antiguo pensamiento griego. Epicteto, filósofo estoico que vivió bajo el gobierno de Nerón, sostenía: “La filosofía nos enseña el arte de la vida” y recomendaba –como ahora lo hace Hellinger–: “No pretendas que los sucesos sucedan como quieres, sino quiere los sucesos como suceden y vivirás sereno” (Arendt, 2002, pp. 177-178). Descontextualizada esta afirmación y bajo la lupa de la teoría política, esta postura podría calificarse de conformista. Sin embargo, desde un punto de vista psicológico, sabemos que la mente humana en conflicto existencial puede inmovilizarse al grado de impedirle reconocerse en el presente y fluir con el ritmo vital. Sufrir la incertidumbre es un derroche de energía que merma la salud física. En palabras del filósofo Krishnamurti:

Cuando no hay esfuerzo ni pugna, ni contradicción ni batalla, sólo hay una cosa, aquello que en realidad es. Y lo que en realidad es soy yo mismo [...] Y todo el movimiento del pensar contradictorio ha terminado. Por lo tanto, sólo hay percepción, un ver en el cual no hay división o contradicción. Y surge un nuevo estado de energía. Este nuevo estado de energía va a disipar por completo aquel hecho real (Krishnamurti, 1973, pp. 68-69).

La frase *mirar para liberar* comienza a adquirir sentido en el marco de la salud mental y emocional. Las actuales investigaciones científicas (neurociencia, bioenergética, decodificación biológica, entre otras), han descubierto el poder de las emociones para producir enfermedades, al grado de modelar nuestra biología.

El mismo Krishnamurti advierte: “nada es impedimento para la libertad psicológica. ¡Nada! Un impedimento surge sólo cuando hay resistencia. Si no hay resistencia de clase alguna, entonces no hay problema psicológico... De ahí sólo surge la libertad” (1973, pp. 101-102).

En estos planteamientos se percibe la influencia de la física moderna en la unificación del observador con lo observado, al disipar los estados de perturbación. Aceptar esta unidad nos da acceso al

misterio de nuestro verdadero ser que –de acuerdo con el doctor en educación, psicólogo y sociólogo mexicano, Ramón Gallegos Nava– permanece como testigo trascendental en la contemplación del mundo fenoménico con desapego y ecuanimidad. Es el otro pájaro de oro, parado en la misma rama.

Mi intención de entrar por la puerta de la filosofía no es complicar el camino, por el contrario, deseo allanarlo para comprender la verdadera naturaleza humana, desde la cual trabaja Bert Hellinger. La aplicación de su método nos introduce en el camino de mirar (Aprender a hacer) para conocernos (Aprender a ser y Aprender a aprender) en nuestras relaciones (Aprender a convivir), mediante el reconocimiento del valor de la vida.

¿QUÉ ES EL SER HUMANO DEL SIGLO XXI?

Aproximadamente en la centuria pasada tuvieron lugar 30 confrontaciones bélicas.² Posterior al 11 de septiembre de 2001 –fecha que inaugura la violencia en el corazón del imperio financiero y militar– se han presentado más de 50 conflictos armados en el planeta.

En el tiempo que escribo este libro permanecen activas guerras entre Israel y Palestina, Rusia y Ucrania. En México se acumulan día a día muertes a causa de la guerra contra el narcotráfico: desapariciones de periodistas y estudiantes, secuestros, asesinatos de mujeres, movimientos de defensa y de resistencia civil, entre otras. En este contexto, cabe plantear la pregunta que titula este apartado: ¿qué es el ser humano del siglo XXI?

² Los países que participaron fueron: Indochina, Palestina, la India y Paquistán, Corea, Colombia, Argelia, Vietnam, Jordania, Egipto y Siria, Israel, Sudán, Guatemala, Eritrea, Etiopía, Angola, Afganistán, Irak, Irán, El Salvador, Argentina, Inglaterra, Estados Unidos, las Islas de Granada, Panamá, Ruanda, la región del golfo Pérsico, los Balcanes o Bosnia, Chechenia y Zaire.

Herederos de una larga lista de conflictos armados y de un sinnúmero de avances científicos y tecnológicos, el ser humano del siglo XXI puede navegar por la realidad virtual, comunicarse instantáneamente a grandes distancias y atender el mundo exterior, a la vez que la mayoría de las personas, olvida el mundo interior. Carl Gustav Jung alcanzó a ver las consecuencias de adoptar esta postura, cuando dijo: “Aquel que mira hacia fuera, sueña. Aquel que mira hacia adentro, despierta”. ¿Qué significado tienen sus palabras? ¿Qué sueño atrapa nuestra vigilia? ¿Cómo lo construimos? ¿En qué realidad existe el ser?

Con estas preguntas invito al lector a iniciar el propio proceso de reflexión, al tiempo que iré aportando elementos que ayuden a encontrar posibles respuestas.

APRENDER A SER Y LA BIOLOGÍA DEL AMOR

La física moderna, con sus avances en el estudio de la materia-energía,³ ofrece respuestas a la psicología humana, al implicarla filosóficamente con explicaciones que se aproximan a la dimensión espiritual: la energía un espíritu-conciencia-alma-ser-cuerpo.

Los seres humanos, en el afán de dominar la naturaleza y gobernarla, le hemos impuesto nuestro razonamiento basado en una lógica lineal-mecanicista. Cultivar la mente con estos patrones ha significado descuidar el espíritu y el alma, por lo que estamos pagando un alto costo psicológico: desorientación, impotencia, desarraigo, separación.

³ Para los físicos cuánticos, tanto las ondas como las partículas son fundamentales. Cada una de ellas es una forma en que la materia puede manifestarse y juntas las dos conforman lo que es materia [...] resulta que nunca podemos enfocarnos en ambas a la vez, pues de acuerdo con el principio de incertidumbre de Heisenberg, principio fundamental del ser en la teoría cuántica, las descripciones de onda o partícula del ser se excluyen una a la otra. A los interesados en el tema consultar: Zohar Danah (s. f.).

El mismo Carl Gustav Jung quiso apartarse de esta lógica y descubrió un fenómeno energético que escapa del razonamiento lineal: la *sincronicidad*. Más tarde, otro científico, Rupert Sheldrake, con su teoría de los campos morfogenéticos,⁴ ha explicado que la energía nos enlaza con percepciones, acuerdos y relaciones. Una memoria colectiva almacena –en campos– acontecimientos y sentimientos de grupo.

Hellinger toma estas influencias y adopta en Constelaciones Familiares el concepto de campo. Ahí se da la presencia del inconsciente colectivo que opera en las relaciones humanas. Su aguda percepción lo llevó a reconocer en los movimientos de los representantes de un sistema, la gran fuerza del amor del espíritu que nos sincroniza con el alma y nos guía hacia la evolución de la conciencia.

Personas de todo el mundo cada vez más participan activamente en talleres de CF en busca de soluciones a sus conflictos. ¿Qué nos muestra este *boom* mundial del método desarrollado por Bert Hellinger?

Desde mi experiencia como maestra en Soluciones Sistémicas Sociales y facilitadora de CF, percibo un extravío generalizado en la visión mecanicista e instrumental que se concreta emocionalmente en la pregunta reiterada ¿por qué? Su formulación produce un efecto inmovilizador. La persona se coloca en un espacio reducido, semejante al de una jaula. Quien sacrifica su movilidad lo hace inconscientemente a cambio de la seguridad que brinda el sentido de pertenencia. Hellinger sostiene que las personas somos capaces de sacrificarlo todo por pertenecer a un grupo.

Vivir el dolor no es lo mismo que cultivar el sufrimiento. Pasado el duelo, aquél debería desaparecer. Sin embargo, nuestras sociedades construyen campos de sufrimiento con bombardeo mediático y

⁴ Este autor llama resonancia morfogenética al proceso que hace que surja la memoria del pasado. *Morfo* significa forma y *génesis* creación. Explica que los campos mórficos tienen una estructura fija y su acción trasciende tiempo y espacio.

venden como realidad la ilusión de separación construida con juicios y prejuicios.

Desconocer el pensamiento sistémico obliga a la persona, aislada en la jaula de su ¿por qué?, a estrechar las manos de quienes comparten el mismo sistema de creencias. CF brinda un espacio para mirar ese campo y sus efectos nocivos en la salud mental y emocional. Ahí se constata que el razonamiento instrumental de la física mecánica aplicado a las relaciones humanas genera relaciones conflictivas.

Aprender a ser en la filosofía de la física moderna implica un cambio cuántico de conciencia: reconocer la realidad ilusoria construida linealmente y con fragmentos de memoria, trascenderla y mirar los amplios contextos de la realidad dinámica, donde lo probable sustituye lo determinado, la unidad indivisible a lo separado y la complementariedad a los opuestos.

La pregunta que ronda en este libro: ¿qué es el ser humano del siglo XXI?, encuentra una respuesta en la definición del neurofisiólogo y biólogo chileno Humberto Maturana. Él junto con su colega Francisco Varela, han desarrollado la teoría de la biología del amor. Ambos definen a los seres humanos como animales amorosos que enfermamos por privación de amor, y aseguran que el nombre de nuestra especie debiera ser *Homo sapiens amans* porque nuestra tendencia evolutiva ha estado centrada en la conservación de la biología del amor y en la expansión de la inteligencia. Maturana ofrece amplias explicaciones que reproduzco completas, tanto por su claridad como por el valor fundamental que da sentido a la vida y, en ella, a la acción de educar:

El amor es la base de nuestra existencia como humanos [...] la emocionalidad básica es nuestra identidad sistémica [...] la emoción que constituye y sustenta las relaciones sociales, el vivir social. La exclusión del otro/a acarrea consecuencias en la biología de los seres humanos: La negación sistémica y sistemática del otro crea ceguera y dejamos de vernos como parte de la interconexión armoniosa de toda la existencia, en la dinámica sin fin de vida y muerte, empezamos a vivir guiados por la ambición, la codicia, y el deseo de

control y crecimiento continuo [...] Todas las emociones que acarrear la negación del otro: competitividad, envidia o agresión reducen la inteligencia. La única emoción que expande la inteligencia es el amor, y esto se debe a que la inteligencia tiene que ver con la aceptación de la legitimidad del otro y la expansión de la posibilidad de consensualidad que implica tal aceptación. El amor es visionario (Maturana, 2002, pp. 225-227).

Este amor no necesita aprenderse porque es la fuerza vital originaria que nos armoniza y restituye en el ser. En sus palabras:

Porque es nuestro fundamento biológico y única base para la conservación de nuestra calidad humana así como de nuestro bienestar. El amor no es una virtud. En verdad, el amor no es nada especial, es sólo el fundamento de nuestra existencia humana. A diferencia del amor, la agresión necesita ser cultivada o se desvanece cuando nos encontramos unos y otros en la simplicidad de nuestra humanidad (Maturana, 2002, p. 227).

Desde la teoría de la biología del amor, el sufrimiento se explica como la negación del amor, una adicción a la rectitud, al dolor y al sufrimiento. Nos invita Maturana:

Abandonemos esta adicción, dejemos de cultivar la agresión como modo de vida que conduce al predominio del *Homo sapiens aggressans* que ya está en nosotros. Vivamos en la biología del amor, abramos nuestra inteligencia a una conspiración que lleve al predominio del *Homo sapiens amans* [...] El amor es la cura, puesto que abre nuestra inteligencia hacia la reflexión y nos da la posibilidad de escoger [...] y al escoger teniendo conciencia de nuestra condición humana, el amor se torna nuestra referencia fundamental, porque la biología del amor sigue siendo nuestra base última y fuente de recuperación de cualquier penuria a través de nuestra realización como seres humanos (Maturana y Verden-Zöller, 2002, p. 228).

En el amor del espíritu, fundamento filosófico esencial del método de Bert Hellinger, éste descubre, como veremos más adelante, tres

órdenes que lo contienen y lo hacen fluir. En el continuo dinámico de la unidad y la complementariedad, somos –como lo advirtió Jung– una entidad compuesta de luz y sombra. Reconocerlo nos permite aceptarnos y aceptar al otro en su imperfección. Hellinger agrega: “Sólo podemos amar lo imperfecto”. Esta conciencia dirige la energía vital del amor hacia lo que fructifica, sin malgastarla en actitudes adictivas que reprimen, niegan o transfieren la sombra a los otros y al exterior.

De acuerdo con la tesis de Maturana, no aprendemos a amar y sí aprendemos a ser. La UNESCO reconoce el Aprender a ser y lo incluye como pilar educativo. Aprender a ser es reconocer que somos la unión suprema de lo finito que es el cuerpo y lo infinito que es el ser. Somos luz y sombra y, al reconocerlo, somos capaces de amar.

La educación basada en el amor es fuente de esperanza y transformación. Padres y madres de familia, directores, docentes y personal de apoyo, podemos contribuir a potencializar el ser amoroso en conciencia, a fin de que viva, se exprese y conviva armónicamente. Entonces las personalidades florecen y las vidas fructifican como dientes de león.

BASES FILOSÓFICAS DE CONSTELACIONES FAMILIARES

Bert Hellinger fue miembro de una orden católica durante 25 años. Ahí estudió filosofía, teología y pedagogía. Se hizo sacerdote y trabajó como misionero y maestro de los zulúes en Sudáfrica. Posteriormente, se interesó en la psicoterapia⁵ a través de la dinámica de grupos y el psicoanálisis. A finales de los noventa del siglo pasado, abandonó el modelo de psicoterapia. Al descubrir las Constelaciones Familiares comenzó a aplicarlas y a desarrollar su método con

⁵ Entre los estudios que Hellinger ha realizado están: Programación Neurolingüística, Psicoanálisis freudiano, Dinámica de grupo, Gestalt, Terapia primal de Arthur Janov, Análisis transaccional y análisis de guión de Eric Berne e Hipnosis de Milton Erickson.

el que percibió los estratos más profundos del alma.⁶ Por el año 2004, experimentó fenomenológicamente los actos de exclusión de la conciencia moral revestida de inocencia, a la que llamó irónicamente *buena conciencia*. Para entonces, ya había comprendido que los movimientos al servicio de la vida están dirigidos por el amor del Espíritu.

Es tarea compleja tratar de rastrear sus influencias filosóficas, así como distinguir sus orígenes: Occidente, Oriente, África. Al leer su abundante producción editorial, deduzco las metas que persiguen sus reflexiones sobre el sentido y significado de la existencia:

Vivir en el ser y servir a la vida

Ambos propósitos requieren necesariamente de una conciencia evolucionada.

Con esta conciencia, CF brinda a las personas la posibilidad de mirar el lugar que ocupan y sus implicaciones con la comunidad de destino familiar. Ha demostrado que tomar el lugar correcto libera de sufrimiento en cuerpo y alma.

Prem Rawat, desde su palestra como promotor de la paz mundial, explica lo anterior con la sabiduría que lo caracteriza: “Si sé dónde estoy, sé a dónde dirigirme. La mayoría sabe dónde quiere estar y no sabe dónde se encuentra”.

Quizá porque el mundo se ha visto envuelto en conflictos armados, y, en particular, la Segunda Guerra Mundial, vivida por Bert Hellinger, sus pensamientos abrevan en la filosofía perenne y en el existencialismo, de los que toma conceptos que le permiten explicar el sentido y significado de la vida y de la existencia, como son: espíritu, conciencia, alma y ser.

⁶ En el prefacio y en el primer capítulo del libro de Bert Hellinger, titulado *Del cielo que enferma y la tierra que sana*, el autor deja clara su postura frente a la religión. De ahí he tomado los datos de su biografía.

Resulta interesante leer su concepto de la Gran Alma, la que vela por los integrantes de una familia. Plantea el montaje de una CF como un viaje de exploración al alma familiar, donde se despliega un campo de energía impulsado por una conciencia mayor que lo abarca todo y que mueve a las personas para que logren mirar con el corazón y así comprender. Entonces, comienza a fluir la energía estancada que impide sintonizar con la vida.

Un antecedente de las Constelaciones Familiares es la terapia familiar sistémica. Guardan diferencias en filosofía y procedimientos y coinciden en el enfoque sistémico. Ambas abarcan colectivos humanos. En el caso de las Constelaciones Familiares estos son mayores porque admiten participantes ajenos al sistema de origen, lo cual potencializa el aprendizaje cognitivo, emocional y espiritual, y abarca ser, alma, cuerpo y conciencia. Al incluir el cuerpo –banco sabio de la memoria o su fundamento orgánico– la persona alcanza la comprensión, fuente de todo cambio verdadero.

Humberto Maturana asegura que en la actualidad es necesario reforestar no sólo los desiertos del mundo, también los del alma. Ante las necesidades apremiantes que nos plantean los problemas sociales y ecológicos-ambientales, Hellinger contribuye con su método al desarrollo integral de la persona: espiritualidad, mente, cuerpo, inteligencia y sensibilidad. Este abordaje integral del aprendizaje produce que la persona asienta conscientemente a la responsabilidad individual y a la corresponsabilidad social.

La UNESCO sostiene que el fin de la educación es el viaje interior. Propósito que hace suyo este método.

FILOSOFÍA PERENNE Y EXISTENCIALISMO

Para la filosofía perenne el ser humano es totalidad integrada: espíritu,⁷ cuerpo y mente. Los dos últimos construyen la realidad manifestada. El espíritu es realidad fundamental.

En la realidad manifestada la pregunta se formula con un pronombre interrogativo: ¿quién es el ser humano?, y demanda una respuesta centrada en el Yo, en su importancia, en su separación y en sus conflictos.

En la realidad fundamental la pregunta demanda una proposición sustantiva: ¿qué es el ser humano?, es decir, ¿qué le ocurre a su ser cuando se aleja de la mente y del pensamiento? De esta realidad se ocupa la filosofía perenne.

El nombre de filosofía perenne nació en 1540. Siglo y medio después lo retoma el filósofo, matemático, jurista y político alemán, Leibnitz (1646-1716). 230 años más tarde, en 1945, el escritor británico Aldous Huxley (1894-1963) lo utiliza para dar título a su antología de carácter místico, en la que recupera expresiones directas de lo eterno, a través de citas de filósofos clásicos que él mismo comenta.

¿Qué es la filosofía perenne? Un conjunto de verdades y valores comunes a todos los pueblos y culturas.

El doctor en educación, psicólogo y sociólogo mexicano Ramón Gallegos Nava, a quien parafraseo, habla de ella como la expresión directa de lo eterno, de ahí el término *perenne*, porque en esencia no sufre cambio ni mutación a causa del tiempo. Es verdad espiritual inmutable y su carácter es transracional, porque no puede ser comprendida sólo por la razón, donde se aloja el ego. Éste debe ser borrado del Ser para acceder a sus verdades.

⁷ En nuestra cultura mesoamericana el ser humano también se concibió como la unión del cuerpo, la mente, el alma y el espíritu. Cada uno simbolizado con las siguientes figuras de animales, respectivamente: serpiente, jaguar, colibrí y águila.

Como veremos en el siguiente capítulo, Bert Hellinger insiste en la necesidad de aprender a confiar en el Ser. Recurre a lo que él llama *centro vacío*, lugar donde mora éste. Reconoce la fuerza del Ser infinito y dice de él: “Es aquello que en lo profundo actúa detrás de todo, se halla más allá de la vida. La vida, en comparación con el ser, es algo pequeño e ínfimo” (Hellinger y Ten Hövel, 2004, p. 83).

Martin Heidegger –destacado exponente de la filosofía existencial del siglo XX y contemporáneo de Hellinger, a quien influyó– habló del ego y del ser como las dos maneras de existencia humana: la inauténtica y la auténtica. De la primera dijo:

Es atenerse a lo que *se hace, se dice, se piensa o se venera* y, por tanto se deja llevar por lo que viene de fuera, y no descubre –más bien oculta– lo auténticamente nuestro. Esta existencia inauténtica no es necesariamente *mala* [...] pero es inferior y no puede revelarnos la verdad del Ser (Sabater, 2010, p. 261).

El ser inauténtico es el Yo que carece de conciencia sobre la existencia. En cambio, el ser auténtico acepta estar en deuda con aquello que nos arroja al mundo.

Si aprender a ser nos conduce a las verdades eternas, una y quizá la más difícil de aceptar por el ser inauténtico es la muerte. Un ser auténtico –afirma Heidegger– sabe que mora durante un tiempo en presencia entre dos ausencias (nacimiento y muerte) y las mira sin temor. Sabrá que siempre está ante la imposibilidad evitable de la muerte. Es frente a ella y por ella que la persona puede asentir y alcanzar su ser auténtico.

Las asesorías que ofrece CF giran en torno al eje: vida-muerte. Al cobrar conciencia del valor de la vida, la persona se construye una estructura esencial para el cuidado de ella misma, de los otros y de las cosas. Es decir, se vuelve responsable de las elecciones de lo que quiere ser.

Responsabilidad, vida-muerte, ser auténtico-ser inauténtico, son conceptos fundamentales del trabajo de CF e incluye dos más.

Uno de ellos es agradecer. Recupero aquí su antecedente en Heidegger que, como buen occidental, difiere del escepticismo de la filosofía oriental hacia el pensamiento. Sin embargo, encuentra la manera de reconciliar pensamiento/espíritu a través de las raíces alemanas que unen a las palabras pensar y agradecer: *denken* y *danken*. Si pensar es agradecer, entonces al pensar no se dialoga consigo mismo. El ser auténtico accede a la conciencia espiritual a través de agradecer la vida.

El otro concepto es respetar. De él hablaré ampliamente en el siguiente apartado, donde trato el tema del fervor y de la acción de mirar. No obstante, quiero señalar aquí su relevancia como valor transversal que cruza las tres leyes que rigen los Órdenes del Amor.

Miguel Ángel Saracho Trujillo, amigo que dedicó su vida al desarrollo de la espiritualidad, me enseñó una frase que seguramente Hellinger compartiría: “Nada ni nadie por encima del respeto”. En las intervenciones transformadoras del método de CF, respetar constituye el valor supremo sobre el cual se erige la *filosofía en acción* de este método.

Los siete conceptos: ser inauténtico-ser auténtico, vida-muerte, responsabilidad, agradecer y respetar, forman un círculo virtuoso en el trabajo de Hellinger. En su respuesta a la pregunta ¿qué es el ser humano?, estos conceptos aparecen de manera implícita:

Yo veo en cada Ser Humano a Todos los Seres Humanos, por ende me veo a Mí también en ellos. Percibo dentro de Mí, al mismo tiempo a Todos los demás Seres Humanos, me encuentro con Todos los Seres Humanos y también me encuentro a Mí en ellos. Por eso, ¿cómo podría rechazar algo en ellos sin, por ende, rechazar algo de Mí? ¿Cómo puedo alegrarme junto con ellos sin alegrarme con ellos por Mí? ¿Cómo puedo amarme sin amar a todos los demás al mismo tiempo? (Hellinger, 2005c, p. 59).

Otra influencia de la filosofía existencialista en las CF es Martin Buber con su concepto de Ser en relación. Dice:

Observa el ser con el ser y verás en cada momento la dualidad dinámica que significa el ser humano [...] Puedes mirar al individuo y lo reconocerás como ser humano según su posibilidad de vincularse [...] Puedes dirigirte hacia la totalidad y la reconocerás como al ser humano en cuanto a su plenitud de vinculación. Podremos acercarnos a la respuesta de la pregunta: ¿qué es el ser humano?, si lo comprendemos como un ser en cuya dialógica, en cuyo mutuamente presente estar-en-dos se realiza y se reconoce el encuentro del uno con el otro (el diferente) (Buber en Foerster, s. f., p. 5).

En el centro del círculo virtuoso que guía las intervenciones del método de CF, se encuentra el Ser en relación sistémica. La observación fenomenológica de la realidad manifestada –como veremos más adelante– percibe las dinámicas inconscientes y muestra la realidad fundamental del Espíritu.

FILOSOFÍA APLICADA

Quiero iniciar esta exposición retomando una idea de Bert Hellinger asentada en la introducción de su libro *La verdad en movimiento*, dice:

El camino del entendimiento que se recorre y se describe en este libro es filosofía aplicada en un doble sentido. Por un lado, el entendimiento se refiere a la acción y sirve a la acción. Al mismo tiempo, la acción tiene un efecto retroactivo sobre el entendimiento: lo profundiza, lo corrige y lo lleva a avanzar (Hellinger, 2005c, p. 15).

La descripción de esta forma de proceder se parece a la propuesta por el pedagogo brasileño Paulo Freire, quien desarrolla una educación crítica a través de la acción pedagógica, a fin de alcanzar una conciencia social y política. Su método revolucionó el quehacer educativo. La cadena acción-reflexión-reorientación de la acción (retroalimentada por la reflexión), fue y sigue siendo un método

eficaz en el aprendizaje colaborativo. Freire quería que las personas se apropiaran de su voz y despertaran su conciencia. Invitaba a la reflexión en grupo y a plantear acciones colectivas que los liberara de la opresión.

La propuesta de Hellinger se asemeja en la cadena metodológica: acción-reflexión-acción. La aplicación de su filosofía de vida –como vimos en el apartado anterior– se da en el ámbito de la psicología social, a través de las herramientas pedagógicas del lenguaje verbal (digital) y del lenguaje corporal (analógico). Sus fines son desenredar conflictos emocionales y despertar la conciencia de estar vivo.

¿Qué beneficios tiene este proceder? En palabras de Hellinger: “Hace posible una acción diferente, una acción humana serena y temperada. Dicha acción erosiona los fundamentos de ese fervor causante de conflictos que aniquilan vidas, en lugar de ponerse al servicio de las mismas” (2005c, p. 156).

El fervor del que habla es el mismo que mostraron los educadores extensionistas, quienes creían ser portadores de verdad e impregnaban sus intervenciones de ayuda ciega y sorda.

Con el cúmulo de su experiencia nonagenaria, Hellinger enseña con claridad los riesgos que conlleva a un facilitador la falta de comprensión en sus intervenciones. En el capítulo titulado Actuar desde la comprensión, desarrolla tres apartados dedicados a explicar el fervor como sinónimo de soberbia, contrario al respeto y a la humildad. Cinco características distinguen este fervor, a las cuales he agregado una palabra síntesis (escrita en cursivas):

1. Penetra donde el respeto se detiene = *curioseosa*
2. Busca retener donde el respeto suelta = *controla*
3. Está seguro de sí mismo donde el respeto espera = *juzga*
4. Cierra donde el respeto abre = *excluye*
5. Gira en redondo dentro de los límites en los que se mueve, con lo cual se impide un nuevo entendimiento = *descontextualiza*

El fenómeno de la soberbia o fervor tiene origen en el *amor infantil*, así llamado por Bert Hellinger. Un amor que fracasa porque es

extralimitado en derecho y fuerza y actúa con estrechez e imaginación desbordada. El adulto, volcado en la ayuda fervorosa, movido por el amor infantil, tiene una lealtad hacia la madre a quien quiere salvar de su destino.

Toda acción emprendida bajo el influjo del fervor sobrepasa lo necesario, lo posible y lo adecuado. Esta falta de respeto impide alcanzar la comprensión. Hellinger es claro al señalar tres reacciones de la actitud fervorosa: curiosidad, furia e indignación. Lo contrario es la acción humilde que se reconoce serena, abierta y flexible.

Ayudar desde esta filosofía aplicada es un arte especial porque significa respetar y comprender en sintonía con el amor. Al respecto Hellinger apunta:

Este tipo de ayuda no sólo está al servicio de un individuo y de lo que necesita de forma inmediata para su vida, su desarrollo y su supervivencia, sino también al servicio de un todo que está en un nivel más elevado que el individuo y está en sintonía con ese todo [...] Siguiendo este camino del entendimiento logramos detectar qué podemos hacer, qué tenemos permitido e incluso qué debemos hacer, qué nos está vedado y qué se nos prohíbe (Hellinger, 2005c, pp. 83-84).

CUENTO

La historia del hacedor de lluvia de Kiaochau*

Hubo una sequía devastadora. Durante meses no había caído una sola gota de lluvia y la situación era catastrófica. Los católicos celebraban procesiones, los protestantes rezaron y los chinos quemaron bastones de incienso y dispararon sus armas para espantar a los demonios de la sequía, sin resultado alguno. Al final, estos últimos dijeron: “Traigamos al hacedor de lluvia”. Un anciano macilento viajó desde otra provincia. Lo único que pidió fue una pequeña cabaña en alguna parte, y en ella se encerró durante tres días. Al cuarto día aparecieron las nubes y se produjo una gran tormenta de nieve, en una época del año en la que no cabía esperar este fenómeno; cayó una gran cantidad de nieve, y de tal modo se extendieron por la ciudad los rumores acerca del providencial hacedor de lluvia que Richard Wilhelm fue a interrogarle cómo lo había hecho. A la manera europea, le preguntó:

—Te llaman hacedor de lluvia, ¿puedes decirme cómo hiciste nevar?

Y el pequeño chino contestó:

—No hice nevar, no es cosa mía.

—Pero ¿qué has hecho en estos tres días?

—Eso lo puedo explicar. Vengo de otra provincia donde todo está en orden. Aquí en cambio reina el desorden, las cosas no se rigen según las ordenanzas del cielo. Así pues, toda la provincia ha abandonado el Tao, y yo tampoco estoy en el estado natural de las cosas puesto que me hallo en una provincia perturbada. Por eso tuve que esperar tres días *hasta volver al Tao, y entonces llovió de un modo natural.*

* Fuentes: C. G. Jung (2007). *Vol. 14: Mysterium Coniunctionis*. En *Obra completa de Carl Gustav Jung*. Madrid, España: Trotta.

J. S. Bolen (2005). *El tao de la psicología*. Barcelona, España: Kairós.

CAPÍTULO 2
SELECCIÓN DE LA MIRADA



*No lo que el ojo puede ver,
sino mediante lo cual puede ver el ojo.*

Declaración Upanishad

En realidad no conozco es una frase con la que es posible dar un giro de 180° a la mirada. Esta premisa cambia la relación y la vuelve creadora porque sensibiliza al acto de observar y neutraliza el conflicto que aparece cuando el observador conoce a través del hábito de su experiencia pasada, con lo cual se cierra a lo nuevo, a lo desconocido.

Cuando el observador conoce a través de sus juicios, prejuicios y experiencias previas, se da la división del observador con lo observado. Este proceder genera divisiones en todos los ámbitos, incluyendo la ciencia y sus disciplinas, como la psicología y la pedagogía.

El método de Bert Hellinger se inscribe en el ámbito psicopedagógico y en el cruce de varias disciplinas: filosofía, metafísica, sociología, antropología, neurociencia, teoría de sistemas, cibernética, comunicación y biología. Es un método transdisciplinario y, por esta razón, comparte los atributos de la complejidad, en el significado original de esta palabra: *lo que está tejido conjuntamente* (Morin, 2010, p. 145).

CF, como método complejo, está al servicio de la recuperación del ser auténtico, en tiempos de la globalización del ser. El ser integral, como he venido exponiendo, se conforma de espíritu, alma, cuerpo y conciencia. Es propósito de este capítulo identificar estas manifestaciones en el contexto de las realidades dinámicas que surgen en las CF.

APRENDER A CONOCER EL SER INTEGRAL

Si tomáramos una radiografía en movimiento de las personas en las grandes urbes del mundo, seguramente ésta nos revelaría un fluir frenético. Vivimos una época inigualable en cuanto al desarrollo de medios para acercar distancias y, paradójicamente, nos sentimos menos conectados en nuestras relaciones humanas. Pasamos la mayoría del tiempo frente a pantallas y, en tanto esto ocurre, los problemas ambientales crecen, así como la dificultad para encontrar soluciones globales.

Nuestro pensamiento lineal nos impide hallar soluciones interrelacionadas y en cooperación. La impotencia que esto produce eleva los índices de violencia en todos los ámbitos, entre otros: intrafamiliar (abandono, violencia, divorcios, separaciones), social (crímenes, suicidios, adicciones), educativo (violencia, acoso), salud

(enfermedades crónicas e incurables, proliferación de síntomas, crecimiento de la adicción a fármacos). La radiografía en movimiento de este fenómeno revelaría una constante sensación de extravío, retroalimentada con síntomas de ansiedad y depresión que caracterizan la pérdida de sentido de vida.

El mundo feliz de Aldous Huxley parece habernos alcanzado. ¿Qué produce un desorden mental semejante? La nueva física apunta hacia las falsas fronteras que excluyen. En el afán de separarnos y diferenciarnos hemos perdido conexión con lo esencial. Para ejemplificarlo recupero aquí un fragmento del diálogo entre dos personalidades de ámbitos aparentemente lejanos: el maestro espiritual hindú, Jidou Krishnamurti (K) y el físico inglés David Bohm (DB). Ambos tuvieron un intercambio de ideas en el año de 1983. En este pasaje hablan de los peligros que representa adoptar este enfoque:



Jidou Krishnamurti y David Bohm

DB: Si lo psicológico no está en orden, el resto es peligroso.

K: Si somos psicológicamente limitados, cualquier cosa que hagamos será limitada...

DB: Bien, si pensamos que estamos separados cuando no lo estamos, evidentemente creamos una confusión colosal.

K: Es lo que está sucediendo. Cada cual piensa que puede hacer lo que quiera para satisfacerse. De modo que en su separación está luchando para lograr la paz, la seguridad, y esa paz y esa seguridad le son totalmente negadas.

DB: La razón de que le sean negadas es porque la separación no existe. Si realmente existiera, sería natural hacerlo, pero si estamos tratando de separar lo inseparable, el resultado será el caos.

K: Es verdad.

DB: Eso está claro. Aunque pienso que de inmediato la gente no entenderá que la conciencia de la humanidad es una totalidad inseparable.

K: Sí, una totalidad inseparable.

DB: No sé si lo hemos investigado suficientemente, pero esa noción de totalidad puede suscitar muchas preguntas. Una es: ¿por qué creemos que estamos separados?

K: ¿Por qué creo que estoy separado? Ese es mi condicionamiento.

DB: Sí, pero ¿cómo pudimos adoptar un condicionamiento tan absurdo?

K: Desde la infancia: “Este es mi juguete, no el tuyo”.

DB: Debido a que me siento separado, mi primera sensación es: “Esto es mío”. No está claro cómo la mente, que era una sola, llegó a esta ilusión de que todo está separado en múltiples fragmentos.

K: Creo que sigue siendo la actividad del pensamiento. Por su misma naturaleza el pensamiento es divisivo, fragmentario; por lo tanto, yo soy un fragmento (Krishnamurti, 2000, pp. 17-20).

Trece años antes de este encuentro, el filósofo de la India había advertido en una plática dada en la comuna de Saanen, Suiza, lo siguiente:

Es el pensamiento el que engendra violencia: “mi” casa, “mi” propiedad, “mi” esposa, “mi” marido, “mi” país, “mi” Dios, “mi” creencia... todo lo cual es un completo desatino. ¿Quién hace esto, quién crea este perpetuo “mi”, este “yo” en oposición a los demás? ¿Quién? La educación, la sociedad, el orden establecido, la iglesia (Krishnamurti, 2001, pp. 37-38).

Han transcurrido más de tres décadas desde que surgieron estas reflexiones y la ceguera, producto del desorden interno, continuó hasta llegar a la crisis de conciencia que agobia al siglo XXI. Bhagavad Gita alguna vez dijo que el hombre es hecho por su creencia. Según cree, así es.

Las creencias son producto de la experiencia y se transforman en conocimiento, memoria, pensamiento y acción. El conocimiento limitado basado en la falsa idea de separación ha creado un mundo fragmentado, carente de belleza y quietud.

En la creencia se juega el modo de mirar. De acuerdo con la bioenergética, la mirada determina no sólo cómo entendemos a las personas sino cómo reaccionan ante nosotros, dado que los ojos tienen una doble función: son órgano de visión y de contacto.

También las palabras revelan cómo miramos. El creador de la teoría de los sistemas, Karl Ludwig von Bertalanffi, biólogo y filósofo austriaco, lo expresó de otro modo: “El cómo se ve el mundo, determina y forma el lenguaje” (1984, p. 245).

Propongo al lector el siguiente ejercicio de percepción de realidad para descubrir, con este botón de muestra, la mirada que prevalece en nuestros días. ¿Con cuál o cuáles de las siguientes frases te identificas?:

- “Para no sufrir evita la intimidad”.
- “¿Quieres ser independiente? No pidas apoyo”.
- “¿Quieres vivir? Aprende a competir”.
- “¿Qué quieres: ser libre o amar?”.
- “Ama y no entregues el corazón”.

Todas contienen dualidades en conflicto. Enuncian imágenes falsas basadas en una lógica disyuntiva o excluyente. Con frases así construimos el mundo del ser inauténtico y lo apartamos del camino del autoconocimiento, lo que produce un resultado caótico que a la vez genera confusión, inseguridad, duda, ansiedad, miedo, angustia. La repetición continua de frases excluyentes socava tanto al ser integral como al sistema de valores: confianza, solidaridad, compasión, fe, sinceridad, humildad.

Recordemos que somos animales amorosos y que nuestro ser integral mira con claridad el mundo de las relaciones incluyentes. Al respecto Krishnamurti afirma:

Cuando dedican toda la energía a mirar, entonces, en esa observación atenta, hay clarificación. Y lo que está claro no engendra problemas [...] La cuestión básica es tener una relación genuina con otro. Si uno la tiene con una persona, la tiene con todo el mundo, con la naturaleza, con toda la belleza de la Tierra [...] La vida es un movimiento en la relación. Hemos destruido esa relación a causa del pensamiento. Y el pensamiento no es amor. El amor no es placer, no es deseo. Pero nosotros lo hemos reducido a todo eso (Krishnamurti, 2001, pp. 127-128).

Nacimos para ser felices, fieles a nuestra verdadera naturaleza, plenos de amor, seguros y serenos.

Las acciones del método de intervención de Bert Hellinger se encaminan a reencontrar nuestra esencia, comenzando por mirar el lugar ocupado en la relación sistémica para tomar el que corresponde y florecer como ser integral.

ESPÍRITU

*El astrolabio de los misterios
de Dios es el amor.
Jalal-uddin-Rum*

Si la mejor actitud de ayuda de un ser íntegro es el respeto y la humildad, cabe preguntarse ¿de dónde nacen estos valores? La filosofía afirma que del Espíritu.

La palabra espíritu proviene del latín *spiritum* que significa *principio inmaterial no manifiesto, esencia, aliento*. Como fuente de

todo, está en todo. No sólo mora en los seres humanos, cada cosa –aseguran las culturas indígenas– tiene espíritu.

Esta fuente vibratoria invisible, vital, originaria, nos conecta con la inagotable energía creadora del amor, único poder que transmite belleza y armonía, fuente de inteligencia y de energías creativas, como son: paz, compasión, libertad, respeto, humildad. Es la esencia profunda del mundo interior.

Para Hellinger “el espíritu es liviano. Quien camina en el espíritu es liviano y apenas carga peso sobre el suelo. Y carga poco en un paciente (no lo abrumba). Y es feliz ante los ojos de todos tal como es” (Hellinger y Ten Hövel, 2006, p. 207).

Heráclito, representante destacado de los presocráticos, dedicó la última de sus tres leyes a la Totalidad, al Espíritu y la enunció de este modo:

El cambio, y al mismo tiempo la unión de la diversidad, son dirigidos por una fuerza eterna, por una ley universal que se llama “logos”, que es la verdad del mundo. En este plasma original se disuelven todos los opuestos. El alma participa en este logos del espíritu. Al principio el ser humano no tiene acceso a este logos, pero sabiduría significa entrar en sintonía con él: la introspección es el don mayor, y sabiduría es hablar con la verdad y actuar según la naturaleza escuchándola (Hellinger, 2005a, p. 2).

Las culturas orientales han basado sus prácticas de meditación en la búsqueda de conexión con esta esencia.

Desde la historia humana de Occidente, en cambio, los caminos se han bifurcado para mirar el mundo. Ciencia y filosofía lo demuestran con los diferentes significados que dan a la palabra *logos*. La primera la define como razonamiento. La segunda, como verdad inocultable, el todo, la conciencia omnipresente. Cada una origina identidades distintas. Por un lado, está la identidad del Yo o ego y, por el otro, la identidad eterna del ser universal. Ambas miran el mundo desde ángulos diferentes.

En la ciencia influida por Descartes y Newton, el ser queda separado de la naturaleza y le impone el dominio y el control de la mente. En la filosofía perenne, la unión con la identidad eterna genera acciones comprensivas y compasivas.

Las experiencias de una y otra parten de sistemas diferenciados de creencias, conocimientos, memorias, pensamientos y acciones. La siguiente es una afirmación de Heráclito: “Cuando miro el mundo filosófico encuentro que todo está en movimiento”. Hellinger, seguidor de este pensamiento, agrega: “Por lo tanto detrás de todos los movimientos debe existir un Movimiento Primordial, que mantiene en movimiento todo lo demás y lo condiciona. Esa es la Fuerza Creativa Primordial... la que determina los órdenes”.

Al entrar en sintonía con los movimientos que van hacia delante del espíritu –afirma Hellinger– nosotros también vamos hacia delante, cuando esto sucede nos alejamos de algo que ya ha pasado y nos ponemos en calma. En estos movimientos cada persona tiene un lugar y en su corazón recibe la comprensión y la fuerza que llevan hacia adelante la vida. Reproduzco sus dichos:

Mantenerse en sintonía exige la valentía última... la completa entrega y el amor total hacia todo, tal como es. En la sintonía nos volvemos altruistas y puros hasta en lo Último. En la sintonía estamos unidos a todo, tal como es. En la sintonía se nos acerca todo, tal como es. Se abre y se transforma para nosotros porque estamos con él en sintonía. Recién cuando logramos sintonizarnos con el movimiento del espíritu en el otro, estamos también en sintonía con el movimiento del espíritu en nosotros (Hellinger y München, 2005, p. 70).

La anterior descripción revela una conciencia que se percibe armónica y en paz. Un estado así *permite* –de acuerdo con Gallegos Nava– “el despliegue de los valores humanos [...]. [Somos parte] de todo, la belleza inherente, la verdad, lo incondicional; esta vivencia trae amor, compasión, alegría, humildad e interrelación; estos valores son la base del puente de la educación consciente (2003, pp. 44-45).

En el viaje hacia el mundo interior emprendido para conocer el ser íntegro, confluyen amor e inteligencia. De la última hablaré más adelante. Del primero diré que, como esencia de todo lo que existe, mora en el mundo interior y su poder nos despierta a la conciencia de la vida plena.

Sentirnos parte de la totalidad nos coloca en otro lugar. Carl Gustav Jung habló de poner el sí mismo más allá del yo. Entonces, la persona se reconcilia y adquiere sentido y equilibrio espiritual.

Experimentar el espíritu humano unido al Espíritu es adquirir conciencia porque el Espíritu dicta órdenes al espíritu humano, lo abarca y lo limita. Que nuestro espíritu se percate del Espíritu, es una forma de constatar que despertamos de la ilusión a la conciencia espiritual. A esto se refiere Jung con la frase citada: “Aquel que mira hacia fuera, sueña. Aquel que mira hacia adentro, despierta”.

Estar en el Espíritu nos vuelve amplios y serenos. La mirada que nace en la acción que espera el momento adecuado, se vuelve profunda porque surge de la conciencia del verdadero amor que nos regala el entendimiento. Así lo demuestra la larga cita que reproduzco por su belleza y profundidad:

Todo lo que yo lamento, lo estoy excluyendo. Todo lo que acuso, lo estoy excluyendo. A cada persona que despierta mi enojo, la estoy excluyendo. Cada situación en la que me siento culpable, la estoy excluyendo. Y yo me estoy empobreciendo cada vez más. El camino inverso sería: Todo lo que yo lamento, lo miro y digo: Sí, así fue y lo incorporo en mí con todo el desafío que esto me representa. Yo digo: Algo haré contigo. Ahora te tomo como mi amigo o mi amiga, sea como fuere. Miro todo por lo que yo haya acusado a alguien, y digo: Sí. Miro a mi alrededor, para ver cómo obtengo de otro modo aquello que me perdí y miro qué fuerza tengo para lograrlo yo mismo, sin que se lo pida a otro. Después incorporo la situación en mí y ella se transforma en fuerza. Lo mismo es válido para las culpas personales, que todos queremos negar y echar. Las miro y digo: Sí. Las culpas tienen consecuencias y yo consiento esas consecuencias, transformándolas en algo. Las culpas se transforman en fuerzas y, de

esta manera, también crezco... Incorporo lo que había rechazado o lo que es doloroso, lo que me genera culpas o por lo que me siento injustamente tratado, lo que fuese. No todo cabe en mí cuando lo incorporo. Hay algo que permanece afuera y no me infecta. Al contrario: me desinfecta, purifica. La escoria queda fuera y las brasas penetran en el corazón (Hellinger y Ten Hövel, 2006, p. 95).

Estas reflexiones demuestran que la experiencia espiritual es incluyente de todo y de todos en palabra, en obra y sin omisión.

El Espíritu –asegura Hellinger– no tolera el rechazo, las recriminaciones, las acusaciones, ni la arrogancia. Menos hacia los padres, porque de ellos nos viene el regalo más grande: la vida. Honrar la vida es ponernos en armonía.

La conciencia espiritual que unió a Hellinger y Heidegger en sus quehaceres filosóficos, los hizo compartir también el doble propósito de la filosofía griega:

1. Develar la apariencia, lo encubierto, lo oculto, lo disimulado, el equívoco, la ilusión o el engaño, y
2. verlo mostrarse surgiendo.

¿Qué es lo oculto que se revela en una Constelación Familiar? Las lealtades que pasan de generación en generación y que enredan o implican a la persona con su sistema, como veremos en el capítulo 3.

Una de esas lealtades que produce consecuencias trágicas es el amor infantil. Se reconoce porque la persona se coloca por encima de los padres o de algún miembro anterior de la familia, lo que genera un desorden que acarrea enfermedades, fracasos, muertes, destinos trágicos y sentimientos inmanejables de rabia, desesperación y desilusión. El amor infantil o ciego es impulsado por soberbia. Hellinger nos orienta a entenderlo cuando dice: “¿Cómo nos escapamos de esta ceguera? ¿Cómo recobramos la vista? Si a los otros les dejamos su grandeza y reconocemos y asentimos a nuestra impotencia” (2009, p. 96).

¿Dónde se manifiesta el Espíritu en una CF? En el campo. El científico Rupert Sheldrake le llama “campo mórfico” o “mente extendida”.

Lo define como un gran depósito de memoria ordenada en patrones de influencia que actúan a través del tiempo y del espacio. En una CF, el campo de memoria guarda toda la información del saber sistémico de una familia y se expresa en los movimientos del alma. Esta alma ampliada nos une con nuestro entorno y se extiende hacia el pasado. Cuando en el campo mórfico éste se hace presente se le conoce como resonancia mórfica, que hace que el presente vibre con él. Este campo nos produce una gran sorpresa al atestiguar cómo los movimientos y las palabras de los representantes de un sistema familiar coinciden con los de las personas que representan, sin que ellas estén presentes o sin conocerlas. La resonancia mórfica, sin duda, forma parte aún del misterio que envuelve al Espíritu.

ALMA

*No somos nosotros los que tenemos y poseemos un alma,
sino que el alma nos tiene y nos posee a nosotros;
que el alma no está a “nuestro” servicio,
sino que ella nos toma a su servicio.*

Bert Hellinger

La psicología nació en el año 500 a. C., dentro de las disciplinas de la ética y la filosofía.¹ Ambas se ocupaban de la moral y de lo espiritual y se encaminaban hacia el conocimiento del alma con el fin de hacernos mejores seres humanos.

¹ Erick Fromm (1991, pp. 114-115) ofrece ejemplos de la psicología premoderna, como: el budismo; Aristóteles y su *Ética*; los estoicos como Marco Aurelio y sus *Meditaciones*; Santo Tomás de Aquino, quien escribió sobre narcisismo, soberbia, humildad, modestia y sentimientos de inferioridad; Spinoza, quien en su *Ética* reconoció la existencia del inconsciente cuando dijo: “todos somos conscientes de nuestros deseos, pero no del motivo de nuestros deseos”. Fromm diferencia los fines de esta psicología con la contemporánea, la cual persigue conocer el alma para llegar a ser un ser humano más exitoso.

Hellinger recupera el origen filosófico y ético como fundamento de sus intervenciones. Sus montajes son espacios experimentales del alma donde la realidad de un sistema familiar se manifiesta.

En el concepto de alma se sostiene el trabajo de CF porque crea el campo para que las cosas se manifiesten. Al respecto Hellinger dice:

Es nuestro núcleo esencial donde está la fuerza que une lo separado y nos guía hacia una determinada dirección... Por ejemplo, la interacción de nuestros órganos sólo es posible porque existe una fuerza que los vincula y dirige. Así vivenciamos el alma en nosotros mismos (Hellinger, 2005a, pp. 26 y 152).

También señala: “Y es aquello que le da al alma capacidad de animar el cuerpo y producir lo vivo y moverlo, responde a órdenes preestablecidas” (Hellinger, 2009, p. 147).

Amante del relato metafórico, compara el Espíritu con un hilo rojo y el alma con un laberinto en el que uno puede perderse fácilmente. Dice:

En este laberinto se orienta uno con un hilo rojo. Éste se tiene todo el tiempo firmemente en la mano... Porque un laberinto es oscuro. En él no sirve de nada mantener los ojos abiertos. Se atiene uno al hilo rojo. Uno palpa su camino adelante, centímetro a centímetro, a lo largo del hilo rojo. Cada latido del corazón es un centímetro más. Es decir que se avanza con los latidos del corazón (Hellinger, 2007a, p. 45).

El alma es la fuerza que mantiene unido y en movimiento lo vivo. Está al servicio de la totalidad y busca mantenerla, crecerla, evolucionarla. Sabe, es activa, se orienta hacia una meta y comienza a actuar independientemente de nuestra conciencia y pensamiento.

La capacidad del alma de un sistema familiar es ser lo mismo que los movimientos que producen el encuentro con el alma-espíritu.

Una manera de explicarlo es a través de la observación del espacio en una constelación: las miradas trazan las formas que

adquirirán los movimientos del alma y en ellos se percibe la acción del espíritu. Ese espacio tiene un orden en una CF que se observa al darse la repetición simétrica entre representantes y representados. Afirma Hellinger:

Ahora bien, de la misma manera que en la constelación está presente la familia real (a través de los representantes), a su vez, la solución configurada con los representantes repercute en la familia real; aunque ésta conscientemente no sepa nada (Hellinger y Ten Hövel, 2004, p. 89).

Estas experiencias son aparentemente inverosímiles.

Para Hellinger hay tres tipos diferentes de alma (2009, p. 149):

1. El alma personal que *anima al cuerpo*;
2. el alma familiar que dicta *lo que podemos percibir y pensar*; y
3. la Gran Alma que *abarca un campo más general, donde rigen las leyes del orden y se encuentran soluciones*.

El alma personal puede confundirse o extraviarse por algún evento traumático y se une al alma familiar. Ésta:

[...] aglutina a todos los miembros [...] y los conduce a determinada dirección. También eso es alma [...] ampliada [...] no tolera que algo sea excluido. Aquí los Movimientos del Alma quieren unir algo que se halla separado [...] Al finalizar, el movimiento vincula lo que con anterioridad había estado escindido (Hellinger, 2009, p. 152).

La Gran Alma enlaza e implica a integrantes de una familia en los destinos de otros miembros, “de manera que esos destinos se vuelven nuestros, sin que nosotros ni ellos podamos ejercer alguna influencia” (Hellinger, 2005c, p. 26).

En el montaje de una CF vemos los movimientos de un caminar con el Alma. Hellinger se pregunta: *¿Cuál Alma?* Sin duda la Gran Alma que actúa en todos al mismo tiempo y que se rige con la ética de los Órdenes del Amor (de los que hablaré en el capítulo 3),

de esta manera se da un proceso recursivo autopoyético:² la Gran Alma conduce las imágenes y las imágenes conducen a la conciencia, centro del alma familiar.

CONCIENCIA

Espíritu y alma ayudan a entender los comportamientos de un sistema familiar y revelan también su nivel de conciencia.³

Bert Hellinger define la conciencia no como comprensión o saber, sino como órgano de percepción o impulso, como lo es el sentido del equilibrio.

Este impulso percibe los vínculos de un grupo y es diferente a la moral que se rige con voluntad de eliminación. Su función es vigilar que todos los integrantes tengan un lugar en el sistema. Al percibirse como un saber instintivo que acompaña toda acción relacionada con otras personas, la conciencia se remite a:

1. Lo que es necesario para pertenecer.
2. Lo que le debo a otro cuando he recibido algo de él y todavía no lo he compensado a través de mi propio dar, o cuando he dañado a otro o le he quitado algo y en compensación no estoy sufriendo de manera similar o perdido algo.
3. Lo que le debo a un grupo para que pueda perdurar y actuar como tal. Es decir, el saber sobre cuál debe ser mi oportunidad para la subsistencia y la evolución de un grupo.

² Tres neurofilósofos (como a ellos les gusta humorísticamente ser llamados): Humberto Maturana, Francisco Varela y Ricardo Uribe, acuñaron el término autopoiesis o autopoyesis (palabra que proviene de los vocablos griegos: auto: “sí mismo”, poiesis: producir o generar, misma raíz semántica de poesía). Es la capacidad de los sistemas de autogenerarse o computar su propia organización (Von Foerster, 2006, p. 128). También es la capacidad de una organización de reproducirse y producirse a sí misma, de autoproducir sus parámetros esenciales en tiempo y espacio, consecuencia de su circularidad y complejidad (De la Reza, 2001, p. 72).

³ Bateson, en la conferencia titulada *Mente/Ambiente*, impartida en 1969, mencionó que “en su origen la palabra era *con-sciente*, lo cual significaba conocimiento compartido con otro” (1993, p. 233).

La gran aportación de Hellinger al tema complejo de la conciencia es haber identificado y desmitificado tanto la conciencia tranquila o “buena” como la “mala” conciencia. Cada una se acompaña de sensaciones y son impulsadas por sentimientos de inocencia y culpa. Es por ellas que la conciencia nos exige actuar.

La conciencia “buena” o tranquila se manifiesta en inocencia y es enemiga del amor. Divide a las personas en buenas y malas y les impone un código moral que decide quién o qué puede existir y qué debe ser aniquilado. Textualmente dice:

La moral tiene la idea de que es posible deshacerse de algo. Por ejemplo de un problema, de una enfermedad o de una persona. Pero en el campo nada se pierde. Sobre la base de la moral se debe excluir a alguien. Pero el excluido permanece en el campo debido a la conciencia arcaica. Por eso es representado en el campo. Eso queda demostrado en las constelaciones familiares cuando otro miembro siente como el excluido o hasta repite su destino. Este es el “enredo” que se hace visible al constelar, quedando demostrada la fuerza del campo y la impotencia de la moral (Hellinger y Ten Hövel, 2006, p. 152).

La tiranía de la moral queda flanqueada por el superego enjuiciador⁴ y por la necesidad de asegurar la pertenencia y el reconocimiento de un grupo o sistema. Dejar de someterse a ella es dar un paso hacia la adultez. Esta acción permite “mirar a los ojos a aquello que le causa mala conciencia (lo que se ha mantenido en la sombra) y renunciar a hacer lo que le daría buena conciencia” (Champetier, 2011, p. 28).

La conciencia espiritual preserva la integridad del grupo. Cuando alguien es excluido u olvidado, toma a otro de una generación posterior para representar su vida y su destino, de este modo se cumple el orden de pertenencia o la ley del número completo.⁵ Así,

⁴ Brigitte Champetier de Rives (2011, p. 29) sostiene que: “cada vez que juzgamos creamos un síntoma o una enfermedad”.

⁵ Estos conceptos los revisaré a profundidad en el siguiente capítulo.

todo aquello excluido de su propio sistema o vinculado a él, a causa de un evento trágico, se mantiene dentro del campo espiritual del sistema, y resuena con todos sus integrantes y se hace notar.

La conciencia también opera con la ley del equilibrio entre ganancia y pérdida o entre dar y tomar, la cual explicaré en el apartado que dedico a los Órdenes del Amor. Aquí basta saber que cuando en una generación anterior alguien fue culpable de alguna acción y no la afrontó, otro posterior se atormentará con esa culpa tratando de expiarla.⁶

Como vemos, la conciencia (personal y familiar) entendida por Hellinger no es necesaria para generar cambio, sí lo es la conciencia espiritual que percibe y procesa información, al margen de aquélla.

A continuación presento con más detalle los tres tipos de conciencia clasificados por Hellinger.⁷ Cabe señalar que las tres están vinculadas y se encuentran al servicio de nuestras relaciones:

1. La conciencia personal, que sirve a un orden que se muestra a través del impulso, de la necesidad y del reflejo. Es estrecha y limitada en su alcance. Debido a su diferenciación entre el bien y el mal, solamente reconoce la pertenencia de algunos y excluye a otros. Una buena conciencia es impulsada por la necesidad de inocencia en el vínculo o pertenencia al sistema familiar. Tiene prioridad por encima de la razón o la moral porque asegura la supervivencia en la pertenencia. Si hacemos algo que arriesga la pertenencia aparece la mala conciencia y, con ella, la culpa que es, en realidad, miedo a sufrir una exclusión y alejamiento. Esta conciencia nos obliga a cambiar la conducta para asegurar la pertenencia. La persona opta por mantener la inocencia al precio que sea. Ella se encarga de la compensación entre el dar y el tomar. Aquí la culpa se siente

⁶ Los interesados pueden consultar: *Conversación entre Bert Hellinger y Ruppert Sheldrake* en Wiesloch, Alemania, 1999. Recuperado de http://www.insconsfa.com/arth_sobre_campos_morfoenergeticos.shtml

⁷ Las definiciones que presento han sido tomadas de distintos textos, fundamentalmente del libro de Hellinger *El amor del espíritu* (2009).

como compromiso y la inocencia como estar libre de compromiso. Puede darse la compensación a través del dolor, que es expiación. Se trata de una compensación ciega e instintiva que no tiene que ver con el amor. También puede darse la compensación de la venganza que daña.

2. *La conciencia colectiva o de grupo*, que es más amplia que la anterior y se mantiene inconsciente. Tiene en la mira a la familia como un todo y a un grupo también como un todo. Está al servicio de la supervivencia de todo el grupo, aun cuando para ello sea necesario sacrificar a un miembro del mismo, a fin de mantener su integridad. Sirve al orden de la pertenencia. Por ello se muestra como una conciencia pre-moral y a-moral (no distingue entre lo bueno y lo malo, tampoco entre culpable e inocente). Protege el derecho de pertenencia o su restablecimiento de todos por igual. Actúa como instinto de grupo para salvar la totalidad y restablecerla. Es ciega en la elección de sus medios. Es oculta en relación con el movimiento de compensación porque es impersonal, debido a que los requeridos para esa compensación son inocentes, en el sentido de la conciencia personal. Un ejemplo: quienes suelen infringir el orden de jerarquía son niños y niñas, por lo que se exponen a sufrir consecuencias graves como pueden ser la enfermedad, el fracaso y la muerte.

3. *La conciencia espiritual*, que supera los límites que fijan las otras conciencias: diferenciación entre bien y mal y distinción entre pertenecer o estar excluido. Responde al movimiento del espíritu que todo lo mueve de una manera creativa. Todo está subordinado a este movimiento, lo queramos o no, nos subordinemos a él o le oponemos resistencia. ¿Nos percibimos en sintonía con este movimiento, estamos dispuestos a plegarnos a él y conscientemente mantenernos así en concordancia? Si es así, significa que sólo nos movemos, que sólo pensamos, sentimos y actuamos hasta donde nos percibamos movidos, guiados y llevados por él. Experimentar

esa sintonía nos hace sentir tranquilos y sin preocupaciones. Sabemos cuál es el siguiente paso y poseemos la fuerza para realizarlo. Esto sería, por así decirlo, la conciencia espiritual. El movimiento del espíritu es entrega y amor hacia todo y todos, tal como son. La culpa espiritual la sentimos como desasosiego y bloqueo espiritual. Ya no entendemos, ya no sabemos qué es lo que podemos hacer y nos sentimos sin fuerzas, nos invade cuando nos apartamos de su amor. Es la conciencia más extensa.

El siguiente es un cuadro resumen de los tres órdenes o necesidades de la conciencia espiritual.

Necesidad	Inocencia	Culpa
Vínculo o pertenencia	Cobijo y cercanía	Exclusión y lejanía
Equilibrio dar y tomar	Libertad o derecho	Obligación
Orden	Cumplimiento concienzudo y lealtad	Temor ante el castigo

La conciencia sirve a cada uno de estos fines, aunque resulten contradictorios (Hellinger, 2009, p. 28).

De Heidegger es la frase siguiente: “El que actúa siempre se hace culpable”. Hellinger coincide y sostiene: “Nada funciona sin culpas. Quien consiente eso y sopesa [...] qué es lo mejor, actúa bien, aunque no con buena conciencia [...] Haga lo que haga será culpable” (Hellinger y Ten Hövel, 2006, p. 149).

Resulta imposible huir de la culpa, pues quien infringe el orden manifiesta su culpa con temor a ser castigado; quien rompe el vínculo o la pertenencia, experimentará sentimiento de exclusión o lejanía; y quien descompense el equilibrio entre dar y tomar, manifestará su culpa con obligación.

Actuar con la buena conciencia familiar permite a la persona vivir con una sensación de inocencia que, en el caso del principio del orden, se expresa como lealtad a las normas y a las reglas, lo que produce la idea de cercanía y cobijo. Mantener el equilibrio entre dar y

tomar hace que la inocencia se exprese con un sentimiento de libertad o derecho.

Ingala Robl y Ernesto Lammoglia afirman que:

Nuestra herencia abarca mucho más que las características físicas, heredamos también memorias ancestrales y mandatos de los que no somos conscientes y que forman parte de esta conciencia que vela, al igual que en las mariposas, por la supervivencia del clan, o sea, del sistema familiar al que pertenecemos (Lammoglia y Robl, 2007, p. 39).

La felicidad para Hellinger se alcanza “dando prioridad a la conciencia espiritual” (2007a, p. 94). Hay que renunciar a la inocencia ante la ceguera de la conciencia moral que enmaraña.

Conocer las leyes que se manifiestan en las conciencias hace la comprensión más profunda porque sabe “cuándo las conciencias nos ciegan, libera donde las conciencias atan, frena donde las conciencias empujan, actúa donde las conciencias paralizan y ama donde las conciencias separan” (Hellinger, 2009, p. 35).

Para comprender su funcionamiento hay que entrar en la lógica de los opuestos complementarios, descubrir lo que hay detrás de lo irracional o ciego y reconocer el trasfondo de enfermedades, suicidios y luchas de poder. Bajo esta perspectiva, el subtítulo de este libro: *Mirar para liberar* adquiere un sentido profundo.

Estamos frente a un verdadero cambio conceptual. Se requiere práctica, ajena a la visión instrumental, para producir la conversión epistemológica. Aprenderla requiere paciencia para lograr comprender las pautas que conectan los distintos tipos de conciencia con la inocencia y la culpa.

CUERPO



Haz que el cuerpo sea capaz de hacer muchas cosas.

*Eso te ayudará a perfeccionar la mente
y así llegar al amor intelectual de Dios.*

Spinoza

El cuerpo en el mundo capitalista actual es objeto de culto o es un accesorio, y funciona como señuelo de consumo de mercancías. La medicina alópata, no ajena a este contexto, lo concibe como máquina que lucha contra enfermedades, lo que deja en segundo término el sufrimiento y las necesidades. Con esta visión fragmentada cuerpo/mente, la salud se define como ausencia de enfermedad. Resulta difícil salir de este paradigma y adoptar el concepto integral u holista de la salud: relación de integridad que mantenemos con nosotros mismos en cuerpo-espíritu-ser-alma-conciencia.

¿Cuál es el origen de esta división? En la historia de Occidente, René Descartes fue el artífice de esta separación y el primero en emplear el concepto de conciencia ajena al cuerpo al definirla como un entramado de experiencias mentales. Su frase afamada: *Pienso, luego existo*, sintetiza el reino de la razón, que modela las teorías en las disciplinas científicas.

La preeminencia de la racionalidad ha dejado su huella en la educación, para la cual el fundamento de la identidad humana radica en el pensamiento, que domina la naturaleza instintiva y las pulsiones primarias.

La fragmentación mente/cuerpo influyó en todas las disciplinas y en el nacimiento de la palabra *psicología*. Los vocablos que la conforman: *psique* (mente) y *logos* (estudio), expresan una imagen impregnada del prejuicio que excluye al cuerpo del estudio de la mente humana.

Fue precisamente la falta de claridad sobre la unidad cuerpo-mente⁸ la que produjo graves problemas para reconocer la interdependencia entre lo psicológico y lo físico. Al respecto, Fritjoj Capra dice:

La confusión que existe hoy sobre la función y la naturaleza de la mente, distinguiéndola del cerebro, es una consecuencia obvia de la filosofía cartesiana. Descartes no sólo hizo una marcada distinción entre lo impermanente del cuerpo humano y la indestructible alma, sino también propuso varios métodos para estudiarlos. El alma, o la mente, debían ser exploradas a través de la introspección, mientras que el estudio del cuerpo requería seguir los métodos de las ciencias naturales (Capra, 1992, p. 185).

Este tipo de confusiones genera los problemas de orden mental y emocional comentados por Krishnamurti y Bohm en el diálogo referido.

En su libro, *Sobre la creatividad*, el físico estadounidense David Bohm afirma: “Los pensamientos engendran cadenas automáticas de respuestas psicológicas, emocionales y fisiológicas que tienen una repercusión tremendamente real dentro de la mente, el cuerpo y la sociedad en general” (2002, p. 20).

⁸ Bateson afirma: “Los dualismos mente y cuerpo, mente y materia, Dios y mundo son todos falsos... Las convencionales enunciaciones dualistas sobre la relación mente/cuerpo –los dualismos convencionales del darwinismo, del psicoanálisis y de la teología– me resultan absolutamente ininteligibles” (1993, pp. 285 y 295).

Gracias a la física cuántica hoy sabemos que la disociación cuerpo/mente produjo un conocimiento parcializado del ser humano, que deja fuera de las investigaciones científicas el ámbito de las emociones. Así la atención médica se concentró en el funcionamiento de los órganos. Nuevas disciplinas como la bioenergética y la decodificación biológica demuestran que las emociones se refugian en el cuerpo y se expresan a través de accidentes, enfermedades físicas y mentales. Tanto la lucha mental por amordazarlas como la represión para ocultarlas, tienen consecuencias en el estado de salud física.

Para la visión monista, integral u holista, el cuerpo es fundamento orgánico de nuestros conocimientos, memoria viva de nuestras experiencias vitales. Nuestra forma de movernos y el funcionamiento corporal reflejan los acontecimientos y las experiencias por las que hemos pasado.

La maestra espiritual londinense Debbie Shapiro afirma que el cuerpo refleja lo que sucede en la mente. En otras palabras, al pasar por el cuerpo, la conciencia se liga al poder de la mente y del espíritu y se manifiesta en estados de salud o de enfermedad. Este cambio de perspectiva se refleja en la siguiente frase: *biografía es biología*.

¿Qué significado atribuimos a este cambio? El cuerpo es parte de un sistema global e indivisible conformado de varias dimensiones: psicológica, afectiva, cognitiva y espiritual.

Gregory Bateson, exponente destacado de la visión monista, aseguraba que la observación concienzuda del cuerpo puede reportar procesos, estados y patologías mentales. Para él, la mente humana es *esencia de estar vivo*. La define como un sistema complejo que abarca emociones y sentimientos, así como las funciones del pensamiento conceptual, del aprendizaje y de la memoria.

Hoy en día existen herramientas de diagnóstico⁹ corporal basadas en las estructuras caracterológicas definidas por Wilhem Reich y ampliadas por Alexander Lowen. Para ambos, la salud psicológica, emocional y física depende del estado de la conciencia de la

⁹ Para los interesados, consultar a Mirna Luz Molina Ramos (2007).

persona, del darse cuenta de las propias creencias, opiniones, actitudes, patrones mentales y comportamientos que alteran la composición biológica del sistema energético corporal.

Lowen, creador de la bioenergética, define el cuerpo como banco de sabiduría que precede y se anticipa a la adquisición del conocimiento.

La medicina actual reconoce la influencia del estrés emocional en la aparición de enfermedades físicas y emocionales, causadas por sustancias bioquímicas que produce el cuerpo ante la presencia de miedo, amargura y pensamientos negativos.

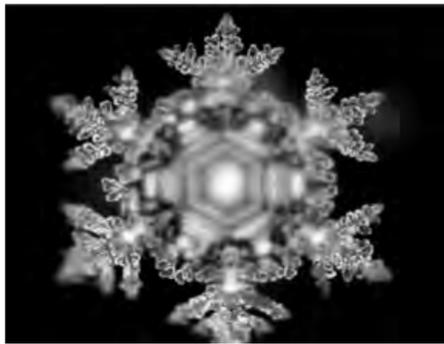
Se han elaborado estudios al respecto, como el del psicólogo estadounidense Daniel Goleman, quien comparó el estado de salud física y mental entre monjes tibetanos y científicos de Occidente. Sus resultados fueron publicados en el libro *Emociones destructivas. Cómo comprenderlas y eliminarlas*. A partir de este trabajo llegó a la conclusión de que la energía humana proveniente de emociones es materia biológica, con lo que se demuestra la indivisibilidad mente-cuerpo: la información de emociones originadas por pensamientos se manifiesta en el cuerpo y sus órganos.

También resulta interesante la experiencia psíquica de Caroline Myss para curar enfermedades, relatada en su libro *Anatomía del espíritu*. En éste afirma:

La energía es poder [...] y transmitir energía al pasado pensando insistentemente en acontecimientos penosos resta poder al cuerpo y puede conducir a la enfermedad [...] Las actitudes que generan sensaciones de impotencia no sólo conducen a una falta de estima propia, sino que también agotan la energía del cuerpo físico y debilitan la salud general [...] El agotamiento de la energía es manifestación de intoxicación espiritual (Myss, 1996, p. 62).

Otra experiencia reveladora de la relación mente-cuerpo proviene del japonés Masaru Emoto, quien en su laboratorio investigó el poder del pensamiento, de los sonidos y de las palabras en la estructura molecular del agua.

Su investigación consistió en tomar distintas muestras de este líquido, les aplicó estímulos mentales y fotografió los resultados a través de un ultramicroscopio. Sus imágenes son sorprendentes. En el caso del amor, el agua adoptó una forma bella, una especie de cristal iluminado, como lo demuestra la fotografía izquierda. Dicha estructura que vemos en esa imagen fue creada a través de la bendición de un monje budista zen.



AMOR



ODIO

También Emoto empleó la palabra “gracias” pegada sobre una botella de agua destilada que dejó a la intemperie nocturna. A la mañana siguiente encontró una imagen de estructura armónica.

Descubrió colores oscuros y formas amorfas bajo la influencia de frases como: “me das asco”, “te mataré”, “te odio”, como puede verse en la fotografía de la derecha.

Dos conclusiones a las que llegó Masaru Emoto en sus experimentos con el agua, son:

1. No importa el idioma empleado sino el valor de cada palabra y la vibración natural que acompaña a esa emoción.
2. Los seres humanos estamos conformados de 70 a 80% de agua y es probable que ésta se comporte igual bajo la intención de nuestras emociones.

La vida es energía en vibración y los seres humanos resonamos con la energía de otros seres, animados e inanimados. Nuestra mejor resonancia se da cuando sentimos amor (*yang*) y gratitud (*yin*). Entonces el cuerpo, habitado por la historia, pone en acción la capacidad para autorregenerarse y autocurarse. Movimientos que ocurren cuando los pensamientos se experimentan como acto ininterrumpido de agradecimiento por la vida.

Todos los ejemplos que he citado como parte de las investigaciones para identificar la unidad cuerpo-mente, ilustran cómo los procesos de conocer y de la conciencia ya no son materia exclusiva de reflexión filosófica, sino de estudios de fisiología, biología, psicología, física y espiritualidad; sus resultados regresan en forma de preguntas existenciales: ¿qué le pasa al agua que se aloja en el cuerpo de un ser humano a partir de los pensamientos que emite?

El poder de la mente y de las emociones en nuestra estructura biológica evidencia la responsabilidad personal en los procesos a favor de la salud, orientados con las energías del amor y de la autoestima, que mantienen en equilibrio el ser integral. En esta elección se juega el poder del cuerpo como caja de resonancia de la inteligencia.

Desde un punto de vista sistémico, lo que ocurre al cuerpo de un individuo expresa el desorden familiar, el cual refleja, a su vez, el estado de los cuerpos.

Es por esto que en el método de Bert Hellinger los síntomas son tomados como mensajeros del sistema y fuentes de información fiable. Ofrecen pautas para descifrar los mensajes del sistema. En este marco, cobran sentido las tres imágenes que Brigitte Champetier de Rives ofrece para definir el cuerpo en el método de CF:

1. Es el teatro de las dinámicas sistémicas con las que estamos especialmente vinculados.
2. Es la interfaz entre el individuo y su sistema.
3. Es donde nos habla nuestro inconsciente, que no es más que el movimiento del espíritu individualizado.

Las dinámicas inconscientes de un sistema familiar hablan de enredos, cargas, lealtades, exclusiones, traumas, creencias y patrones transmitidos de generación en generación.

La atención plena e integrada que se origina en los procesos de una CF (cuerpo-mente-ser-espíritu-alma-conciencia) ayuda a la persona a comprender y solucionar sus conflictos. Y quizá con la energía restablecida, un cuerpo enfermo desarrolle los mecanismos necesarios para su autorregeneración. De ahí que en toda intervención con el método se hace la siguiente aclaración: CF no garantiza la recuperación de la salud.

El cuerpo expresa un tipo de carácter y un lenguaje. Observar el lenguaje verbal (digital) y el no verbal (analógico) es un camino que permite diferenciar ilusión (imagen interior) de percepción (aquí y ahora). Su lenguaje abarca: el kinésico (movimientos de manos, cuerpo, rostro, mirada y comunicación táctil), el paralingüístico (rezongos, bostezos, susurros, risitas, accesos de tos, ritmo y velocidad de elocución, pausas y titubeos) y el proxémico (distancias), así como la entonación, los énfasis en palabras y las inflexiones de voz.

CF encuentra en la manifestación de exhalaciones profundas, relajamiento facial y cuerpo erguido, las pautas para percibir reacciones de fortalecimiento de conciencia. Entonces cuerpo y ser se ponen en contacto y en concordancia con alma y espíritu.

REALIDADES: MANIFESTADA Y FUNDAMENTAL

La Filosofía Perenne habla de tres instancias que nos constituyen: cuerpo, mente y espíritu, las cuales nos arrojan dos realidades diferentes: la realidad manifestada,¹⁰ corresponde al mundo construido por las dos primeras y cuya mirada se dirige al exterior; la realidad

¹⁰ *Manifiesto* significa que puede sostenerse en la mano. Su opuesto es lo sutil, lo no manifiesto.

fundamental que corresponde al mundo del ser, donde la mirada se orienta hacia el interior.

Cuerpo y psique –advierte Ramón Gallegos Nava– son superposiciones instrumentales para desempeñarnos en el mundo fenomenológico de la manifestación, sin conformar nuestra esencia.

En palabras llanas, a los seres humanos no nos definen cuerpo y pensamiento. Ambos son instrumentos que operan en la realidad manifestada.

La naturaleza del pensamiento es fragmentada, por lo que le es imposible abarcar la totalidad de la realidad fundamental. La realidad manifestada se da en el mundo de las apariencias, de las construcciones deliberadas, de certezas, del condicionamiento mental. Todas ellas creadas por el pensamiento infatigable al que se le escapa la esencia.

Al advertir esta distinción instrumental cuerpo y mente, vemos que la división se replica en todos los ámbitos de la realidad manifestada: pareja, familia, escuela, sociedad, ciencia, religión, tecnología, entre otros, lo cual nos obliga desde el ego a construir la ilusión de control.

En la realidad fundamental, la conciencia puede observarse a sí misma a través de nuestros ojos mirando hacia el interior. En esta realidad, el ser es guiado por el espíritu, el cual es transmental o transracional.

¿Cómo despertar a la realidad fundamental? Hay una frase del siglo V a. C. inscrita en el templo de Apolo, en Delfos, que indica el camino para comprender el sentido de la vida y de la existencia. Reza: “Conócete a ti mismo”. En el proceso de mirar hacia dentro se restablece el orden interior a fin de trascender la confusión entre ser y ego. Recorrerlo requiere disciplina para no enfocar la atención en los conflictos creados por el pensamiento: divisiones entre opuestos que van creando emociones antagónicas. Se trata de observar las propias reacciones en el instante en que las cosas están ocurriendo.

La falsa premisa que separa al observador de su observación, defendida por la ciencia clásica, nos aleja de la unidad en movimiento

e interacción. En la realidad fundamental todo está interconectado y la conciencia espiritual se observa a sí misma en lo que observa. Se requiere un estado mental libre de apego o identificación con el pensamiento para trascender el ego.

Krishnamurti nos da, de nuevo, una clave: “Observar sin pensamiento es energía”. Perdemos la energía para mirar cuando la malgastamos con pensamientos, sentimientos y palabras.

Encuentro otras claves para entenderlo en las citas de dos hombres. El primero es del monje tibetano Kalu Rinpoche: “Vivimos en medio de la ilusión, de la apariencia de las cosas. Pero existe una realidad y somos esa realidad. Cuando entiendes esto, ves que no eres nada, y que siendo nada, lo eres todo”. La segunda es del médico, psicoanalista y psiquiatra checo Stanislav Grof, quien agrega: “Cuando uno abandona su sensación de ser especial se pasa a formar parte de todas las cosas. Se está en armonía, dentro del Tao, con el flujo de los acontecimientos” (Ram Das en Grof, 1993, p. 236).

CUENTO

Tomado del *Chandogya Upanishad**



Cuando Svetaketu tuvo 12 años, fue mandado a un maestro, con el que estudió hasta cumplir los 24. Después de aprender todos los Vedas, regresó al hogar lleno de presunción en la creencia de que poseía una educación consumada, y era muy dado a la censura.

Su padre le dijo:

—Hijo mío, tú estás tan apegado a tu conocimiento y tan lleno de censura, ¿has buscado el conocimiento por el cual oímos lo inaudible, y por el cual percibimos lo que no puede percibirse y sabemos lo que no puede saberse?

—¿Cuál es este conocimiento, padre mío? —preguntó Svetaketu.

Su padre respondió:

—Como conociendo un terrón de arcilla se conoce todo lo que está hecho de arcilla, pues la diferencia es sólo en el nombre, pero la verdad es que todo es arcilla, así, hijo mío, es el conocimiento, que una vez adquirido, nos hace saberlo todo.

—Pero sin duda esos venerables maestros míos ignoran este conocimiento, pues, si lo poseyesen me lo habrían comunicado. Dame, pues, tú, padre mío, este conocimiento.

—Así sea —contestó el padre— y dijo:

—Tráeme un fruto del árbol del nyagrodha.

—Aquí está, padre.

—Rómpelo.

—Roto está, padre.

—¿Qué ves ahí?

—Unas simientes, padre, pequeñísimas.

—Rompe una.

—Rota está.
—¿Qué ves ahí?
—Nada.

El padre dijo:

—Hijo mío, en la esencia sutil que no percibes ahí, en esa esencia está el enorme ser del enorme árbol del nyagrodha. En eso que es la sutil esencia, todo lo que existe tiene su yo. Eso es lo Verdadero, eso es el Yo, y tú, Svetaketu, eres Eso.

—Por favor, padre —dijo el hijo— dime más.

—Así sea, hijo mío —respondió el padre— y dijo:

—Pon esta sal en agua, y vuelve mañana por la mañana.

El hijo cumplió lo mandado.

A la mañana siguiente, el padre dijo:

—Tráeme la sal que pusiste en el agua.

La buscó el hijo, pero no pudo encontrarla, pues la sal, por supuesto, se había disuelto.

El padre dijo:

—Prueba el agua de la superficie de la vasija. ¿Cómo es?

—Salada.

—Prueba del medio. ¿Cómo es?

—Salada.

—Prueba del fondo. ¿Cómo es?

—Salada.

El padre dijo:

—Tira el agua y vuelve.

Así lo hizo el hijo, pero la sal no se perdió, pues la sal existe para siempre.

Entonces dijo el padre:

—Ahí igualmente, en ese cuerpo tuyo, hijo mío, no percibes lo Verdadero pero ahí está realmente. En eso que es la esencia sutil, todo lo que existe tiene su yo. Eso es lo Verdadero, eso es el Yo, y tú, eres Eso.

* Fuente: A. Huxley (1945). *La filosofía perenne*. Recuperado de [http://inabima.gob.do/descargas/bibliotecaFAIL/Autores%20Extranjeros/H/Huxley,%20Aldous%20\(1894-1963\)/Huxley,%20Aldous%20-%20La%20Filosofía%20Perenne.pdf](http://inabima.gob.do/descargas/bibliotecaFAIL/Autores%20Extranjeros/H/Huxley,%20Aldous%20(1894-1963)/Huxley,%20Aldous%20-%20La%20Filosofía%20Perenne.pdf)

CAPÍTULO 3
AMPLIACIÓN DE LA MIRADA



*No persigas los lazos de fuera, no mores en el vacío interior;
permanece sereno en la unidad de las cosas,
y el dualismo se desvanecerá por sí solo.*

El tercer patriarca del zen

La fenomenología propone un método para observar la realidad manifestada. Esta rama de la filosofía nació a finales del siglo XIX y principios del XX y ha desarrollado diversas corrientes.

La palabra fenomenología significa estudio de los fenómenos que aparecen en la conciencia. La fundó el filósofo alemán Edmund Gustav Albrecht Husserl (1859-1938), quien así la llamó por tratarse de una teoría básica de *ver* todos los aspectos de la experiencia, con la que se describe de manera imparcial los fenómenos. Esta forma de proceder nos obliga a retirar el sentido común, el pensamiento y los sentimientos. Ardiles nos advierte que: “También es menester poner entre paréntesis la existencia singular y concreta de los entes percibidos” (1977, p. 14).

Con el lema fenomenológico: ¡*Vuelta a la experiencia!*, Husserl anima a ver el mundo brillante, sonoro, desmesuradamente rico en colores y sonidos. Sin embargo, sabe que sus formas no están completas. Son completadas al momento de su contemplación, de su encuentro. Entonces se vuelven formas. La experiencia, entonces, antes de ser objeto de reflexión lo es de observación.

Ver seres humanos frente a otros seres humanos es percibir fenomenológicamente el despliegue de conductas corporales, distancias y movimientos (*kinestesis*). Al respecto Krishnamurti recomienda:

Sólo nos interesa la observación de lo que ocurre; lo que ocurre en realidad, no teóricamente, no conforme a un patrón determinado de pensamiento, sino “lo que es”. Y, en esa observación de “lo que es”, lograr que ello se vuelva muy claro (Krishnamurti, 2001, p. 119).

Este *darse cuenta* sin que medien los condicionamientos del pensamiento como son: condena, aceptación, agrado o desagrado; amplía la mirada reducida por el juicio. Mirar un hecho en un estado de atención plena nos libera de lo cercano, de lo exacto y fijo, de lo determinado. En palabras textuales de Hellinger: “La mirada amplia percibe lo mucho simultáneamente, también aquello que se opone. Está abierta a todo en la misma medida y por eso es imprecisa [...] Sin embargo, en la mirada amplia permanecemos centrados” (2005c, p. 91). Esta mirada incluye los detalles que portan señales concretas de lo esencial que se oculta.

La fenomenología de Husserl procede con el método *epoche* o *epojé*.¹ Esta palabra griega significa estado de distracción o pérdida del sentimiento de realidad que se obtiene al suspender “todos los juicios y posiciones tomadas ante el mundo objetivo dado” (Ardiles, 1977, p. 13). El *epojé* permite acceder a la realidad del otro, al suspender el sentimiento y poner entre paréntesis los prejuicios culturales y nuestra convicción espontánea sobre el otro y su realidad. Elimina de la mente las opiniones atrincheradas en hábitos repetidos con los que alejamos el miedo a la incertidumbre y a la equivocación. Esta forma de proceder nos vuelve mentalmente más sensibles, alertas y ágiles.

Para que la reflexión sea válida desde la perspectiva fenomenológica “es necesario que la vivencia sobre la cual se reflexiona no sea inmediatamente arrastrada por la corriente de la conciencia [...] que en cierta manera permanezca idéntica a sí misma a través de ese devenir” (Lyotard, 1989, p. 69). No es la memoria la que interviene sino la retención de la vivencia, un estado en el que el fenómeno continúa siendo dado en su reconstrucción descriptiva, sin interpretación ni racionalización, a fin de reconstruir su significado. Este proceder apunta al disparador de la conciencia relacionada con el mundo: la intuición eidética y originaria (intuición de la esencia)² conectada con el espíritu.

Husserl supo que el conocimiento de una vivencia no puede determinar que ésta sea realmente como el conocimiento dice que es. Vio en la psicología la posibilidad de desarrollar este nuevo método experimental, en el que la percepción y la intuición –no el conocimiento– determinan lo que es la vivencia.

Hellinger responde a esta inquietud 40 años más tarde, al desarrollar las CF. Ahí la intuición y la percepción se conjugan para

¹ *Epojé* es un verbo que significa: detener, verificar, mantener. Husserl lo emplea como reducción fenomenológica o poner en paréntesis el mundo.

² La esencia o el *eidós* del objeto está constituida por lo invariable que se mantiene idéntico a través de las variaciones (Lyotard, 1989, p. 21). El *eidós* es el objeto de la conciencia.

encontrar la esencia de la experiencia vivida, también llamada experiencia eidética. Explica:

Si procedo de manera fenomenológica, exponiéndome a una realidad tal como se presenta, renuncio a la libertad de pensar o quererla de manera distinta. Me someto a la realidad reconocida. Sin embargo, sometiéndome gano la libertad de actuar. Quien formula una síntesis arbitraria, bien tiene la libertad de imaginarse algo de manera diferente de cómo es, pero ¿qué hace después? [...] Si procedo fenomenológicamente, viendo súbitamente qué es lo importante, tengo fuerza y libertad de movimiento para la acción. Dentro de este margen experimento mi libertad personal (Hellinger y Ten Hövel, 2004, pp. 46-47).

En CF, el facilitador se expone a lo que muestra el consultante, a su sistema familiar, a su destino, a su determinación, a su sufrimiento, y actúa sin el propósito de curar, sin temor y sin voluntad; se entrega a la fuerza espiritual creativa que nos permite superar un límite. En palabras textuales de Hellinger:

Se requiere para ello cierta postura interior a través de la cual se entra en relación con esa fuerza y que nos permite ser acogidos por ella. El proceder fenomenológico nos obliga a esta postura, pues en esencia es la apertura a lo nuevo y desconocido. Una imagen que sería útil aquí sería: te haces delgado y ancho como una membrana, y fluye a través de ti algo diferente [...] En cuanto estás en armonía no has de tener miedo. Por eso también hay que olvidar aquí todo lo que se ha aprendido. Esto es la postura fenomenológica y el proceder fenomenológico (Hellinger, 2006d, pp. 26-27).

El otro lema de la fenomenología: ¡*A las cosas mismas!*!, también guía el proceder del método en una CF. Esta exclamación invita a “depurar la visión y a potenciar la intuición para percibir las esencias intuidas como lo dado al campo intencional de la consciencia [...] Las cosas mismas son las vivencias intencionales que constituyen el eidos del fenómeno” (Ardiles, 1977, pp. 8, 14-15).

APRENDER A HACER: CAMINO FENOMENOLÓGICO DEL ENTENDIMIENTO

*El entendimiento requiere dedicación, es decir amor, respeto
y apertura hacia aquello que también a ella se le puede
revelar... Este entendimiento esencial requiere
acción, y también hace posible esa acción.*

Bert Hellinger

A partir del proceder fenomenológico, las CF proponen trabajar desde un *no-hacer* que Hellinger denomina *centro vacío*, donde se puede *mirar* sin juicios. Sobre ello, dice:

Este tipo de trabajo sólo es posible porque una forma de conocimiento le precede. La actitud del facilitador es la de un filósofo. Quiere decir que éste se expone a aquello que se muestra, sencillamente como es. Interiormente se vacía, sin intención, sin regresar al conocimiento anterior, sin temor (Hellinger, 2009, p. 147).

Krishnamurti también describe con claridad este centro:

La verdad se encuentra en los hechos de la relación [...] el conocimiento propio radica en ver los hechos de la relación tal como son, sin inventar, condenar, ni justificar [...] Si la mente puede permanecer simplemente atenta a todo este proceso, ustedes encontrarán que el pensamiento se detiene. Entonces la mente está muy quieta, muy silenciosa, sin incentivos, sin moverse en dirección alguna; y en esa quietud, en ese silencio se manifiesta la realidad (Krishnamurti, 2001, p. 21).

Hellinger, practicante de la atención concentrada, describe el *centro vacío* como el punto donde la actividad mental descansa y el espíritu recibe temporalmente la intuición del alma. Se trata de permanecer en total atención ante algo, silenciosamente, consintiendo a todo tal como es. Ahí aparece en conjunción el vacío y la plenitud, y nos advierte:

Hay que renunciar a todo deseo o querer propios para exponerse plenamente a la realidad, hasta que algo oculto se manifiesta ante el ojo interior, mostrando su esencia, su centro, su orden oculto. Es como un regalo que se da cuando se renuncia al conocimiento, a la curiosidad y a toda ambición, cuando no se pretende nada de la realidad, no se le pide nada y por eso no nos elevamos por encima de ella (Hellinger, 2005, pp. 34-37).

En su libro *La verdad en movimiento*, él desarrolla un apartado para el tema del vacío. Comienza con esta pregunta inquietante: ¿cómo logramos la sintonía con aquel Espíritu que le permite al espíritu humano participar de su fuerza creadora y de su saber creador? Y, en seguida da su respuesta: *a través del vacío*. Luego formula tres preguntas fundamentales: ¿qué significa aquí vacío?, ¿cuál es el proceso interno que lleva a ese vacío? y ¿cómo se siente?

El proceso de asentir a todo lo que es y a todo tal cual es conduce a la plenitud y al vacío. Con este asentimiento soltamos lo propio y nos colmamos de todo lo que ese espíritu crea, ordena y anima. Al asentir soltamos y al soltar asentimos. Hellinger llama a este proceso de retiro y apertura *recogimiento*. Concluye: “únicamente en el vacío estamos completamente presentes” (Hellinger, 2005c, p. 38).

La cultura oriental traza con la meditación el camino para llegar al *centro vacío*, donde es posible ver un *fenómeno* en su estado original.

En la cultura occidental, los griegos supieron de la existencia de este *centro*. Tres siglos antes del nacimiento de Jesucristo lo habían nombrado como *oikeiosis*: origen de casi todo lo positivo. Palabra de la que se origina *ecología*.

Por su parte, San Juan de la Cruz practicó la purificación del alma con lo que él llamó *la noche oscura, que es la noche de los sentidos* (no ver, no oír, estar quieto), *la noche del espíritu* (orientarse al todo en asentimiento, sin excluir nada) y *la noche de la voluntad* (sin anhelo, sin ansia, sin deseo y sin temor). En esta purificación del alma nos orientamos devotamente hacia algo oculto, esperando a que se muestre, a que nos mueva y a que actúe a través de

nosotros. Ahí el espíritu encuentra su misión y el alma su plenitud. Entonces se logra el orden: el alma sintoniza con espíritu y cuerpo y éste obtiene fuerza y salud.

¿Qué se entiende por orientarnos devotamente? Percibir lo que actúa en el presente y que no puede ser comprendido, sólo sentido de manera interna. En palabras de Hellinger:

La devoción contesta sin escuchar, comienza a vibrar sin saber de dónde, es enlazada en un movimiento orientado sin prever dónde termina. Por ese motivo la devoción carece de movimiento propio. Es serena. En la devoción esperamos y simplemente estamos. Pero despiertos y amplios, sin movernos (Hellinger, 2005c, p. 40).

A través de ella logramos la comprensión esencial para la acción esencial sin intención, ni fervor, podemos mantenernos centrados, serenos y humildes. Es la devoción para no buscar y tampoco defender. Es la conciencia de que algo mira a través de mí.

En el centro vacío habita *la eternidad, negación del tiempo*, como la define el escritor checo Milán Kundera, o donde aparece el tiempo *aoristo*, entendido como acción prolongada. Desde ahí comprendemos el orden oculto, la esencia. Hellinger le llama *camino fenomenológico del entendimiento*, que comienza por estar abierto para lo totalmente inesperado y lo nuevo (2005c, p. 41). Un camino en el que se aplica la filosofía creativa no como verdad pura.

En el aprender a hacer, la fenomenología también apuesta por una psicología de las formas, de las relaciones y de las intenciones. La fuente de experiencia es el cuerpo.

En CF se trabaja tanto con la expresión corporal como con las formas geométricas dadas por la disposición de las personas en el espacio. Su lectura permite comprender el suceder del otro, sin devolverle de inmediato la comprensión obtenida. Por ejemplo: la disposición de dos personas, una delante de la otra, puede significar enfrentamiento. La colocación de alguien en medio de una línea recta puede ser punto de unión o puente. La triangulación quizá

revele que alguien ha tomado el lugar de otro. La forma de anfiteatro puede informar que alguien murió.

Las personas validan y dan significado a las experiencias. Al aplicar el método fenomenológico el mundo del o de la consultante se pone entre paréntesis para lograr un distanciamiento que permita desvelar su significado. La experiencia se convierte en un fenómeno perceptible y adquiere la forma de la visión del consultante sobre su sistema, de acuerdo con la estructura de su conciencia, para dar paso a la comprensión desde los órdenes que dicta la realidad fundamental. Entonces la persona logra mirar el mundo con “ojos nuevos” y éste se le muestra distinto.

Heidegger, discípulo de Husserl, menciona algunas figuras y formas fenoménicas que son retomadas en el método de Bert Hellinger. Una de ellas es la tendencia al no-ser que se expresa corporalmente con inclinación, inestabilidad, movimientos oscilatorios (Heidegger, 1999, pp. 60-61).

Las palabras *actuar u obrar* (en griego), y la palabra *modo* (en latín), tienen manifestaciones corporales semejantes. En griego significa caer y tumbarse, *desviarse* de un estar erguido y derecho. En latín significa inclinarse hacia un lado. Las tres, en sus significados, siguen direcciones corporales inestables y muestran la tendencia del no-ser. Llama la atención que *estar ahí erguido*, ponerse de pie y sostenerse son expresiones corporales que los griegos identificaron como el *ser* del *ente*.

CF trabaja con estas expresiones corporales descritas por los griegos sobre el *ser* y el *no-ser*. El código analógico que construye Hellinger para darle significado a estas posturas guarda coincidencias.

Ya Heidegger había explicado la postura del Ser:

El volverse estable significa por tanto: conquistar sus propios límites, delimitarse. Por eso, uno de los rasgos básicos del ente es [...] el término [...] El término es terminación en el sentido de cumplimiento. Límite y término son aquello con lo que el ente comienza a “ser”. A partir de este significado se puede entender el título supremo que Aristóteles emplea para el ser, el sostener

(mantenerse) en su término (límite) [...] La forma tal como la entendieron los griegos obtiene su esencia del comenzar a instaurarse en-el-límite [...] En el fondo, “ser” significa presencia para los griegos [...] “Ser” quiere decir (también): la “estabilidad” en el doble sentido: 1. El estar en sí mismo en tanto lo que está surgiendo, 2. pero como tal “estable”, es decir, permanente, el perdurar. No-ser significa por tanto: salir de esta estabilidad surgida en y por sí misma (Heidegger, 1999, pp. 61, 62 y 65).

El *no-ser* en una CF se manifiesta con las posturas que dan significado a las palabras *actuar*, *obrar* y *modo*. La integración del *ser* se expresa con una postura estable en sí misma, que se detiene, se refrena desde su límite y se sostiene a sí misma.

El mundo visible es una manifestación de la mente. El conocimiento es una función del ser. CF, con el *epojé*, recorre el puente que los une. Así, la mirada fenomenológica manifiesta lo que oculta la realidad construida y muestra su esencia.

¿QUÉ SON LAS CONSTELACIONES FAMILIARES?



Una de las condiciones para *ver* con el método de Bert Hellinger es crear un montaje. La palabra alemana *familienaufstellung* significa montaje de familia o colocación de familia, y fue traducida al

español como Constelaciones Familiares. Este método de intervención diagnóstica se da en un marco psicoterapéutico y requiere la presencia grupal o individual con ayuda de objetos. En ambos casos se experimenta un proceso de aprendizaje dirigido a la búsqueda de solución y al cambio.

Ingala Robl, directora del Centro de Constelaciones Familiares Sowelu y rectora del Instituto de Estudios Superiores Sowelu, define a las CF como: “una metodología que ofrece un diagnóstico de las dinámicas inconscientes dentro de los vínculos familiares que sirve para la prevención de síntomas y de repeticiones de eventos causantes de sufrimientos”.

Este método tiene tres enfoques: fenomenológico, sistémico y transgeneracional. Como vimos en el apartado anterior, el primero se emplea en la percepción. El segundo, el sistémico, proviene de la terapia que lleva el mismo nombre y ubica a la persona en su entorno, a través de los estilos relacionales, las alteraciones en las interacciones y los patrones de comunicación con el sistema y los subsistemas familiares. El tercer enfoque, el transgeneracional, vincula a la persona con fenómenos no resueltos por los ancestros del sistema familiar paterno y materno, presentes en la repetición de eventos o destinos.

Hellinger opta por dar el nombre de *asesorías* a sus intervenciones. Sus montajes tienen el objetivo de configurar los sistemas y percibir el campo de interacción de los movimientos del alma y del Espíritu, desde diferentes niveles de profundidad: ver, observar y mirar. Su fin es encontrar los enredos sistémicos que impliquen a la persona y le impiden estar en el presente. En sus palabras:

Lo que nos une (al mirar a alguien y ser mirado por él) y lo que posibilita el (mutuo) reconocimiento, es un alma que nos abarca a ambos. En esa alma yo lo abarco a él y él me abarca a mí. En esta alma común nos reconocemos. Esta alma se encuentra extendida y no sólo a través del espacio, sino también a través del tiempo. Por ello en esta alma también están presentes los muertos [...] Yo estoy en resonancia con todo lo que fue. Si en este campo se da un

disturbio, por ejemplo, si en mi familia hubo un crimen y un asesino y una víctima, estoy con ellos en resonancia. Ellos me influyen. A través de este campo yo estoy expuesto a ellos [...] En este campo se puede poner algo en orden en forma posterior. Si se logra reunir en este campo, por ejemplo, a un asesino y a su víctima, para que puedan percibirse, amarse, reconciliarse, entonces en este campo algo cambia. Si se ha cambiado algo en el pasado, tiene un efecto benévolo sobre el presente. Aquí esto sería sanación (Hellinger, 2009, pp. 123-124).

El montaje brinda la posibilidad de mirar tanto las implicaciones en un sistema familiar como los movimientos interrumpidos con los progenitores. Todo movimiento que ahí ocurre se realiza de manera espontánea. Los representantes reportan reacciones corporales y sentimientos que emergen del lugar ocupado, lo cual va revelando la naturaleza del conflicto.

En la búsqueda de una imagen de solución, nace la nueva mirada y, con ella, el cambio. Desaparece el temor a perder las propias creencias y a descubrir los comportamientos erróneos propios o ajenos, nacidos de lealtades e implicaciones inconscientes. Como afirma Krishnamurti: “Mirar el temor y dejarlo en libertad, termina el temor” (1973, p. 114). Gracias a este proceso guiado por el amor, se disipa el miedo hacia la vida y la muerte. La entereza para mirar se da cuando la persona retira los velos que le impiden ver con el corazón.

Esta forma de percibir un fenómeno rebasa toda postura instrumental basada en el uso de técnicas y habilidades. Su trasfondo filosófico-espiritual permite que las almas respiren y vivan armónicamente, conectadas con la vida. Así lo muestra Hellinger en su libro *El amor del espíritu*, en el que define a éste como:

El que lo abarca todo de la misma manera [...] Se alcanza (la) comprensión consciente, en sintonía con la conciencia del espíritu [...] Por ello este amor, como también la conciencia, son puros. El amor es puro porque es movido por otro pensar [...] es también un amor creador (Hellinger, 2009, p. 11).

VER



*Tu amor hacia los otros es el resultado del autoconocimiento,
no su causa... Pero cuando ves cualquier cosa como algo
separado de ti, no puedes amarla porque le tienes miedo...*

Sólo el autoconocimiento puede romperlo.

Búscalo con resolución.

Nisargadatta Maharaj

Ver, desde un enfoque mecanicista, es acto reflejo de la percepción sobre lo nombrado. Veo lo que nombro, nombro lo que veo e ignoro lo que no tiene nombre. En el acto de ver se presenta la realidad fragmentada. Si nombro lo que veo, lo distingo y clasifico, entonces dejo de ver la totalidad al separarla y reducirla a lo nombrado. Es decir, al quedar fuera del campo visual desaparece lo innombrado. Así se explica cómo este enfoque excluye el mundo interior.

La ciencia llama *punto ciego* a lo que no alcanzamos a ver. En una CF el consultante expresa la manera de ver su realidad sin percatarse de la presencia de estos puntos creados por el enfoque mecanicista.

Bert Hellinger asigna tres nombres a los puntos ciegos inadvertidos por el paradigma lineal y reduccionista. Sobre ellos erige las leyes del orden que regulan la convivencia humana y los denomina

como: Orden, Pertenencia y Equilibrio. Identificados bajo el concepto común Órdenes del Amor, con ellos busca restituir al ser auténtico en sus relaciones e interacciones y aportarle alegría y paz, como veremos en el último apartado de este capítulo.

Gracias a los Órdenes del Amor podemos observar el comportamiento que surge del ver lineal o mecanicista. Con ellos, las formas de intervención se realizan sin presencia de prejuicios, temores y expectativas. Lo contrario se conoce como explotación psicológica porque al consultante no se le permite ser él mismo, se le rechaza, se le falta al respeto, se le marca una dirección, se le exige su cumplimiento y se le impone una “verdad” plagada de juicios y descalificaciones. Es una postura que nace del amor infantil.

Ver más allá de lo evidente nos exige quedarnos aquietados, rendirnos con humildad al no-hacer, en atención concentrada para no ser atraídos por la apariencia, a fin de alcanzar la amplitud y la profundidad del ser consciente.

OBSERVAR



El universo tal como lo conocemos resulta de la conjunción del observador y lo observado.

Pierre Teilhard de Chardin

David Bohm aseguró que el método determina lo que observamos.

La ciencia mecanicista –como ya lo he mencionado– ha insistido en dividir lo observado del observador. De ahí el concepto de realidad fragmentada. A partir de los descubrimientos de la física cuántica se comprueba la inexistencia de dicha separación. Si este es un patrón extendido –como lo hacen las imágenes fractales– somos uno entre nosotros, uno con la naturaleza y uno con el universo.

La observación, desde el punto de vista mecanicista, se enfoca en los detalles en busca de precisión. Excluye de su campo visual –como lo dije anteriormente– lo que está fuera de su enfoque. Por lo tanto, su observación es limitada y descontextualizada.

La visión mecanicista prevaleció en los siglos XVII, XVIII y XIX. La ciencia clásica cultivó la observación aséptica y objetiva.³ La verdad debía observarse bajo estrictas medidas de control. Tal pensamiento rigió hasta el advenimiento de la física cuántica⁴ o teoría de los fenómenos atómicos. Entonces los científicos, sorprendidos ante el comportamiento de las partículas subatómicas, admitieron su error y reconocieron que el observador influye en el comportamiento de lo observado.

En el ámbito psicológico, dicha división se da en el movimiento incesante del pensamiento. Cuando ésta desaparece podemos percibir en el otro

[...] sus motivaciones, la forma como camina, cómo habla, lo que dice, por qué fuma, las implicaciones del trabajo, si se da cuenta de la belleza de las colinas, de las nubes, de los árboles, del barro en el camino y la relación con otras personas [...] Proceder así durante todo el día, vuelve la mente aguda, alerta, no sólo la superficial, sino la conciencia completa, el total de ella, porque no

³ Heinz von Foerster señala como una raíz de la mancha ciega cognitiva, la ilusión peculiar de nuestra tradición occidental, a saber, la noción de “objetividad”: “Las propiedades del observador no deben entrar en la descripción de sus observaciones” (2006, p. 91).

⁴ Einstein llamó a las partículas de luz (fotones) *cuantos*, de ahí el nombre de física cuántica.

deja que escape ningún pensamiento secreto, no hay un rincón de la mente que no sea tocado, que no quede al descubierto (Krishnamurti, 1973, p. 117).

Observar la mente en sus condicionamientos es camino viable para salir del estado de ilusión o sueño. La dualidad observador-observado crea conflicto y aumenta si el observador lucha por librarse de él. Cuando no hay observador, sino sólo observar, entonces el conflicto se nulifica. Por ejemplo, se puede comprender el dolor y el miedo si los observamos con claridad, sin la distorsión que produce el observador. Ver lo que es produce un orden interno. “En eso no hay separatividad ni división, ni juicio, sino una completa unidad, que tal vez pueda llamarse *amor*” (Krishnamurti, 1973, p. 158).

Un ejemplo más:

Cuando hay división entre el observador y lo observado, el observador dice: “tengo que desembarazarme de esto”, “tengo que reprimirlo” o “tengo que comprenderlo”, “tratar de ver su causa”, etc. En eso hay conflicto, un estado de perturbación, de dominio, de represión, de ceder al hecho o de racionalizarlo, justificarlo, etc. Todo eso es un despilfarro de energía, a causa del conflicto envuelto en ello. Cuando el observador se da cuenta de que él mismo es la cosa observada, entonces ve que él es la ira (que no existe él mismo y la ira como dos cosas separadas). Cuando ve que él es la ira, no hay desperdicio de energía (Krishnamurti, 1973, p. 68).

Constelaciones Familiares apela por esta observación que va en busca de:

- Un ¿para qué?, donde pierde sentido la búsqueda de una causa o de un culpable. Lo verdaderamente valioso es indagar la función de un patrón repetido en la interacción humana.
- La complementariedad y la reconciliación de dualidades aparentemente opuestas o antagónicas.
- La subjetividad autorreferencial de observar.
- La ampliación de contextos en los que ocurren dinámicas inconscientes.

- La ley de la circularidad que elimina el *más de lo mismo* como falsa solución e introduce en la lógica sistémica los eventos que hacen que los sistemas se regulen y autoorganicen.⁵

Nuestro entendimiento alcanza hondura cuando nos alejamos de la observación lineal en busca de causas sin retorno que construyen realidades dicotómicas, polarizadas e irreconciliables, regidas por el principio de exclusión. También se vuelve profunda cuando nos acercamos a la observación fenomenológica, sistémica y transgeneracional en la que impera el principio de inclusión.

Una definición de la acción de observar de este nuevo enfoque la tomo, de nuevo, del maestro espiritual Krishnamurti, quien dijo: “Observar es mirar sin elegir, vernos tal como somos, sin ningún movimiento del deseo por cambiar, lo cual resulta una tarea extremadamente ardua” (2001, p. 25). ¿Por qué? Porque se trata de no condenar, justificar, comparar, forzar, cambiar, desear. “A menos que hagamos esto, no sé cómo pudiéramos trascender este limitado y estrecho círculo en que vivimos” (Krishnamurti, 1973, p. 60).

Tal estrechez se rige por una falsa conciencia que nos impone un *deber ser* que se expresa con frases como: “no debo enjuiciar” o “debo hacer tal cosa para...”. Toda acción dirigida a reprimir, controlar o transferir escamotea la libertad del observador y genera sufrimiento. En otras palabras, quien no aprende a observar sufre.

⁵ Marcelo Pakman afirma que todo proceso de autoorganización va acompañado por uno de desorganización en el ambiente (“exterior” o “interior”) del sistema autoorganizador. Si se trata de eliminar dicho aspecto desorganizador, también perdemos el fenómeno autoorganizador. Consecuencia de ello es que todo sistema de este tipo requiere un ambiente del cual tomar orden y al cual desorganizar (en Von Foerster, 2006, p. 33).

MIRAR



*Los ojos son canal de comunicación
y reflejan el estado en el que se encuentra
la energía corporal y emocional.*

Alexander Lowen

El doctor Alexander Lowen, médico, psicoterapeuta y creador del análisis bioenergético, afirma que los ojos se iluminan cuando el individuo está excitado, y se apagan cuando se extingue esta animación interior. En sus palabras: “Podemos aventurar que la luz que brilla en ellos es un resplandor interior emanado de los fuegos que arden en el cuerpo” (1983, p. 268).

Una función de mirar es el contacto. El mismo Lowen sostiene:

El contacto ocular es una de las funciones más íntimas que pueden establecerse de contacto entre dos personas. Representa la comunicación de sentimientos a un nivel más profundo que el verbal, porque el contacto ocular es una forma de tocar [y] es probablemente el factor más importante de la relación entre padres e hijos, especialmente entre la madre y su bebé [...] Cuando no hay contacto, porque la madre no busca los ojos de su hijo, éste lo toma como rechazo, y produce en él un sentimiento de aislamiento. Cualquiera que sea la expresión de los ojos de los padres cuando miran al pequeño, afecta a

la parte emocional de éste y puede influir notablemente en su conducta. Las miradas, como ya he dicho, son mucho más poderosas que las palabras, a las que frecuentemente desmienten (Lowen, 1983, pp. 270-271).

¿Qué desarraiga a una persona de la vida? Generalmente las experiencias traumáticas vividas en la infancia y relacionadas con las miradas paternas. Tal desarraigo puede expresarse con una mirada hacia el piso o hacia el cielo. En el primer caso, puede interpretarse como tristeza por la muerte de una o varias personas o como vergüenza; en el segundo caso, como conexión con la muerte.

Quiero ilustrar el impacto en la forma de mirar de mamá con un pasaje del afamado documental brasileño *Ventana del alma. Una película sobre el mirar*, dirigida por Walter Carvalho y João Jardim, estrenada en 2002. Este filme muestra, en una de las entrevistas, el poder que tiene la mirada materna en la construcción de la identidad. Elijo el testimonio de la realizadora finlandesa, Marjut Rimminem, afectada desde el nacimiento por estrabismo, quien relata cómo de niña su madre le dirigía una mirada depresiva, que sin palabras le decía: “oh, mi pobre niña; oh, qué horror”. La intención de esta mirada la llevó a concluir: “soy un fracaso porque mi mamá me mira de esta forma”. Como adulta, se convirtió en cineasta de películas animadas y creó el cortometraje *Muchas vueltas felices (Many Happy Returns)*, en el que plasma esta experiencia. El personaje principal es una niña con una deformidad física. Sin embargo, el trauma es psicológico. Su alma queda lesionada por haber percibido el rechazo de mamá en su mirada, y por haber presenciado formas de comunicación violenta entre sus padres.

Las investigaciones de Lowen demuestran que desde el vientre materno y hasta la primera infancia se va construyendo la identidad de la persona con experiencias que producen sentimientos de seguridad y confianza o de rechazo, miedo y aislamiento. Las miradas de mamá y papá –presentes o ausentes– y sus intenciones, van moldeando una armadura en el carácter, que se manifiesta en la forma como miramos, ya sea con expresión lejana que muestra

ausencia de sentimientos; con súplica y atracción; con penetración imperiosa; con fijeza o dulzura; con intención seductora o intrigante; con expresión sufrida, dolorosa, confundida o endurecida. He aquí la importancia que tiene la mirada.

CF desarrolla su método para que la persona resuelva los condicionamientos aprendidos en la infancia, revividos en la adultez y reproducidos en las relaciones e interacciones humanas.

¿Se puede mirar con una mente fresca y nueva? ¿Es posible mirar cualquier cosa como si se estuviera mirando por primera vez? ¿Qué nos impide mirar de esta manera?

Ningún esfuerzo se requiere cuando se conecta con el amor del Espíritu. Heridas, huellas, recuerdos y experiencias dolorosas nos alejan de la posibilidad de mirar sin llevar las cargas del pasado. Desde esta perspectiva, mirada y amor mantienen un estrecho vínculo. Así lo muestra el origen etimológico de la palabra “mirar”. Forma parte del verbo latino: *respicere* que en español significa respetar. *Specere* es mirar en latín. Respetar y mirar comparten esta raíz, que le da a la palabra “mirar” el significado profundo del amor: reconocer y aceptar la valía de algo o de alguien, tal y como es.

Mirar y respetar se relacionan de manera circular. La acción perceptiva y cognitiva de mirar se liga al valor de respetar, lo que genera una acción valorativa: *mirar lo que se respeta*. Quien facilita la constelación mira con respeto la implicación sistémica de quien consulta.

La relación inversa, respetar-mirar, produce que la valoración acompañe a la acción: *respetar lo que se mira*. Es decir, actuar o intervenir sin intención. En este doble juego se construye una circularidad que alimenta percepción cognitiva y acción valorativa: *se respeta lo que se mira y se mira lo que se respeta*, lo cual significa mirada profunda de asombro ante el milagro de la vida.

Mirar también comparte otra raíz latina: *mirari* que conforma la palabra milagro. Desde un punto de vista filosófico, esta relación nos plantea el reto de maravillarnos ante el misterio de vivir (ver Jodorowsky, 2008, pp. 134-135). Asombro que nace cuando

cultivamos y hacemos crecer el alma, centro de la conciencia. CF propicia este aprender a mirar y a actuar, desde el lugar del amor, para de esta manera restablecer el vínculo con la vida. Se trata entonces de una mirada espiritual, liberada de la confrontación de dualidades. Hellinger la define como una mirada “sin peso, sin intención, sin temor, que está en sintonía con el todo y es clara. En todo comprende lo esencial [...] lleva a una acción que sabiamente la une a ella y a los otros con el todo” (2005c, p. 48).

Esta mirada no se reduce a los eventos inmediatos y estrechos que agobian. Mira a través nuestro y va más allá. Es amplia y nos libera de preocupaciones, expectativas y deseos. La orientan fuerzas mayores que le permiten dejar atrás lo difícil y encontrarse con lo profundo y liberador. Es una mirada pura y sin peso que inagotablemente fluye con el amor (Hellinger, 2005c, pp. 48-49).

Resumo: ¿qué *ven* las personas en una CF? El pasado donde quedaron asuntos o temas sin resolver.

¿Qué hay que *observar* en lo profundo? Lo esencial: la aplicación de los Órdenes del Amor para acercarnos a la paz, la armonía y la plenitud.

¿Qué hay que *mirar* con respeto? Nuestra verdadera naturaleza espiritual.

La mirada en las CF tiene energía porque nace de la inteligencia que no se desgasta en palabras o pensamientos y que contribuye a ordenar la mente humana. Recordemos que si lo psicológico está ordenado el mundo es menos peligroso.

Ver, observar y mirar en un montaje de CF, son acciones de un proceso que acerca a las personas a su ser auténtico.

ÓRDENES DEL AMOR



*Entonces, si en el momento en que escucho algo,
me retiro un poco y le doy a cada uno de los actores
un lugar en mi corazón, estoy vinculado
al Espíritu y recibo de él la comprensión
y la fuerza que llevan hacia adelante.*

Brigitte Champetier de Rives

El amor responde a un orden. Ese orden lo da la conciencia colectiva arcaica conectada con el Espíritu.

Hellinger descubrió que la convivencia humana pacífica es posible cuando se siguen tres leyes que son independientes de nuestros deseos y temores. Si alguna de ellas es ignorada o lastimada se presentan consecuencias en el sistema familiar: enfermedades, accidentes, muertes, fracasos, despojos, entre otras.

Un sistema familiar está conformado por:

- Los hijos (vivos, abortados, que partieron, entregados, olvidados, hermanos y medios hermanos).
- Los padres y sus hermanos (abortados, entregados y olvidados).
- Parejas anteriores de los padres (que al no reconocerlas pueden ser representadas por hijos de relaciones posteriores).

- Abuelos y sus parejas anteriores.
- Bisabuelos.
- Aquellos cuya muerte temprana o desaparición trajo ventajas a los miembros de la familia.
- Asesinos de víctimas de la familia.
- Víctimas de muerte.
- Víctimas de asesinatos de la familia.

Todos ellos están vinculados por una fuerza superior que rige bajo los tres siguientes órdenes:

El primero y fundamental orden del amor es el de *pertenencia*. Dice: *Todos los que forman parte de una familia tienen el mismo derecho a pertenecer*. Infringirlo no sólo produce desorden sino también consecuencias de largo alcance. Este derecho a la pertenencia incluye: abortos espontáneos o inducidos, asesinatos, adopciones, discapacitados, hijos nacidos muertos o fallecidos en el vientre de la madre, miembros que adoptaron una religión diferente a la de su grupo familiar, personas que optaron por el ejercicio de una sexualidad diferente, entre otros. Cuando alguno de ellos es negado, despreciado, rechazado o relacionado con un sentimiento de culpa, se convierte en excluido del sistema y, por lo tanto, este orden lo hará presente con sentimientos o comportamientos adoptados inconscientemente por algún integrante de generaciones posteriores. Así la persona queda enredada o implicada en un destino que no es suyo. Este enredo actúa para reconstruir el orden y unir lo separado. Así la conciencia colectiva busca restituir la integridad perdida del grupo.

El segundo orden fundamental del amor es el de *la jerarquía*. Reza: *Aquel que ha sido miembro anterior del grupo tiene prioridad ante quienes se agregaron posteriormente*. Exige que cada uno ocupe el lugar que le ha sido asignado en la familia. Esta jerarquía la establece el tiempo de pertenencia o llegada a un sistema. Los padres llegan antes que los hijos. El primogénito antes del segundo y así sucesivamente. Saltar o desplazar lugares es un atentado contra

este orden por el que se paga consecuencias de vida-muerte y de éxito-fracaso; sin importar que la infracción se haga de manera inconsciente o por amor. Una violación frecuente de este orden es el llamado “amor infantil” (también conocido como amor ciego, irracional o asesino) que se expresa con la frase: “mejor yo que tú”, y cuyas consecuencias pueden llevar a un hijo o a una hija a un rotundo fracaso, como sacrificar su vida, lo que lleva a la familia a vivir una tragedia: suicidios, asesinatos, enfermedades, luchas de poder. Respetar la jerarquía conduce al éxito en todas las relaciones, supera los conflictos y conduce a la reconciliación. Es el orden de la paz interna y de la unión de grupo. Su modelo es la igualdad porque cada miembro, en el transcurso de su vida, tiene las mismas posibilidades de evolución y ascenso. Es un orden que impide rivalidades y luchas de poder. Las personas guiadas por un afán de ayuda infantil sacrifican salud, felicidad y vida para suplantar el dolor, el sufrimiento o la pena del padre o de la madre, con la falsa creencia de que los salvará de sus destinos.

Ese amor alberga la esperanza de poder sanar a la persona amada a través de sus sacrificios, de poder protegerla de la desgracia, de poder expiar su culpa; y aunque haya muerto la persona amada, llega al extremo de pensar que incluso podría recuperarla de entre los muertos (Hellinger, 2011b, p. 34).

A estas formas de actuar se les reconoce con el nombre de soberbia porque la persona se coloca por encima de los otros, como un pequeño salvador, un héroe o una heroína de la historia. Sus pensamientos mágicos lo llevan a imaginar que puede cambiar el curso de los acontecimientos. Nada más lejos de la realidad. A la fatalidad agrega la suya sin lograr resolver nada.

Los consultantes de CF suelen llegar con un tema de amor infantil que se manifiesta en tendencias inconscientes hacia la muerte, las enfermedades y el sufrimiento, y que son aceptados deliberadamente como cargas para redimir a otros, expiar sus culpas o liberarlos de su destino. Este amor primario puede desarrollarse hacia

un amor adulto consciente que se expresa con humildad, asiente a su impotencia y se reconoce con recursos para encararlo y, al hacerlo, desarrolla fuerzas sanadoras que le permitan vivir su destino y honrar los destinos ajenos.

El amor infantil o primario se rige por una lógica lineal causa-efecto que se expresa con frases de diagnóstico, tales como: *Yo en lugar de ti. Lo cargo por ti. Te sigo a la muerte. Te sigo a tu enfermedad. Prefiero morir yo antes que tú. Prefiero desaparecer yo antes que tú.* Frases que al mantenerse inconscientes producen eventos trágicos.

Por todo esto se entiende que para el método de Hellinger, el Orden es lo fundamental y es faro que alumbra la observación en el montaje de un sistema familiar y nos lleva a entender las dinámicas, con sus enredos sistémicos y sus lealtades inconscientes.

¿Qué es más importante el amor o el orden? Solemos responder: el amor. El Amor sin Orden no fluye. Ésta es la gran aportación de Bert Hellinger: el Orden contiene al Amor.

Es evidente entonces que el amor por sí mismo no basta, ha de someterse al orden que lo contiene. Así actúa la naturaleza. Entre los seres humanos seguir el orden garantiza sobrevivencia. Hellinger dice: “Un árbol se desarrolla según un orden interno. No se le puede modificar. Sólo puede desarrollarse dentro de este orden” (2007a, p. 37).

Este Orden no es tiránico, sino jerárquico: quien nació antes tiene una posición más elevada. Igual ocurre con quien tiene mayor peso o una función relevante.

Los conflictos de Orden no tienen origen en causas lineales. Son parte de una dinámica de interrelaciones recursivas, en las que participa, entre otros enredos sistémicos, el amor infantil. La mirada filosófica en el método de Bert Hellinger pone en el centro de sus acciones la imagen del amor que sana y no la del amor que enferma. El primero es el amor del espíritu, que lo abraza todo y une lo separado. El segundo es el amor infantil, que es erróneo y limitado.

Cabe señalar que en esta ley del orden, la familia que se forma tiene prioridad sobre la familia nuclear. También, en el caso de un

hijo adoptado, si después llega un hijo biológico, éste tiene preeminencia sobre el anterior.

El tercer orden fundamental del amor es el de *dar y tomar* en las relaciones de intercambio para mantener el equilibrio. Sentirnos en deuda produce culpa. Dar conforme a lo recibido nos hace inocentes. En este dar y tomar con amor, cuando la persona paga el precio total de lo recibido, la relación se acaba, puesto que un equilibrio total produce libertad. En cambio, si se paga menos, la relación continúa. Toda relación de amor se profundiza cuando el volumen de dar y tomar de ambos crece. Se genera desorden cuando se da mucho menos de lo que se ha tomado y se da más de lo que quiere o puede devolverse. Medios seguros para compensar son: agradecer y transmitir la vida o servirle. En este orden también se da la compensación negativa que coloca a las personas en el círculo vicioso del daño mutuo. En esta relación se presenta la víctima u ofendido que anhela la venganza. El perpetrador busca expiar para deshacerse de la culpa. Ambas acciones los convierte en enemigos. Hellinger encuentra una manera de solucionar la escalada de venganzas en una relación amorosa: devolver en menor medida el mal. Este tipo de compensación profundiza el amor.

A este tercer Orden del Amor, Hellinger también lo llama: *Equilibrio entre dar y tomar o entre ganancia y pérdida*. Esta necesidad es tan fuerte que inconscientemente actúa como tendencia a la compensación en la fatalidad. Por ejemplo: si la persona le hizo un mal a otra, encontrará un modo para sufrir, y si vivió algo bueno, lo pagará con algo malo. Sobre él dice:

En todos los sistemas vivos existe una continua compensación de tendencias antagónicas. Es similar a una ley natural. Es decir, la compensación entre tomar y dar no es más que una aplicación a sistemas sociales. La necesidad de un equilibrio entre dar y tomar hace posible el intercambio en los sistemas humanos. Esta interacción se inicia y se mantiene por el hecho de tomar y de dar, regulándose por la necesidad de todos los miembros de un sistema de llegar a un equilibrio justo [...] Un gran movimiento entre tomar y dar viene

acompañado de una sensación de alegría y plenitud. Esta felicidad no cae del cielo, se hace. Si el intercambio se realiza a un nivel elevado y es equilibrado, tenemos una sensación de ligereza, de justicia, de paz. De las muchas posibilidades de experimentar la inocencia, ésta es la más liberadora y bella (Weber, 1999, pp. 23-25).

Existe la necesidad de equilibrio en lo negativo. Cuando las devoluciones del mal van creciendo, en la relación se instala el intercambio del mal y con él la infelicidad. La solución para romper con este círculo vicioso y volverlo virtuoso requiere de: “Vengarse del otro con amor. Es decir que también se le hace daño pero un poquito menos. Entonces termina el intercambio en el mal y ambos pueden volver a empezar con el dar y tomar bueno” (Hellinger, 2007a, p. 38).

Compensaciones equilibradas son las que se dan a través del bien, del respeto, del amor y del agradecimiento.

El equilibrio entre dar y tomar nos hace pensar: ¿qué es lo máximo que podemos recibir de los padres? La vida. Quien no toma a sus padres no toma la vida. Esto es esencial. Lo logra quien, desde una actitud interior de humildad, agradece el regalo más grande recibido y con él toma la felicidad, la salud, la abundancia, la prosperidad.

En el amor ciego este equilibrio no se logra. Opta por la falsa salida de expiar una culpa como recompensa ciega, lo cual destruye el respeto.

¿Qué es lo máximo que podemos recibir de la vida? Para responderla he tomado fragmentos de varios libros de Hellinger con las que conformo una respuesta parafraseada.

Lo máximo que se recibe de la vida es el destino, al cual hay que asentir tal y como es, con lo que trae de agradable y de no tan agradable, y vivir plenamente, sin buscar culpables. Agradecer sin soberbia y con la humildad que nos obliga a ver a todos en un mismo nivel: vivos, muertos, perpetradores, víctimas. Conscientes de que el destino nos determina y que trabaja a través nuestro.

Quien toma a sus padres, a sus ancestros, a su vida, a la pareja, a los sistemas familiares propio y de la pareja, toma el amor que sana y se aleja del amor que enferma.

La práctica de las CF ha demostrado a la filosofía que la demarcación es más amplia para el Ser (en relación), el Alma (abarca familias, pueblos, raza, religión) y la Consciencia (grupala y espiritual) y que los sistemas familiares están enlazados con otros sistemas más grandes porque todo es movido por fuerzas mayores. El amor es una de ellas y crece cuando hay orden. Descubrirlo amplía el marco de nuestra visión.

CUENTO

El más pequeño de los dioses*



Al poco de haber creado a la humanidad, los dioses comenzaron a darse cuenta de su error. Las criaturas a las que habían dado vida eran tan expertas, tan hábiles, tan llenas de curiosidad y de espíritu de investigación que en cuestión de tiempo empezaron a desafiar la supremacía de los propios dioses.

Para asegurarse su posición de preeminencia, los dioses convocaron a una asamblea general a fin de discutir la cuestión. Vinieron dioses de todos los mundos conocidos y desconocidos. Los debates fueron largos, detallados y muy reflexivos.

Todos los dioses estaban totalmente de acuerdo en una cosa. La diferencia entre ellos y los mortales residía en la calidad de los recursos de que disponían. Mientras los humanos tenían sus egos y estaban preocupados por los aspectos externos y materiales del mundo, los dioses tenían espíritu, alma y una comprensión del funcionamiento interno de su ser.

El peligro consistía en que más tarde o más temprano los humanos querían tener algo de eso también.

Los dioses decidieron ocultar sus preciosos recursos. La cuestión era: ¿dónde? Esta era la razón de la longitud y la pasión de los debates en la Asamblea General de los Dioses.

Algunos sugirieron ocultar estos recursos en la cima de la montaña más alta. Pero se advirtió que más tarde o más temprano los humanos escalarán esta montaña.

Y descubrirán los cráteres y los océanos más profundos.

Y excavarán minas en la tierra.

Y las junglas más impenetrables revelarán sus secretos.

Y pájaros mecánicos explorarán el cielo y el espacio.

Y la luna y los planetas terminarán siendo destinos turísticos.

Y hasta los más sabios y más creativos de los dioses cayeron en un profundo silencio, como si todas las vías hubiesen sido exploradas y juzgadas defectuosas.

Hasta que el más pequeño de los dioses, que había permanecido en silencio hasta ese momento, se atrevió a hablar.

“¿Por qué no escondemos estos recursos dentro de cada ser humano? Jamás se les ocurrirá buscar allí”.

* Fuente: N. Owen (2003). *La magia de la metáfora. 77 relatos breves para educadores, formadores y pensadores* (pp. 118-119). Bilbao, España: Desclée de Brouwer (*Colección Serendipity*).

CAPÍTULO 4
HORIZONTE DE LA MIRADA



*Ama la educación como fuente
de esperanza y transformación.*

Rubem Alves

El investigador Pablo Latapí Sarre en su libro-testamento *Finale prestissimo* apuntó:

Me temo que una gran parte de las deficiencias de la educación mexicana tiene su raíz en la familia, en la de los alumnos y en la de los propios maestros y

maestras. Rara vez en el medio oficial se profundiza en los problemas educativos que provienen de las características de los alumnos; mientras no se les aborde, muchos esfuerzos por mejorar la educación “desde la escuela” serán infructuosos (Latapí Sarre, 2009, p. 117).

Latapí no duda en ubicar el problema central de la educación actual en la familia. Pudo haberse referido al diseño curricular, a problemas de aprendizaje, a vicios de la enseñanza, entre otros; no obstante, deja claro que la crisis del sistema educativo mexicano refleja una más amplia que toca y atraviesa a las familias de estudiantes y docentes.

Vivimos cambios radicales en la familia tradicional. Actualmente existe una gran variedad clasificada por el INEGI. Aquí sólo mencionaré seis tipos básicos (Olvera, 2011, pp. 40-41):

- Familia nuclear tradicional: formada por el padre, la madre y un número más o menos reducido de hijos.
- Familia extendida: el grupo nuclear con la presencia de abuelos u otros parientes de vínculo consanguíneo.
- Familia monoparental: con el padre o la madre como única cabeza del núcleo.
- Familia *Living Apart Together*: familias en las que los padres comparten la custodia y el cuidado de los hijos, pero cada adulto tiene un domicilio diferente.
- Familias de padres homosexuales: hogares establecidos por padres del mismo sexo que han realizado un proceso de adopción, o bien, en el caso de las parejas de mujeres, que fueron inseminadas y que comparten la custodia y el cuidado de los hijos.
- Familias reconstituidas o ensambladas: cuando uno o ambos se casaron anteriormente, se divorciaron, volvieron a casarse y formaron una familia con los hijos de cada uno y los procreados entre ellos (los tuyos, los míos y los nuestros).

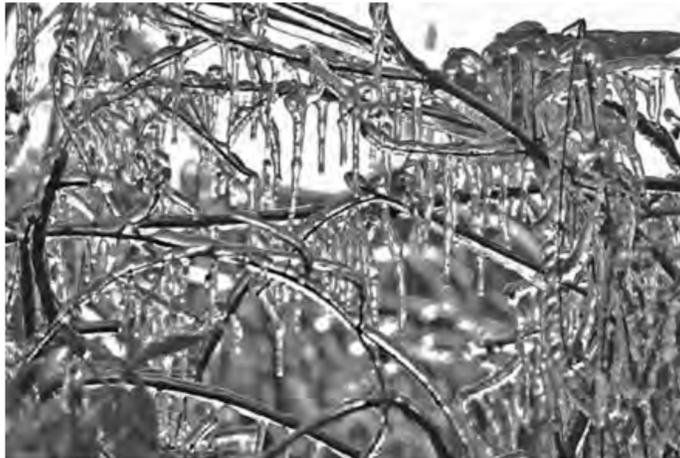
Esta realidad no está exenta de conflictos y abarca a los sistemas familiares de estudiantes y de maestros. Cabe preguntar entonces:

¿desde dónde actuar para solucionar fenómenos que van creciendo en las escuelas como la violencia, el desarraigo por migración, las adicciones, los problemas alimenticios, la apatía, entre otros?

Fenómenos sin duda complejos que requieren soluciones que vinculen familias y escuelas.

Constelaciones Familiares brinda la posibilidad de actuar en esta interrelación con un carácter menos administrativo y más humano, al servicio de la vida.

CAMBIO DE PARADIGMAS



Es infructuoso tratar de encontrar la causa única de los problemas planteados. Podemos ubicar soluciones excluyentes que han agravado el conflicto. Una de ellas es la desaparición de la filosofía en los contenidos curriculares, con lo cual la reflexión se despoja de valores.

Al respecto, la docente e investigadora de la Universidad Autónoma Metropolitana, Xochimilco (UAM-X), Beatriz Ramírez Grajeda, apunta:

Es necesario pensar, rescatar la práctica filosófica en la educación, ella no es enemiga del ejercicio pedagógico ni es ajena a nuestros modos de vida, por

ello es imprescindible dar respuesta a preguntas tales como: ¿qué mundo queremos?, ¿qué sujetos le son necesarios?, ¿de qué somos capaces?, ¿para qué educamos?, ¿qué sujetos contribuimos a formar en nuestras prácticas?, ¿con qué sujetos queremos convivir? (Ramírez Grajeda, 2012, pp. 36-37).

Sus cuestionamientos merecen atención plena y exigen una fundamentación filosófica acorde con el cambio de paradigma.

La imagen metafórica del mundo concebido como una máquina de relojería resulta obsoleta. Se creía que las partes podían medirse, sumarse y aislarse del contexto, lo que dio origen al pensamiento de la lógica lineal que opera con la disyunción (separa lo ligado), la reducción (rechaza lo múltiple en la unicidad) y uniforma la generalidad (unifica lo diverso). Este método analítico resolutivo privilegia la causalidad lineal, con la cual se cultiva la visión dualista o cartesiana (René Descartes) y la reduccionista-mecanicista (Isaac Newton). Ambas, sustentadas en la filosofía positivista de Francis Bacon. Hay que reconocer que a este paradigma se deben grandes avances científicos y tecnológicos. Sin embargo, la gravedad de los problemas actuales requiere de abordajes complejos.

La instauración del nuevo paradigma integral u holista sigue siendo lento, pese a los grandes descubrimientos de inicios del siglo pasado, cuando la humanidad vivió un lustro en el que la teoría de la relatividad de Einstein, los principios de complementariedad de Bohr, del orden a través del caos de Prigogine y de la indeterminación de Heisenberg, disolvieron lo que este último llamó el “marco rígido” de la ciencia de los siglos XVII al XIX. Otros lo llamaron tiranía del pensamiento mecanicista.

Los experimentos en el campo de la física revelaron que la materia subatómica danzaba –ante los ojos desconcertados del observador– y se comportaba en su naturaleza dual: partícula que se vuelve continuamente onda, y onda en partícula. Esto hizo replantear la naturaleza de la materia como algo tangible y reconocerla como un conjunto ilimitado de interrelaciones cuyo comportamiento se vuelve probable bajo la influencia del observador. Lo cual puso en

entredicho los conceptos básicos que ordenaban el razonamiento científico y la vida cotidiana: tiempo, espacio, objetividad, causa y efecto. Así nos lo hicieron saber los hombres que modificaron nuestra percepción del mundo: Max Planck, Albert Einstein,¹ Niels Bohr, Luis de Broglie, Edwin Schrödinger, Wolfgang Pauli, Werner Heisenberg y Paul Dirac (Capra, 1992, p. 83).

La falta de explicación al comportamiento observado en las partículas subatómicas obligó a dejar de verlas como ilusión óptica y a reconocer la mancha ciega cognitiva del viejo enfoque epistemológico. Entonces tuvieron que admitir que *no veían su no ver*. Este dar cuenta de su propio dar cuenta, los llevó a cuestionar la lógica lineal de la ciencia clásica y a percatarse de la subjetividad del observador.

El pensamiento lineal basado en la relación causa-efecto que divide la realidad en opuestos, obligaba a los científicos a poner la mirada en el problema, sin ver el todo y su interacción con el entorno.

Hoy la imagen del mundo ya no es mecánica ni lineal, es más bien un tejido intrincado semejante a la red de Indra.

Sin embargo, aunque el pensamiento de la física cuántica nos sigue conmocionando, las estructuras educativas se organizan en modelos mecanicistas, centrados en la razón y en la división mente/cuerpo.

El paradigma de la física cuántica es integral y dinámico. La mirada que surge de ella se construye con los nuevos conceptos de la ciencia moderna, interesada más en los procesos que en los resultados. En su lenguaje utiliza palabras desterradas del vocabulario de la física clásica: “incertidumbre, desorden, contexto, interacción, mapa, subjetividad, construcción de realidades, diversidad, sincronicidad, autorreferencialidad” (Stierlin, 1997, p. XII).

¹ La fórmula de Einstein $E = mc^2$ en la que “m” es la masa, que es una forma de energía y tiene la posibilidad de transformarse en otras formas de energía y “c” es la velocidad de la luz.

En esta corriente se ha desarrollado el modelo holográfico de Karl H. Pribram, la resonancia mórfica y los campos morfogenéticos² de Rupert Sheldrake, la hipótesis de Gaia de James Lovelock, el orden implicado de David Bohm, la economía ecológica de Hazel Henderson y la medicina holista de Larry Dossey (Gallagos, 2003, p. 8).

Gregory Bateson, desde la biología, había puesto atención en la búsqueda del patrón que une o relaciona. La física cuántica descubrió que en el simple acto de observar se hace presente dicho patrón. Hoy la nueva física busca un campo que se extiende a todo y nos conecta. Los experimentos para hallar la partícula de Dios o Boson de Higgs demuestran la existencia de un campo de energía invisible que llena el vacío del espacio. La ciencia se acerca al umbral entre la conciencia y la materia-energía. Sus resultados parecen confirmar que el ojo con el cual observamos ese campo de energía y el ojo con el cual ese campo nos observa se expresan como uno y el mismo.³ Quizá estemos en camino de descubrir los misterios de la realidad fundamental.

Este campo en sintonía se extiende a las familias, a las comunidades y a las escuelas. Estos sistemas sociales pueden innovar, cambiar y aprender, de acuerdo con las informaciones que reciben (Colom, 1979, p. 40). También pueden reordenar sus estructuras. Tal es el reto que nos plantea el paradigma integral con la aplicación de la pedagogía sistémica y el enfoque de Bert Hellinger.

Sirva este breve recuento del nuevo paradigma que abre otro horizonte a la mirada, para presentar el contenido de este último

² Morfogenético y mórfico tienen la raíz griega *morph* que significa forma. Un campo morfogenético es un campo hipotético de forma o patrón, orden o estructura, una “clase” de memoria en la naturaleza. Organiza los campos de los organismos vivos y configura formas no vivientes como cristales y moléculas. Son inherentemente holísticos. Contienen información, por lo que se les conoce también como campos de información o campos de memoria. Son vibraciones que resuenan (definiciones tomadas de St. Just [2008]).

³ Información tomada del video *Mundos internos, mundos externos*. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=rM87OkAJLkM>

capítulo que tiene por objetivo mostrar las contribuciones del método de Bert Hellinger en el vínculo familia-escuela.

Propongo al lector participar creativamente y construir juntos un puente que enlace las CF con el sistema educativo a fin de dar sustento al urgente giro de timón que requiere este último.

Los invito a pensar no desde el condicionamiento de la experiencia acumulada, sino con la frescura que nos brindan las CF en el aprendizaje de la convivencia humana.

APRENDER A CONVIVIR EN LA EDUCACIÓN INTEGRAL



*La inteligencia va junto con el amor
y la compasión: y uno, como individuo separado,
no puede dar con esa inteligencia.*

J. Krishnamurti

Actualmente al ser humano le aquejan alrededor de 400 síndromes. ¿Qué es un síndrome? Un conjunto de síntomas y signos con el que se identifica una enfermedad.

Sin el ánimo de disminuir la gravedad que pueda presentarse en cada una, es imposible esbozar una sonrisa al leer denominaciones tales como síndrome de: la mano extraña, el pequeño emperador,

el edificio enfermo, la clase turística, el acaparador compulsivo, el restaurante chino, el atracón, el trabajólico, el ergomaniaco, entre otros. Y también al oír denominaciones inspiradas en cuentos infantiles como: la Cenicienta, la Bella Durmiente (se presenta también en hombres) y Alicia en el país de las maravillas.

Al leer la larga lista, de la cual he tomado un botón de muestra, me pregunto ¿a qué mundo responde este fenómeno?

Los seres humanos percibidos como organismos divididos mente/cuerpo, crean una imagen fragmentada del Yo. Entonces su identidad comienza a operar con mecanismos de sustitución y negación. Si pudiera trazar el mapa de estas almas –nos advierte el filósofo estadounidense Ken Wilber– encontraría identidades escindidas, confusión, sufrimiento, angustia, ansiedad. Síntomas presentes a lo largo y ancho de nuestro planeta.

Fritjof Capra describe al ser humano, en el modelo mecanicista, de la siguiente manera:

Preocupados de manera excesiva por el pasado y por el futuro, suelen tener una limitada conciencia del presente y por consiguiente una limitada capacidad de sentirse realizados con las actividades ordinarias de la vida cotidiana. Estas personas se concentran en la manipulación del mundo exterior y miden su nivel de vida por la cantidad de posesiones materiales que tienen; alejándose cada vez más de su mundo interior, pierden la capacidad de apreciar el proceso de la vida. Las personas cuya existencia está dominada por esta suerte de experiencia nunca se sentirán verdaderamente realizadas con ningún nivel de riqueza, de poder o de fama, pues siempre serán víctimas de una sensación de inutilidad, de futilidad e incluso de absurdidad que ningún acontecimiento externo logrará disipar. Los síntomas de esta locura cultural están presentes en todos los niveles de nuestras instituciones académicas, comerciales y políticas, y la carrera de armamento quizá sea su manifestación más psicótica (Capra, 1992, p. 448).

En las escuelas cada vez se hacen más presentes síntomas relacionados con la dificultad para escuchar y prestar atención, expresados con distracciones continuas, olvidos, desorden, pérdida de objetos,

impaciencia corporal, parloteo, interrupciones, entre otros. Todos agrupados bajo el nombre de Trastorno de Déficit de Atención e Hiperactividad o síndrome TDAH. De este nombre resalto la palabra *atención*. ¿Hay alguna diferencia entre ésta y la concentración? ¿Nacen de lugares diferentes?

Krishnamurti, en su libro *Sobre la mente y el pensamiento*, define la atención como energía de la inteligencia y estado de la mente en el que no hay contradicción porque se entrega toda sin limitación alguna.

Los científicos describen en el síndrome TDAH el problema de atención como desplazamiento constante al pasado y al futuro, sin tocar apenas el presente. La descripción de una de sus manifestaciones es la siguiente: “Quiero concentrarme en una página pero el pensamiento divaga, y entonces lo hago retroceder y hay una batalla constante” (Krishnamurti, 2001, pp. 95-96).

La atención nace de la inteligencia y la concentración, del pensamiento. Este último se asocia con la memoria que acumula experiencias vividas y condiciona comportamiento y conducta. Recordar es un esfuerzo de la concentración.

La inteligencia es incondicionada y discierne soluciones en su capacidad para ver interrelaciones en la totalidad. Gracias a la atención un problema es captado al instante.

La naturaleza del pensamiento es la concentración y la naturaleza de la inteligencia es la atención. Establecidas las diferencias, signos y síntomas del síndrome TDAH apuntan hacia la concentración. Esto es así porque quizá la educación ha puesto énfasis en cultivar la memoria desde la visión mecanicista e instrumental.

No se trata de enfrentar pensamiento contra inteligencia, o concentración contra atención. Todas son necesarias para llevar a cabo procesos de aprendizaje. Destaco aquí el acento colocado por el modelo instrumental y mecanicista hacia la concentración y la memoria, dado los síntomas que genera.

Para la educación integral, la inteligencia es una cualidad de la conciencia capaz de sentir y razonar. Percibe el mundo como

totalidad integrada y a la sociedad como red de relaciones. Su lógica no es lineal. Trabaja con apertura mental para seguir el movimiento de la vida y generar interconexiones creativas. En suma, es inteligencia creadora.

Por su parte, el físico David Bohm define a la inteligencia como arte de percepción a través de la mente, dada su capacidad intuitiva y su habilidad para comprender a través del amor y de la compasión. La inteligencia integra sensibilidad, atención y observación, y hace concordar acciones con emociones.

Las escuelas con enfoque mecanicista descuidan el desarrollo de las inteligencias. La mayoría orienta su hacer pedagógico hacia el cultivo de la razón instrumental de la memoria (acumulación de información).

¿Qué tipo de convivencia promueve el cultivo exclusivo de la memoria? Básicamente la competencia, con sus expresiones de agresión física y emocional, dentro y fuera de las escuelas. Conocido con el nombre de *bullying* o acoso escolar,⁴ el origen de este fenómeno –desde la visión lineal– se explica por causas como uso de amenazas, inseguridad emocional, rechazo, entre otras.

Desde la visión sistémica, el *bullying* responde a una lógica relacional basada en la trasgresión de los Órdenes del Amor: orden, pertenencia y equilibrio, en el sistema escolar y en los sistemas familiares de estudiantes y autoridades, lo que va generando manifestaciones de desconcierto y contrariedad.

⁴ En México, las primeras cifras registradas sobre maltrato escolar infantil provienen de las consultas juveniles e infantiles del Instituto Federal Electoral 2000 y 2003: “32% de los menores de 15 años consultados afirmaron ser víctimas de maltrato en la escuela; más de 15% aseguró ser insultado y 13% dijo ser golpeado por sus compañeros”. El Instituto Nacional de Pediatría inició un estudio sobre el tema y concluyó a finales de 2008 que el acoso entre alumnos iba en aumento. La SEP ha emprendido acciones para identificar y erradicar esta práctica de las aulas del país. Recuperado de http://acosoescolarmexico.mex.tl/265530_Bullying-Acoso-Escolar-en-Mexico.html, el 27 de julio de 2014.

Esta visión sistémica considera que “todos los implicados en el proceso educativo pertenecen a un sistema mayor, tienen un lugar y desempeñan un conjunto de funciones” (Olvera, 2011, pp. 43-44).

En este axioma, la competencia no es faro que guía porque eliminar a los otros para alcanzar la meta del triunfo se aleja de las metas que se propone la educación integral, que son: armonía, plenitud y paz.

En procesos educativos orientados por la visión lineal, fomentar la competencia erradica toda equivocación porque se evita a toda costa convertirse en perdedor. Desde este lugar, se escamotea la esencia de aprender con una ilusión construida con las imágenes de triunfadores y fracasados.

Dice el físico teórico David Bohm:

Desde la más tierna infancia se nos ha enseñado a mantener la imagen del “yo” o del “ego” como algo que en esencia es perfecto. Cada equivocación parece revelar que uno es una especie de ser inferior, y que por consiguiente no será del todo aceptado por los demás. Esto es muy triste pues, tal como hemos visto, todo aprendizaje implica probar algo y ver qué sucede. Si uno no prueba algo hasta asegurarse de que no cometerá un error, nunca podrá aprender algo nuevo. Éste es más o menos el estado en el que se encuentra la mayoría de las personas. El temor a equivocarse se suma a los hábitos mecánicos de percepción en términos de ideas preconcebidas y aprendizaje con fines utilitarios específicos. Todo esto se une para crear un ser humano que no puede percibir lo nuevo y que, por lo tanto, será mediocre en vez de original (Bohm, 2002, p. 35).

La visión estrecha de la educación tradicional impone el trazo de una línea que coloca en rivalidad a los opuestos que fabrica, sin percatarse de que esa misma línea también los une.

Aunque en ambas posturas se crean comunidades de aprendizaje para aprender a percibir y aprender a actuar, sus éticas son diferentes.

Organizar la propia percepción en la educación integral, implica actuar para ampliar contextos y para adquirir conciencia y responsabilidad de la propia elección y de sus consecuencias.

Humberto Maturana define a la ética como la aceptación del otro como un legítimo otro en la convivencia y la preocupación por las consecuencias de las acciones propias sobre él. La ubica en el dominio del amor. Para él, el fundamento de la ética es emocional. Parafraseo dos de sus ideas: *Si no estoy en la emoción que incluye al otro en mi mundo, no me puedo ocupar por su bienestar. Sólo si acepto al otro será visible y tendrá presencia.*

Aprender a actuar conlleva entonces una responsabilidad ética.

Otra disyuntiva que nos plantea el paradigma mecanicista y que resulta absurdo en el paradigma integral es elegir entre conocimiento o sabiduría.

¿Cómo se define el ser humano ante la sabiduría? Una explicación filosófica que reconcilia la aparente oposición, la encuentro en Sri Nisargadatta Maharaj: “Cuando veo que no soy nada, esto es Sabiduría. Cuando veo que soy todo, esto es Amor. Entre estos dos valles, mi vida fluye”.

Heidegger definió a la sabiduría como *poder aprender*. Dijo:

Sólo sabe aquel que entiende que debe aprender constantemente y, a raíz de esta comprensión, llega a la posición de poder aprender siempre. Esto es mucho más difícil que poseer conocimientos. ¿Por qué? Porque aprender supone poder preguntar. La posición interrogativa debe clarificarse, asegurarse y consolidarse por medio del ejercicio (Heidegger, 1999, p. 29).

El filósofo alemán coincide con Heinz von Foerster al colocar en el eje del pensamiento inteligente las preguntas *legítimas* que no tienen respuestas conocidas.

Aprender, desde la visión integral, no busca sólo que la persona adquiera conocimiento, sino también sabiduría. Procesos que no se limitan a la escuela, abarca toda la vida.

En México, la sabiduría fue cultivada por las culturas prehispánicas como la tolteca. Así nos lo deja ver el siguiente pensamiento del indio yaqui don Juan, transcrito por su discípulo, el antropólogo Carlos Castaneda: “Un hombre va al saber como va a la guerra:

bien despierto, con miedo, con respeto y con absoluta confianza” (Castaneda, 1983, p. 72).

Don Juan describe el aprendizaje como un terreno poblado de incertidumbre, donde gobierna la ignorancia involuntaria que es contraria a la acción de ignorar. La diferencia entre ambas establece una condición que puede explicar el fracaso de las soluciones que nacen de la lógica del pensamiento lineal frente a la crisis actual de la educación.

El pacifista Prem Rawat lo dice de manera sucinta: “Es posible que los problemas del mundo no estén basados en la ignorancia sino en ignorar”.

La educación busca erradicar la ignorancia, sin embargo, el sistema educativo en crisis insiste en ignorar al ser humano como ser integral. Dar atención a la totalidad de sus necesidades cognitivas, sociales, emocionales, físicas, estéticas y espirituales, requiere de un esfuerzo para transitar el camino del cambio que vincula sistemáticamente familias y escuelas, con el fin de promover aprendizajes integrales en un mundo cada vez más interdependiente.

La aplicación del método de CF puede ayudar en ese camino. Su filosofía aplicada ofrece orientación a padres de familia, estudiantes, directivos y maestros para fundar una convivencia responsable, desde un lugar que crea lazos de unión, de reconciliación y de paz.

Esta mirada se construye con un lenguaje acorde con la visión integral, en el que va perdiendo fuerza la conjunción disyuntiva “o” y adquiere más presencia la conjunción copulativa “y”. La mirada inteligente reconoce en la “y” la unión, de la cual sobrevienen cambios. En la ciencia la “y” relaciona disciplinas que fueron separadas: filosofía, ciencias y artes. En las humanidades, la “y” integra espíritu, ser, alma, mente, cuerpo y conciencia. En la salud mental, la “y” integra luz y sombra. En las CF la “y” abarca a la generación presente y a los ancestros. En la filosofía en acción, la Gran Alma se convierte en expresión pura de “y”, al incluir a todos los integrantes de un sistema familiar. En la educación integral la “y” libera los conflictos creados por la competencia y la exclusión, y los modifica

por experiencias de aprendizaje colaborativo bajo los principios de la ética del amor.

La “y” es expresión de mentes integradas y de inclusión del gran sistema de la vida.

EDUCACIÓN INTEGRAL Y PEDAGOGÍA SISTÉMICA CON EL ENFOQUE DE BERT HELLINGER



*Somos prisioneros de ideas que nos han quitado la libertad
para percibir el mundo de manera total.*

Ramón Gallegos Nava

*La totalidad de la existencia podrá comprenderse
adecuadamente, cuando nosotros mismos estemos completos
y liberados de la fragmentación predominante
a la que hemos estado condicionados.*

Bert Hellinger

La prisión de la que habla Gallegos Nava en el epígrafe, alude al modelo de pensamiento instrumental y mecanicista que produjo la división o separación del ser humano con la totalidad, mencionada en el epígrafe de Hellinger. Con esta percepción errónea construimos

la visión materialista del mundo. Hoy vivimos sus consecuencias: la crisis generalizada de significados.

¿Cómo salir del condicionamiento de la fragmentación? Un camino viable es a través de la educación integral.

Aprender con este paradigma –como lo he mencionado– no es adición ni sustracción de acciones aisladas, sino percepción de totalidades sistémicas: el individuo concebido como memoria, emociones, intuición, percepción, cuerpo, inteligencia, pensamiento, atención, concentración; el comportamiento del individuo (estudiantes, docentes, directivos y personal de apoyo administrativo) en relación con sus sistemas familiares; las escuelas como organismos que son parte de sistemas más amplios e inscritos en contextos culturales, sociales, económicos.

El paradigma de la educación integral trabaja no sólo con lo cognitivo, también con lo emotivo y lo motriz. De ahí surge la libertad de percibir, entendida esta acción como aventura del asombro que involucra al ser en interdependencia con otros seres, a fin de fomentar una convivencia responsable y en cooperación.

En la educación integral adquiere relevancia la relación consigo mismo, con la familia, con la comunidad, con el planeta, con el universo. Busca crear ambientes armónicos basados en el conocimiento de la persona consigo misma, lo cual produce salud emocional y lleva a adquirir conciencia sobre el significado de la vida.

Para lograrlo hay que tener una noción clara de la totalidad multidimensional del ser humano, conformada de sentimientos, experiencias, cuerpo, valores, creencias, vida espiritual, familia, sentido estético e intuición. Y también hay que crear condiciones pedagógicas.

La pedagogía sistémica con el enfoque de Bert Hellinger es una alternativa viable y complementaria. Su marco de pensamiento sistémico y de acción, apoya los procesos de aprendizaje hacia una toma de conciencia en la búsqueda de soluciones integrales.

Esta pedagogía se aplica de manera permanente en la certificación de Constelaciones Familiares en Sowelu, y en su Maestría en Soluciones Sistémicas Sociales. Fue practicada públicamente por

Bert Hellinger en México en el año 2001 (Olvera, 2011, pp. 53-54). Entonces él dirigió una sesión de trabajo en el Centro Universitario Doctor Emilio Cárdenas (CUDEC) que involucró agentes educativos: estudiantes, padres de familia, docentes, colaboradores administrativos y directivos. Sus intervenciones permitieron ver:

- el impacto que tiene en el desempeño escolar el lugar que cada uno toma en el proceso de enseñanza-aprendizaje;
- la dinámica que subyace en los sistemas familiares y escolares revelados por cada uno de los lugares;
- el descubrimiento de intenciones (atención, energía y fortaleza) percibidas en la dirección de miradas, que se evidencia con preguntas diagnósticas, como: ¿hacia dónde estamos mirando las personas?;
- las influencias transgeneracionales en los sistemas humanos (familiar y escolar), que repercuten en la vida y en la historia de las personas.

Esta pedagogía es fenomenológica, transgeneracional y sistémica. Su mirada se dirige hacia la conectividad relacional. Como dice Mercè Traveset: “El epicentro del suceso es la acción recíproca” (2007, p. 19).

Es un marco aplicado al proceso de enseñanza-aprendizaje, con el cual se facilita el encuentro de imágenes de solución a los conflictos. Parafraseo dos de los hallazgos descritos por Angélica Patricia Olvera, promotora de la aplicación de la pedagogía sistémica con el enfoque de Bert Hellinger en su centro educativo CUDEC (Olvera, 2011, pp. 62-63):

- En los procesos de las familias y en el de enseñanza-aprendizaje influyen las alteraciones de los órdenes, mismos que producen cambios en actitudes, intereses y conductas.
- Las intervenciones con el método de CF en las escuelas aporta a las instituciones educativas diagnósticos integrales porque incluye la mirada de docentes, estudiantes, autoridades y padres, a fin de hallar una imagen de solución para cada caso.

La pedagogía sistémica con el enfoque de Constelaciones Familiares (Olvera, 2011, pp. 68-69), busca que las personas:

- Se reconcilien con sus sistemas familiares y ancestrales.
- Desarrollen la conciencia de pertenecer a un sistema mayor.
- Identifiquen el lugar que tienen en el sistema familiar.
- Incluyan y reconozcan el lugar, función e historia de todos los miembros del sistema familiar.
- Doten de sentido a su vida y a su historia, a partir de su lugar en el sistema humano, familiar y escolar.
- Promuevan el intercambio justo entre el tomar y el dar.
- Alcancen un estado de integridad que permita experimentar la vida con fortaleza para resolver los fenómenos que ponen a prueba su estructura de personalidad, su carácter y sus capacidades intelectuales y emocionales.
- Estimulen la inteligencia transgeneracional para hallar soluciones que los liberen de ataduras que limitan su desarrollo humano y para potenciar los aspectos que fortalecen a cada individuo, los cuales tienen una conexión histórica y ancestral con sus familias.

La mirada que se desarrolla a partir de este horizonte es amplia y profunda. Nos plantea a los docentes el reto de mirar sin juicios y sin miedo. En su amplitud abarca al ser en relación y en interacción. En su profundidad incluye las raíces ancestrales en la búsqueda de soluciones.

Frente a este horizonte imaginario que nos invita a avanzar, los pasos se aligeran cuando nos atrevemos a mirar para liberar. Entonces los maestros nos convertimos en verdaderos maestros, tal como lo define Marianne Franke-Gricksch (maestra en escuelas de enseñanza básica y media en Alemania, psicoterapeuta, consteladora familiar y formadora en la Certificación Internacional en Educación Sistémica en Sowelu): “el maestro es aquel que muestra su fuego y su pasión”.

CUENTO

El constructor de instrumentos*



Ching, el maestro carpintero del imperio, tallaba en madera un arpa. Cuando hubo terminado su trabajo, quienes lo vieron juzgaron que era sobrenatural en su perfección. El príncipe Lu lo llamó ante él y le preguntó: “¿Cuál es el misterio de tu arte?”. “No hay ningún misterio, su Alteza –replicó Ching–, aunque algo hay. Cuando estoy por hacer un arpa como ésta, me cuido de que no mengüen mis poderes vitales. Comienzo por reducir mi mente a una quietud absoluta. Luego de tres días en este estado, me olvido de cualquier recompensa que pudiera obtener; luego de cinco días, me olvido de la fama que pudiera adquirir; luego de siete días, pierdo la conciencia de mis brazos y piernas y de mi esqueleto. Entonces, cuando ya he alejado de mi mente todo pensamiento vinculado a la Corte, mi habilidad se concentra y desaparecen los elementos exteriores perturbadores. Voy al bosque en la montaña, busco un árbol adecuado, que contenga ya la forma requerida, y comienzo a trabajar, con la visión del arpa en el ojo de mi mente. Más allá de eso no hay nada. Pongo todas mis capacidades naturales en relación con las de la madera. Lo que se sospecha sobrenatural en la ejecución de mi obra sólo se debe a esto.

* Fuente: B. P. Keeney (1987). *Estética del cambio*. México: Paidós.

Existe otra versión en H. Von Foerster (2006). *Las semillas de la cibernética*. Barcelona, España: Gedisa.

REFLEXIONES FINALES



Einstein, el gran físico del siglo pasado fue un escéptico de la educación. Valoró la imaginación por encima del conocimiento y, al parecer, las estructuras educativas de entonces, como muchas de ahora, siguen sin prestarle atención.

El proceso de conocerse a sí mismo es un viaje imaginario de exploración hacia la profundidad del ser universal y pasa por las huellas que deja el sistema familiar y sus raíces ancestrales que configuran destinos a fin de equilibrar exclusiones.

Esa revisión integral, sistémica y transgeneracional se orienta hacia el presente, luego de ordenar el adentro (el ser), el afuera

(la familia, la escuela y el entorno) y el atrás (generaciones pasadas). Nos invita a *mirar para liberar* y en ese proceso despertar la conciencia y con ella la capacidad de comprender, una vez recuperada la conexión con nuestra naturaleza espiritual amorosa.

La educación integral y la pedagogía sistémica con el enfoque de Bert Hellinger buscan potencializar los valores fundamentales de nuestra naturaleza humana como son: la verdad, la bondad y la belleza, y nos invita a actuar desde el valor fundamental del amor. Ambas fomentan acciones de sustentabilidad, cooperación, equilibrio y paz. Reconocen que el recurso más necesario para vivir hoy es la relación humana y la relación con la naturaleza, así como el trato entre nosotros y con el planeta.

A la educación le corresponde propiciar la conciencia del sentido sagrado de la vida, fuente de donde nace la convivencia necesaria, adecuada y posible. Sólo del respeto hacia uno mismo, hacia los otros y hacia el entorno pueden surgir acciones de responsabilidad compartida, desde donde se construye la verdadera democracia y la ciudadanía global.

Reunir los enfoques: integral, sistémico y transgeneracional en la educación es un camino viable para acercarnos a esta meta. Su combinación estimula la imaginación para encontrar soluciones.

La educación tradicional parece no percatarse de la siguiente paradoja: “La imaginación desempeña en nuestras vidas un papel mucho más importante de lo que nos podemos imaginar” (Maltz, 1977, p. 34).

La imaginación, como acicate de la razón, es un recurso pedagógico eficaz para promover cambios sistémicos: del organismo humano y su sistema nervioso; de la vida en relación con los sistemas familiares; de la inserción social por medio de la educación y de los centros escolares.

Recordemos lo importante que fue mirar las imágenes del comportamiento del mundo subatómico para comprender que somos energía y que ella nos mueve. Ante tal revelación, resulta imposible sostener hoy la idea de separación. La realidad es un tejido complejo

de interrelaciones recíprocas. Es a través de ellas que podemos explicar comportamientos.

Bert Hellinger, influido por el nuevo paradigma, decide explorar la realidad fundamental con su método fenomenológico, sistémico y transgeneracional, mismo que ha ido modificando. No obstante, en el trasfondo de la línea evolutiva de su trabajo, prevalece la relación entre su percepción aguda y su imaginación creativa, y con ellas descubre las leyes de la convivencia humana pacífica.

Eligió como herramienta pedagógica la configuración de imágenes para acceder a los mapas mentales de los sistemas: familiar y de creencias. Estas imágenes desplegadas en el montaje tocan sensibilidad e inteligencia y tienen el atributo de estar cargadas de historia y de emociones. Con ellas diagnostica y crea soluciones.

La psicocibernética reconoce el poder que tiene la imaginación en la mente humana y sostiene la siguiente ley básica del pensamiento: “El ser humano actúa, siente y se desenvuelve siempre de acuerdo con lo que él imagina ser verdad acerca de sí mismo y del ambiente que le rodea” (Maltz, 1977, p. 35).

“Todo cambio ocurre en torno a lo que queremos conservar”, afirma Maturana. La combinación de los enfoques descritos, aplicados en los centros educativos, nos brinda la oportunidad de entrar en el mundo intangible de las relaciones del pasado remoto y del inmediato, a fin de encontrar los enredos que fragmentan el ser de la persona y le impiden vivir y convivir pacíficamente.

Es un cambio fundamental para trascender la separación y con humildad mirar y aceptar nuestras limitaciones humanas.

Los problemas que vivimos actualmente nos rebasan. El cambio climático tiene efectos devastadores en la cadena ecológica. La voz de reclamo de la naturaleza es cada vez más audible, pero nuestros pasos conscientes son todavía lentos hacia el cambio que ofrece el nuevo paradigma. Muchos siguen extraviados en el pensamiento lineal, mecanicista y reduccionista. La crisis de la educación lo evidencia. Mirar y reconocer esta realidad nos alerta para evitar actuar como el personaje del cuento *La ceguera*, de Bert Hellinger (2002a, p. 78):

Había una vez un oso polar al que llevaban de aquí para allá en un circo. No lo necesitaban para las funciones, sino sólo para la exposición. Así, siempre estaba en su jaula. Era tan estrecha que sólo podía dar dos pasos hacia delante y dos pasos hacia atrás. Al cabo de un tiempo, les dio pena el oso y se dijeron:

—Ahora lo venderemos a un zoo.

Allí tenía una gran área libre, pero aun así sólo daba dos pasos hacia delante y dos pasos hacia atrás. Entonces otro oso polar le preguntó:

—¿Pero por qué haces eso?

Y él respondió:

—Es por haber pasado tanto tiempo en la jaula.

En el mundo de la lógica y de la razón instrumental, el oso polar y los pájaros que nacen en jaulas, son metáforas de esa mente humana aprisionada por la falsa idea de la separación.

A quienes nos dedicamos a la educación nos corresponde mostrar la ilusión de esas imágenes y crear juntos aquellas que responden a la verdadera naturaleza humana.

Te pregunto: ¿quieres mirar para liberarte y para liberar a otros?

Mirar para liberar es una frase simple. Sintetiza un aspecto del complejo y rico proceso por el que atraviesa el ser humano en su crecimiento. Guiarse con los principios de las Constelaciones Familiares y de la educación integral, hace que la función de educar adquiera un sentido y un significado humanista y espiritual.

Después de todo, como alguna vez dijo el escritor francés André Gide (Premio Nobel de Literatura, 1947): “lo importante está en tu mirada, no en lo que miras”.

Llego al final de este libro y me doy cuenta de que una gran parte de mi vida la he dedicado al tema de la comunicación humana, en particular, a descifrar el código del arte que emplea el amor en cada ser.

REFERENCIAS

- Ardiles, O. (1977). *Descripción fenomenológica*. México: ANUIES.
- Assmann, H. (2002). *Placer y ternura en la educación. Hacia una sociedad aprendiente*. Madrid, España: Narcea Ediciones.
- Arendt, H. (2002). *La vida del espíritu*. Barcelona, España: Ediciones Paidós Ibérica.
- Bateson, G. (1993). *Una unidad sagrada. Pasos ulteriores hacia una ecología de la mente*. Barcelona, España: Gedisa.
- Bateson, G. (1993a). *Espíritu y naturaleza*. Buenos Aires, Argentina: Amorrortu Editores.
- Bateson, G. y Catherine, M. (1989). *El temor de los ángeles: epistemología de lo sagrado*. Barcelona, España: Gedisa.
- Bertalanffy, L. von (1984). *Teoría general de sistemas*. México: FCE.
- Bertalanffy, L. von (1984a). Historia y situación de la teoría general de sistemas. En L. von Bertalanffy, W. Ross Ashby, G. M. Weinberg *et al.* (1984), *Tendencias en la teoría general de sistemas*. Madrid, España: Alianza Editorial.
- Bohm, D. (2002). *Sobre la creatividad*. Barcelona, España: Kairós.
- Bolen, J. S. (2005). *El Tao de la psicología*. Barcelona, España: Kairós.
- Borzomenyi-Nagy, I. y Spark, G. M. (2008). *Lealtades invisibles*. Buenos Aires, Argentina: Amorrortu Editores.
- Castaneda, C. (1983). *Las enseñanzas de don Juan*. México: FCE.
- Capra, F. (1992). *El punto crucial. Ciencia, sociedad y cultura naciente*. Buenos Aires, Argentina: Editorial Estaciones.
- Capra, F. (2009). *Sabiduría insólita. Conversaciones con personajes notables*. Barcelona, España: Kairós.

- Colom Cañellas, A. J. (1979). *Sociología de la educación y teoría general de sistemas*. Barcelona, España: Oikos-Tau.
- Champetier de Rives, B. (2011). *Constelar la enfermedad desde las comprensiones de Hellinger y Hamer*. Madrid, España: Gaia Ediciones.
- Delors, J. (1987). *La educación encierra un tesoro. Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la Educación para el Siglo XXI*. Madrid, España: Santillana Ediciones-UNESCO.
- Figerio, G. y Diker, G. (comps.) (2006). *Educación: figuras y efectos del amor*. Buenos Aires, Argentina: Del Estante Editorial.
- Foerster, H. Von (s. f.). Sobre la conciencia, la memoria, el lenguaje, la magia y otras cotidianidades (trad. I. Robl). En *Antología de la Certificación en Constelaciones Familiares*.
- Foerster, H. Von (2006). *Las semillas de la cibernética*. Barcelona, España: Gedisa.
- Franke, M. (2004). *Eres uno de nosotros*. Buenos Aires, Argentina: Alma Lepik.
- Fromm, E. (1974). *El arte de amar*. Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Fromm, E. (1991). *El amor a la vida*. México: Paidós.
- Gallegos Nava, R. (2003). *Educación holista. Pedagogía del amor universal*. México: Editorial Pax.
- Goleman, D. (2006). *Emociones destructivas. Cómo comprenderlas y dominarlas*. Buenos Aires, Argentina: Vergara-Grupo Zeta.
- González Azuara, A. (2015). *Coincidencias conceptuales de María Montessori y Bert Hellinger*. Tesis de Maestría en Soluciones Sistémicas Sociales. México: Instituto de Estudios Superiores Sowelu.
- Grof, S. y Grof, C. (comps.) (1993). *El poder curativo de las crisis*. Barcelona, España: Kairós.
- Heidegger, M. (1999). *Introducción a la metafísica*. Barcelona, España: Gedisa.
- Hellinger, B. (2001). *Órdenes del Amor. Cursos seleccionados de Bert Hellinger*. Barcelona, España: Herder.
- Hellinger, B. (2002a). *El centro se distingue por su levedad. Conferencias e historias terapéuticas*. Barcelona, España: Herder.
- Hellinger, B. (2002b). *Religión, psicoterapia y cura de almas*. Barcelona, España: Herder.
- Hellinger, B. (2005a). *En cosa propia y solamente el amor tiene futuro*. Praxis der systemaufsellung (trad. I. Robl). En *Antología de la Certificación en Constelaciones Familiares*.
- Hellinger, B. (2005b). *La punta del ovillo. Terapias breves*. Buenos Aires, Argentina: Alma Lepik.
- Hellinger, B. (2005c). *La verdad en movimiento*. Buenos Aires, Argentina: Alma Lepik.
- Hellinger, B. (2006). *La paz inicia en el alma*. México: Herder.

- Hellinger, B. (2006a). *Después del conflicto, la paz*. Buenos Aires, Argentina: Alma Lepik.
- Hellinger, B. (2006b). *Pensamientos en el camino*. Barcelona, España: Rigden Institut Gestalt.
- Hellinger, B. (2006c). *Los órdenes de la ayuda*. Buenos Aires, Argentina: Alma Lepik.
- Hellinger, B. (2006d). *El intercambio*. Barcelona, España: Rigden Institut Gestalt.
- Hellinger, B. (2007a). *Felicidad que permanece*. Barcelona, España: Rigden Institut Gestalt.
- Hellinger, B. (2007b). *Viajes interiores. Experiencias, contemplación, ejemplos*. Barcelona, España: Alma Lepik-Rigden Institut Gestalt.
- Hellinger, B. (2009). *El amor del espíritu. Un estado del ser*. Barcelona, España: Rigden Institut Gestalt.
- Hellinger, B. (2010). *Plenitud. La mirada del nahual*. México: Krea.
- Hellinger, B. (2011a). *Orden y amor. El orden viene primero luego el amor. Una reseña*. Buenos Aires, Argentina: Alma Lepik.
- Hellinger, B. (2011b). *Del cielo que enferma y la tierra que sana*. Barcelona, España: Herder.
- Hellinger, B. y Bolzmann, T. (2006). *Imágenes que solucionan. Taller de Constelaciones Familiares. Trabajo terapéutico sistémico*. Buenos Aires, Argentina: Alma Lepik.
- Hellinger, B. y Hövel, G. Ten (2004). *Reconocer lo que es. Conversaciones sobre implicaciones y desenlaces logrados*. Barcelona, España: Herder.
- Hellinger, B. y Hövel, G. Ten (2006). *Un largo camino*. Buenos Aires, Argentina: Alma Lepik.
- Hellinger, B. y München, M. G. (2005). Anfang und Ursprung (Inicio y Orden). *Revista No. 1: Praxis der Systemaufstellung*. Alemania: Internationale Arbeitsgemeinschaft Systemische Losungen. En *Antología de la Certificación en Constelaciones Familiares*.
- Hellinger, B. y Olvera, A. (2010). *Inteligencia transgeneracional. Sanando las heridas del pasado. Constelaciones Familiares*. México: Editorial Grupo CUDEC.
- Huxley, A. (1999). *La filosofía perenne*. Buenos Aires, Argentina: Editorial Sudamericana.
- I Ching. El libro de las mutaciones* (1976). México: Hermes.
- Jodorowsky, A. (2008). *Cabaret místico*. México: Grijalbo.
- Jutorán, S. (1994). *El proceso de las ideas sistémico-cibernéticas*. Buenos Aires, Argentina: Asociación Sistémica de Buenos Aires.
- Keeney, B. P. (1987). *Estética del cambio*. México: Paidós.
- Krishnamurti, J. (1973). *La libertad total: reto esencial del hombre. Pláticas en Saanen 1968*. México: Editorial Orión.

- Krishnamurti, J. (2000). *El futuro de la humanidad. David Bohm*. Bogotá, Colombia: Árbol Editorial.
- Krishnamurti, J. (2001). *Sobre la mente y el pensamiento*. Barcelona, España: Kairós.
- Lammoglia, E. y Robl, I. (2007). *Secretos de familia. Constelaciones Familiares: nuevas soluciones para fortalecer la vida*. México: Grijalbo.
- Latapí Sarre, P. (2009). *Finale prestissimo. Pensamientos, vivencias y testimonios*. México: FCE.
- Linz, N. (s. f.). Preguntas a un amigo. Entrevista con Bert Hellinger. En *Lo que enferma y sana a las familias* (tomo I). Primer Seminario Nacional. México: Sowelu.
- Lowen, A. (1983). *Bioenergética. Terapia revolucionaria que utiliza el lenguaje del cuerpo para curar los problemas de la mente*. México: Editorial Diana.
- Liotard, J.-F. (1989). *La fenomenología*. Barcelona, España: Paidós Studio.
- Maltz, M. (1977). *Psicocibernética. Nuevo método para la conquista de una vida fecunda y dichosa*. México: Herrero Hermanos Sucesores.
- Maturana Romesín, H. (1990). *El árbol del conocimiento*. Madrid, España: Editorial Debate.
- Maturana Romesín, H. y Verden-Zöler, G. (2002). Biología del amor. En *Transformación en la convivencia* (pp. 215-228). Santiago de Chile: Dolmen Ediciones.
- Maturana Romesín, H. (2002). *Transformación en la convivencia*. Santiago de Chile: Dolmen Ediciones.
- Maturana Romesín, H. (2002b). *Emociones y lenguaje en educación y política*. Madrid, España: Dolmen Ediciones.
- Maturana Romesín, H. y Pörksen, B. (2008). *Del ser al hacer. Los orígenes de la biología del conocer*. Buenos Aires, Argentina: Granica.
- Molina Ramos, M. L. (2007). *Sí a la vida tal como es. Introducción a la Core Energética, creada por John C. Perracos*. México: Editorial ACD.
- Morin, E. (1973). *Le paradigme perdu: la nature humaine*. París, Francia: Éditions du Seuil.
- Morin, E. (1984). *Ciencia con consciencia*. Barcelona, España: Anthropos, Editorial del Hombre.
- Morin, E. (1999). *Los siete saberes necesarios para la educación del futuro*. Recuperado de <http://www.rsu.uninter.edu.mx/doc/EdgarMorin.pdf>
- Morin, E. (2010). *Mi camino. La vida y la obra del padre del pensamiento complejo. Edgar Morin conversa con Djéane Kareh Tager*. Barcelona, España: Gedisa Editorial.
- Muenchen, M. G. (e.V). (2005). Internationale Arbeitsgemeinschaft Systemische Loesungen nach Bert Hellinger. Anfang und Ursprung (trad. I. Robl). *Revista Praxis der Systemaufsellung*. En *Antología de la Certificación en Constelaciones Familiares*.
- Myss, C. (1996). *Anatomía del espíritu*. Barcelona, España: Zeta.

- Nissan Rovero, L. (2015). *El efecto de las Constelaciones Sistémicas Sociales aplicadas a la educación y el rendimiento académico*. Tesis de Maestría en Soluciones Sistémicas Sociales. México: Instituto de Estudios Superiores Sowelu.
- Olvera García, A. P., Traveset Villagínés, M. y Parellada Enrich, C. (2011). *Sintonizando las miradas: soluciones amorosas y breves a los conflictos entre la escuela y la familia*. México: Centro Universitario Doctor Emilio Cárdenas.
- Osorio, F. (1998). El método fenomenológico: aplicación de la epoché al sentido absoluto de la conciencia. *Cinta de Moebio* (3), abril. Facultad de Ciencias Sociales. Universidad de Chile. Recuperado de <http://rehue.csociales.uchile.cl/publicaciones/moebio/03/frames48.htm>
- Owen, N. (2003). *La magia de la metáfora. 77 relatos breves para educadores, formadores y pensadores*. Bilbao, España: Desclée de Brower (Colección Serendipity).
- Papp, P. (1988). *El proceso de cambio*. Buenos Aires, Argentina: Paidós Ibérica.
- Patocka, J. (2005). *Introducción a la fenomenología*. Barcelona, España: Herder.
- Quevedo Orozco, M. de L. de (2009). La representación artística en la enseñanza-aprendizaje de las teorías educativas. En M. A. Mondragón Millán (coord.), *Contribuciones del arte a la pedagogía y la epistemología en la educación superior. Un abordaje interdisciplinario* (pp. 67-81). México: UAM-X.
- Quevedo Orozco, M. de L. de (2012). *La mirada filosófica en el método de Bert Hellinger*. Tesis de Maestría en Soluciones Sistémicas Sociales. México: Instituto de Estudios Superiores Sowelu.
- Quevedo Orozco, M. de L. de (2013). Las artes en la educación. En B. Miranda, *Mi querido México. ¿Cómo puedo entenderte y cómo actuar para desarrollar la conciencia holística? Volumen I* (pp. 175-185). México (en proceso de publicación).
- Ramírez Grajeda, B. (2012). La escuela rebasada. Para una crítica sobre la educación. En M. de L. García Vázquez (coord.), *¿Qué educación para estos tiempos? Entrecruzamientos y tensiones disciplinarias* (pp. 17-39). México: UPN.
- Reza, G. A. de la (2001). *Teoría de sistemas. Reconstrucción de un paradigma*. México: UAM-X.
- Robl, I. (2010). *Constelaciones Familiares para la prosperidad y la abundancia*. México: Grijalbo.
- Robl, I. (2013). *Constelaciones Familiares para el amor y las parejas*. México: Grijalbo.
- Savater, F. (2010). *Historia de la filosofía sin temor ni temblor*. México: Editorial Planeta.
- Shapiro, D. (1991). *Cuerpo-mente*. Barcelona, España: Robin Book.
- Sheldrake, R. (2001). *De perros que saben que sus amos están camino a casa y otras facultades*. Barcelona, España: Paidós Ibérica.
- St. Just, A. (2008). *Trauma: una cuestión de equilibrio. Un abordaje sistémico para la comprensión y resolución*. Buenos Aires, Argentina: Alma Lepik.

- Stierlin, H. (1997). *El individuo en el sistema. Psicoterapia en una sociedad cambiante*. Barcelona, España: Herder.
- Traveset Vilaginés, M. (2007). *La pedagogía sistémica. Fundamentos y práctica*. Barcelona, España: Graó de IRIF.
- Ulsamer, B. (2003). *The art and practice of Family Constellations. Leading Family Constellations as Developed by Bert Hellinger*. Países Bajos: Car-Auer-Systeme Verlag.
- Ulsamer, B. (2006). *Sin raíces no hay alas. La terapia sistémica de Bert Hellinger*. Madrid, España: Ediciones Luciérnaga.
- Watzlawick, P. (1994). *El lenguaje del cambio. Nueva técnica de la comunicación terapéutica*. Barcelona, España: Herder.
- Watzlawick, P. (1999). *Cambio. Formación y solución de los problemas humanos*. Barcelona, España: Herder.
- Watzlawick, P. y Nardote, G. (1995). *El arte del cambio. Trastornos fóbicos y obsesivos*. Barcelona, España: Herder.
- Weber, G. (ed.) (1999). *Felicidad dual. Bert Hellinger y su psicoterapia sistémica*. Barcelona, España: Herder.
- Zohar, D. (s. f.). *El yo cuántico*. México: Edivisión.

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

Esteban Moctezuma Barragán *Secretario de Educación Pública*
Francisco Luciano Concheiro Bórquez *Subsecretario de Educación Superior*

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

Rosa María Torres Hernández *Rectora*
María Guadalupe Olivier Téllez *Secretaria Académica*
Karla Ramírez Cruz *Encargada de la Secretaría Administrativa*
Magdaleno Azotla Álvarez *Director de Biblioteca y Apoyo Académico*
Abril Boliver Jiménez *Directora de Difusión y Extensión Universitaria*
Juan Martín Martínez Becerra *Director de Planeación*
Yolanda López Contreras *Directora de Unidades UPN*
Yiseth Osorio Osorio *Directora de Servicios Jurídicos*
Silvia Adriana Tapia Covarrubias *Directora de Comunicación Social*

COORDINADORES DE ÁREA

Adalberto Rangel Ruiz de la Peña *Política Educativa, Procesos Institucionales y Gestión*
Amalia Nivón Bolán *Diversidad e Interculturalidad*
Pedro Bollás García *Aprendizaje y Enseñanza en Ciencias, Humanidades y Artes*
Leticia Suárez Gómez *Tecnologías de la Información y Modelos Alternativos*
Iván Rodolfo Escalante Herrera *Teoría Pedagógica y Formación Docente*
Arturo Ballesteros Leiner *Posgrado*
Elin Emilsson Ingvarsdóttir *Centro de Enseñanza y Aprendizaje de Lenguas*

COMITÉ EDITORIAL UPN

Rosa María Torres Hernández *Presidenta*
María Guadalupe Olivier Téllez *Secretaria Ejecutiva*
Abril Boliver Jiménez *Coordinadora Técnica*

Vocales académicos internos

José Antonio Serrano Castañeda
Gabriela Victoria Czarny Krischautzky
Ángel Daniel López y Mota
María del Carmen Mónica García Pelayo
Juan Pablo Ortiz Dávila
Claudia Alaníz Hernández

Subdirectora de Fomento Editorial *Griselda Mayela Crisóstomo Alcántara*
Formación *María Eugenia Hernández Arriola*
Diseño de portada *Manuel Campiña Roldán*
Edición y corrección de estilo *Armando Ruiz Contreras*
Fotos *Víctor del Palacio*

Esta primera edición de *Constelaciones Familiares y educación integral. Mirar para liberar*, estuvo a cargo de la Subdirección de Fomento Editorial, de la Dirección de Difusión y Extensión Universitaria, de la Universidad Pedagógica Nacional y se publicó en enero de 2020.