

“Los Ordenes del Amor” - el enfoque terapéutico sistémico de Bert Hellinger

Tiiu Bolzmann

“Los hechos sólo pertenecen a la tarea, no a la solución”

Ludwig Wittgenstein

En Terapia Familiar Sistémica, la trama relacional entre los diversos miembros de la familia ocupa un papel destacado. El comportamiento de un miembro de la familia condiciona la reacción del otro, y dependiendo del punto de partida de nuestra observación, podremos describir diferentes sucesos y procesos. Un problema de conducta organiza a todo el sistema, y el trabajo terapéutico consiste en encontrar conductas que permitan eliminar el problema.

En el trabajo terapéutico de Bert Hellinger los problemas cotidianos no tienen ninguna importancia. Su enfoque se centra en el sistema familiar en conjunto. Incluso se muestra convencido de que muchos comportamientos y sentimientos no se explican por la actual situación vital de una persona, sino que se remontan a determinados sucesos en su familia de origen.

Bert Hellinger, nacido en Alemania en 1925, estuvo trabajando durante 16 años como misionero de una orden católica en Sudáfrica. Más tarde se hizo psicoanalista y, a través de la Dinámica de Grupo, la Terapia Primaria, el Análisis Transaccional y diversos métodos de Hipnoterapia, llegó a desarrollar su propia terapia sistémica y familiar. Durante los años 80, logró conocer las leyes según las cuales se desarrollan identificaciones e implicaciones trágicas entre los miembros de una familia. Partiendo de esta base, pudo crear procedimientos novedosos para la solución de tales dinámicas. Enfocando directamente en la solución, su trabajo constituye uno de los instrumentos terapéuticos más eficaces para reorientar y sanar las relaciones en el seno de la familia.

Hoy en día, sus métodos revisten una importancia cada vez mayor, tanto en el ámbito germanoparlante, donde sus libros y vídeos se han convertido en auténticos best sellers, como también en el resto de Europa, Estados Unidos, Latinoamérica y en Asia, donde ya fue invitado repetidas veces a presentar su enfoque terapéutico.

Antes de describir más detalladamente este abordaje, quisiera explicar algunas características fundamentales de su visión sistémica:

La red familiar - una familia en el más amplio sentido

Cuando Hellinger habla de "familia", se refiere a más que aquello que nosotros solemos definir como tal. Para subrayar este concepto más extenso, Hellinger utiliza la expresión de "red familiar". Una red familiar es más que la familia; a ella pertenecen: los hijos y sus hermanos, los padres y sus hermanos, los abuelos de ambas partes, a veces, alguno de los bisabuelos, y todos aquéllos que hicieron sitio para otros en el sistema, por ejemplo, un primer marido o una primera mujer (también relaciones comparables a un matrimonio, incluso si los compañeros posteriormente se separaron), o cuando alguien tiene un hijo con otro miembro de la red familiar. Todo miembro de esta red familiar tiene el mismo derecho de formar parte, y nadie puede negarle su lugar.

Ahora bien, cuando a una de estas personas se le niega la pertenencia (por ejemplo, no aceptando a un hijo ilegítimo o difamando a un tío que no correspondía a las normas de la familia) y, en consecuencia, otro miembro de la familia ocupa su lugar, este hecho hiere el orden y provoca un trastorno en el sistema. Frecuentemente, las consecuencias no se manifiestan hasta mucho más tarde, cuando, en generaciones posteriores, alguien, sin saberlo, imita la suerte de la persona excluida.

Quien estuvo primero, tiene prioridad

"El ser se califica por el tiempo." Eso significa que existe un orden jerárquico en la familia que se define por el tiempo: primero van los padres, después, la fila de los hijos; el primogénito ocupa un lugar anterior a los demás hermanos, y un segundogénito siempre será un segundogénito, aunque su hermano mayor haya muerto.

En relación al dar y al tomar entre padres e hijos, esto significa: los padres les dan la vida a los hijos. Son ellos los que les dan a los hijos. Por otra parte, significa que los hijos no pueden darles nada equivalente a los padres. A veces, un hijo intenta darle a uno de los padres algo que éste no recibe de su pareja. No obstante, no le corresponde al hijo ocupar ese lugar, por lo que en algún momento reaccionará sintiéndose desbordado o cayendo enfermo. Así, un hijo no puede sustituir al padre cuando la madre vive y lo educa sola, de la misma manera que un hermano mayor no puede sustituir a los padres para un hermano menor. Cuando los padres se dirigen a sus hijos con exigencias o expectativas que no corresponden a la relación, este hecho equivale a una inversión de la situación con consecuencias negativas para el sistema entero.

El reconocimiento de los padres

En todo caso, es importante que los hijos reconozcan a sus padres. "Honrando a los padres, algo se arregla en las profundidades del alma", dice Hellinger y describe que no les corresponde a los hijos juzgar a sus padres, ya que el hecho de convertirse en padre o madre no depende de cualidades morales, sino de un acto determinado, establecido de antemano e independiente de características morales. "Los padres merecen el reconocimiento como padres por la consumación de un acto, y sólo por esta consumación." Aquí, por tanto, no hay lugar para juicios morales; desde este punto de vista, no hay padres buenos o malos. Los padres les dan a los hijos la vida, el bien supremo, y es esto lo que los hijos deben agradecer.

El respeto ante los padres como fundamento de la propia identidad

Este enfoque naturalmente es provocativo. ¿Cómo podrá un hijo respetar a sus padres cuando éstos abusaron de él, lo maltrataron o lo dieron? Aquí, la atención se centrará en no confundir los niveles. Cuando se trata de que una persona, en su desarrollo, llegue a estar "completo", es imprescindible integrar interiormente a ambos padres. Una persona sólo puede encontrar su identidad estando en paz con ambos padres. "Cuando se excluye a uno de los padres, el hijo sólo está a medias, sintiendo el vacío y la falta, lo cual es la base de la depresión. La depresión se sana integrando al padre o a la madre excluidos, dándole su lugar y su dignidad." Muchas veces, las personas sienten el miedo de hacerse como sus padres, pero este

rechazo de determinadas características de los padres únicamente los lleva a rechazarse también a ellos mismos. El tomar e integrar al padre y a la madre es un proceso independiente de sus cualidades y de sus actos posteriores, "es un proceso curativo".

Los órdenes en la adopción

En lo que se refiere a adopciones, Hellinger ha llegado a diversas comprensiones que, a primera vista, pueden parecer osadas, pero finalmente sí resultan claras y hasta beneficiosas. Primeramente dice que los padres carnales siempre son los mejores padres que un niño puede tener. Si los padres no están disponibles para criar y educar a los hijos, por orden jerárquico les toca a los abuelos. Cuando tampoco hay abuelos, ni otros familiares más cercanos, la adopción es justificada. Un padre que repudia o no admite al hijo, ha perdido el derecho al hijo. Aún así, los padres adoptivos nunca deben sentirse como los padres mejores. Si no respetan y valoran a los padres carnales del niño, más tarde, el hijo adoptivo se enfrentará con los padres adoptivos. De esta manera se muestra la profunda fidelidad de los hijos con sus padres, aunque fueran repudiados o no pudieran criarse con ellos.

Interiormente, cada uno es fiel a sus padres

La fidelidad es muy fuerte en una familia, especialmente hacia los padres, aunque no la sintamos conscientemente, y puede manifestarse de diferentes maneras. En el caso de un hombre joven, la fidelidad hacia su padre se mostraba en el hecho de que no lograba ningún éxito económico, porque inconscientemente no quería contradecirle a su padre que estaba convencido de que su hijo fracasaría.

En la pubertad, muchos hijos no se emancipan de sus padres porque temen que éstos se separen cuando ellos inicien su propia vida. Así, prefieren quedarse, caer enfermos o desarrollar conflictos psíquicos. Muchas chicas se vuelven anoréxicas, así pueden seguir siendo niñas.

La fidelidad también se hace palpable en la manera en que los miembros de una familia defienden a la familia en caso de un ataque exterior.

En el trabajo con descendientes de víctimas y perpetradores del Holocausto, se muestra otra forma de fidelidad: los supervivientes quieren seguirles a los muertos, por lealtad. El hecho de que ellos estén con vida les parece una injusticia que intentan compensar.

Los órdenes en la relación de pareja

En el caso de un matrimonio, la jerarquía es la siguiente: la primera mujer, o el primer marido, en la jerarquía tienen prioridad ante un segundo cónyuge. En este caso no tiene ninguna importancia si el matrimonio se contrajo oficialmente o no. Un segundo matrimonio puede lograrse cuando cada uno de los cónyuges respeta al compañero anterior. Donde no se da este respeto, es decir, donde la mujer o el marido anteriores son despreciados o excluidos, las consecuencias pueden afectar a los hijos del matrimonio posterior. Frecuentemente, un hijo se identifica con una pareja menospreciada, mostrando síntomas de rechazo hacia la madre o el padre.

Pero también puede ocurrir como en el cuento de "La Bella Durmiente": la treceava hada, la mala, que no fue invitada, es la primera mujer del rey. Ella no fue reconocida como tal, por lo que tiene que vengarse mediante un hechizo sobre la niña. Hellinger señala que en muchas familias con una problemática de este tipo, el hijo desarrolla

una neurodermitis. Una solución sería que tanto el marido como la segunda mujer reconocieran a la primera esposa y le pidieran su bendición para su hijo.

¿Cuál es el orden en el segundo matrimonio?

Una cuestión fundamental es cuál es el orden cuando ambos cónyuges ya tuvieron una relación anterior de la que nacieron hijos. En este caso, el amor al propio hijo de la relación anterior tiene prioridad sobre el amor a la pareja. Hellinger dice que esto no puede entenderse como un dogma, pero que muchos trastornos en relaciones radican en los celos de uno de los compañeros hacia los hijos. Cuando se reconoce el orden, la relación puede lograrse.

Las relaciones pueden disolverse; el vínculo, no

En este contexto surge la pregunta de si una relación puede ser disuelta, y de qué manera se realiza este paso. Hellinger afirma que bien es posible terminar una relación, pero no el vínculo que esta relación conlleva. En el caso de un matrimonio con hijos, esto significa que los padres siempre seguirán unidos como tales. Pero también las relaciones sin hijos conservan su vínculo.

Los órdenes no son dogmáticos

Según Hellinger, los órdenes siempre están presentes, independientemente del comportamiento de una persona. Son inamovibles, pero es imposible abarcarlos por completo. Es posible observar las leyes, pero el resultado será diferente en cada caso. El secreto de estas leyes se fundamenta en que es posible intuirlos, pero no, determinarlos. Permiten muchos resultados diferentes. La forma en que se plasman estos órdenes, es decir, cuáles son las consecuencias de qué sucesos, puede verse en el trabajo con constelaciones familiares.

Las cuatro dinámicas fundamentales

El proceder de Bert Hellinger no se trata de una técnica, sino de un acercamiento respetuoso del cliente a una profunda comprensión de los órdenes del amor en su familia. A continuación, siguen diversos pasos necesarios para restablecer los órdenes, y finalmente, la configuración de una imagen de solución que el cliente asimila en su interior.

En la mayoría de los casos se pregunta por cuatro dinámicas fundamentales:

1. ¿Hubo alguien en la familia que murió pronto?
2. ¿Existen enfermedades en la familia?
3. ¿Se le negó la pertenencia a un miembro de la familia?
4. ¿Alguien en la familia contrajo una culpa?

La muerte temprana de uno de los padres constituye una experiencia traumática porque interrumpe el movimiento amoroso del hijo hacia los padres. En consecuencia, es posible que el hijo quiera seguirles a los padres para unirse a ellos en la muerte. En el caso de miembros de la familia enfermos puede tratarse de una identificación por la que un miembro de la familia sano dice: "Mejor que sea yo que tú". Cuando a un miembro de la familia se le negó la pertenencia, por ejemplo, a un hijo ilegítimo o a una pareja anterior, otra persona en la generación siguiente puede

reproducir estos sentimientos de rechazo y la reacción correspondiente. En el caso de la culpa que alguien contrajo, es posible que un posterior miembro de la familia pretenda expiar esta culpa.

El procedimiento

Una persona que quiera configurar una constelación en relación a una cuestión determinada, primeramente refiere su intención. A continuación, de entre los presentes elige a representantes para los miembros de su sistema familiar, incluyendo a alguien para ella misma / él mismo. Una vez haya definido a todas las personas, las posiciona de acuerdo con la imagen interior que tenga en relación a su familia actual o de origen. Este proceso se realiza de una manera centrada y sin comentarios. A continuación, la persona se sienta, y el terapeuta, uno por uno, comienza a preguntar a los representantes por sus sensaciones y sentimientos en sus posiciones concretas. Aquí, tan sólo se trata de la percepción física y psíquica personal. A través de varios pasos intermedios, el terapeuta forma una imagen de solución en la que todos reciben un lugar bueno, eliminando todos los "desórdenes" e implicaciones sistémicas. A veces, la persona interesada sólo se queda observando el proceso, a veces se le integra en el proceso de solución, siempre en función de la cuestión concreta. En este último caso, el terapeuta instruye al cliente para que realice directamente determinados gestos o pronuncie determinadas frases.

Este trabajo alcanza las profundidades del alma y requiere la cooperación atenta de todo el grupo, sin formular comentarios o preguntas. Por tanto, no se trata de representar un papel o de reinterpretar una situación. Lo único importante es la percepción que alguien tiene en el lugar que se le asigna. Esta percepción expresada y el conocimiento profundo de los órdenes sistémicos guían al terapeuta en la configuración de la imagen de solución.

Sobre Tiiu Bolzmann

Tiiu Bolzmann, nacida en 1946 en Alemania como hija de refugiados estonios, cursó la carrera de filosofía, pedagogía y sociología en la Universidad de Frankfurt, Alemania. Posteriormente trabajó en la educación de adultos y hizo una formación en psicoterapia con orientación Rogeriana y en Terapia Familiar Sistémica. Conoció a Bert Hellinger en el año 1990 y se formó con él en su especial abordaje de la terapia familiar sistémica. Este método le sirve como enfoque terapéutico, tanto como para la supervisión de terapeutas y demás profesionales del ámbito sociológico y sanitario. Durante 18 años estuvo viviendo en Graz (Austria) trabajando como psicoterapeuta y docente. Desde el año 1999 trasladó sus actividades a Buenos Aires.