

REPOSITORIO ACADÉMICO DIGITAL INSTITUCIONAL

Las lealtades invisibles como origen de los conflictos de pareja: una propuesta

Autor: Olga Alejandra Perez Castañeda

Tesina presentada para obtener el título de:
Lic. En Psicología

Nombre del asesor:
Paloma Estrada Rosiles

Este documento está disponible para su consulta en el Repositorio Académico Digital Institucional de la Universidad Vasco de Quiroga, cuyo objetivo es integrar, organizar, almacenar, preservar y difundir en formato digital la producción intelectual resultante de la actividad académica, científica e investigadora de los diferentes campus de la universidad, para beneficio de la comunidad universitaria.

Esta iniciativa está a cargo del Centro de Información y Documentación "Dr. Silvio Zavala" que lleva adelante las tareas de gestión y coordinación para la concreción de los objetivos planteados.

Esta Tesis se publica bajo licencia Creative Commons de tipo "Reconocimiento-NoComercial-SinObraDerivada", se permite su consulta siempre y cuando se mantenga el reconocimiento de sus autores, no se haga uso comercial de las obras derivadas.



UNIVERSIDAD VASCO DE QUIROGA

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

TESINA

**LAS LEALTADES INVISIBLES COMO
ORIGEN DE LOS CONFLICTOS DE
PAREJA: UNA PROPUESTA**

QUE PARA OBTENER EL TITULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

PRESENTA:
OLGA ALEJANDRA PEREZ
CASTAÑEDA.

ASESORA DE TESINA:

LIC. PALOMA ESTRADA ROSILES

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a Dios por haberme dado la fuerza y las herramientas necesarias para llegar aquí y haber concluido mi carrera. Le agradezco el permitirme presentar esta tesina y haberme puesto los medios para elegir el tema y haberla llevado como un ejemplo de resiliencia en mi vida.

Le agradezco a mi sistema familiar por haberme dado su permiso, su fuerza y por haberse abierto ante este trabajo, ya que de lo contrario no hubiera podido terminarla ni haber llegado hasta donde estoy.

Gracias a mis padres y mis hermanos por haberme dado fuerzas, amor, apoyo incondicional y sacrificios que me abrieron el camino para llegar a donde he llegado en la vida.

A María José, que con su llegada a mi vida, bastó para ser una fuente de motivación y sacar lo mejor de mí a través del amor que le tengo y que gracias a ese amor he tomado muchas decisiones importantes en mi vida.

También agradezco a todas las personas que llegaron a mi vida y dejaron en mí una experiencia, un aprendizaje, amistad y amor, que me iluminaron para poder realizar esta investigación bibliográfica que me confrontó en muchas ocasiones pero que al final me ayudó para mi crecimiento personal. En especial, a Erik Alberto Hernández V. que me dio su amor y que me acompañó muchos años de mi vida y con quien aprendí de nuestros conflictos y que a través de esa relación, surgió mi tema de investigación.

Agradezco a Jesús Manuel Rangel O. por su compañía, paciencia, cariño y apoyo durante la elaboración de mi investigación.

A Martín y Paloma, que me dieron su tiempo, apoyo, dedicación y orientación en la realización de mi trabajo de investigación, y por brindarme sus conocimientos que la enriquecieron.

A mis profesores por compartirme su experiencia y conocimientos, y por exigir lo mejor de mí.

Les agradezco de corazón, y le pido a Dios que los bendiga mucho por haber llegado a mi vida, y haberme permitido estar en la suya. En mi corazón, todos tienen un lugar muy especial.

INDICE

| | |
|--|-----------|
| RESUMEN..... | 5 |
| INTRODUCCIÓN..... | 6 |
| JUSTIFICACIÓN..... | 10 |
| OBJETIVOS..... | 11 |
| GENERAL..... | 11 |
| ESPECIFICOS..... | 11 |
| IMPORTANCIA DEL ESTUDIO..... | 12 |
| CAPITULO 1. MARCO TEORICO..... | 14 |
| 1.- ENFOQUE TRANSGENERACIONAL..... | 14 |
| 1.1 LOS QUE PERTENECEN AL SISTEMA..... | 15 |
| 1.2 EJES QUE SUSTENTAN LAS LEALTADES INVISIBLES..... | 17 |
| 1.3 ORDENES DEL AMOR..... | 20 |
| 1.3.1 LA NECESIDAD DE VINCULACIÓN: PERTENENCIA | 21 |
| 1.3.2 LA NECESIDAD DE ORDEN: JERARQUÍA..... | 22 |
| 1.3.3 LA NECESIDAD DEL EQUILIBRIO ENTRE DAR Y TOMAR.. | 23 |
| 1.4 LA CONCIENCIA..... | 26 |
| 1.4.1 CULPA E INOCENCIA..... | 28 |
| 1.5 AMOR CIEGO..... | 29 |
| 1.5.1 DOBLE TRANSFERENCIA | 29 |
| 1.6 ALMA FAMILIAR..... | 30 |
| 1.7 GRAN ALMA..... | 30 |
| 1.8 DESTINO Y VOLUNTAD..... | 31 |
| 1.9 MUERTE..... | 32 |
| 2.-LAS LEALTADES INVISIBLES. | 34 |
| 2.1 LIBRO MAYOR | 40 |
| 2.2 JUSTICIA..... | 41 |
| 2.3 LAS RELACIONES DESDE LAS LEALTADES INVISIBLES..... | 42 |
| 2.4 SÍNDROME DE ANIVERSARIO..... | 45 |
| 2.5 SECRETOS FAMILIARES..... | 48 |
| 3.-LA PAREJA. | 57 |
| 3.1 ELECCIÓN DE PAREJA..... | 58 |
| 3.1.1 HOMBRE Y MUJER EN LA RELACIÓN DE PAREJA..... | 65 |
| 3.1.2 HOMOSEXUALIDAD EN LA RELACIÓN DE PAREJA | 66 |
| 3.2 LA PAREJA Y LA FAMILIA..... | 67 |
| 3.3 LA MADRE COMO PRIMER AMOR. | 68 |
| 3.4 EL AMOR EN LA PAREJA..... | 70 |
| 3.5 DINAMICA DE LAS RELACIONES DESDE LOS SENTIMIENTOS..... | 74 |
| 3.6 LA SEXUALIDAD EN LA PAREJA. | 78 |

| | |
|---|------------|
| 3.7 EL MATRIMONIO..... | 81 |
| 3.8 RELACIÓN DE PAREJA CON HIJOS..... | 83 |
| 3.8.1 ABORTO..... | 85 |
| 3.8.2 ADOPCION..... | 86 |
| 3.9 PAREJAS ANTERIORES..... | 86 |
| 3.10 EL PERDÓN EN LA PAREJA..... | 88 |
| 3.11 LAS DIFERENCIAS DE LA PAREJA..... | 89 |
| 3.12 CONFLICTO..... | 91 |
| 3.12.1 INFIDELIDAD..... | 96 |
| 3.12.2 DIVORCIO Y SEPARACION..... | 97 |
| 3.13 RESILENCIA EN LA PAREJA..... | 99 |
| | |
| CAPITULO 2. TALLER TEORICO – VIVENCIAL “SOLUCION DEL CONFLICTO EN PAREJAS IDENTIFICADAS CON LAS LEALTDES INVISIBLES“: UNA PROPUESTA..... | 101 |
| | |
| 2.1 OBJETIVO GENERAL..... | 102 |
| 2.1.1 OBJETIVOS PARTICULARES..... | 102 |
| 2.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA..... | 102 |
| 2.3 ABORDAJE TERAPEUTICO..... | 102 |
| 2.4 PERFIL DEL FACILITADOR..... | 102 |
| 2.4.1 CONOCIMIENTOS..... | 102 |
| 2.4.2 HABILIDADES..... | 103 |
| 2.5 TECNICAS TERAPEUTICAS..... | 103 |
| 2.6 ALTERNATIVAS DE SOLUCION..... | 103 |
| 2.7 LUGAR..... | 104 |
| 2.8 DURACION DEL TALLER..... | 104 |
| 2.9 TALLER: “SOLUCION DEL CONFLICTO EN PAREJAS IDENTIFICADAS CON LAS LEALTDES INVISIBLES“..... | 105 |
| 2.9.1 DESCRIPCION DE LAS DINAMICAS..... | 107 |
| | |
| CAPITULO 3. CONCLUSIONES | 109 |
| | |
| LIMITACIONES Y SUGERENCIAS..... | 114 |
| | |
| REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS..... | 115 |

RESUMEN

Este trabajo es una investigación de tipo documental, contiene información sobre nuevos conceptos abordados dentro de la psicología, como lo son las lealtades invisibles, concepto que surge a través del enfoque sistémico transgeneracional y que en esta investigación está dirigido al conflicto de pareja. La investigación ofrece una recopilación de los conceptos básicos que componen la teoría para su entendimiento y aplicación.

El trabajo tiene la finalidad de promover y ampliar nuevos conceptos como herramientas para el análisis del conflicto en pareja, elaborando una propuesta de trabajo.

Palabras clave: Lealtades Invisibles, Órdenes del amor, Identificación, Transgeneracional, Ancestros, Conflicto, Pareja, Sistema.

INTRODUCCION

Existe una falta de conocimiento sobre el tema, la cual ha despertado el interés de esta investigación sobre las lealtades invisibles, delimitándola en el conflicto de pareja, para ser aprovechado y ampliado en las futuras investigaciones.

Las personas no vienen solas al mundo, tienen una historia familiar que gracias a ella es por quien llegan a la vida. En esta investigación se le da importancia al sistema familiar del que es miembro cada individuo que compone la pareja.

La pareja se refiere al conjunto de dos personas que tienen una correlación entre sí, que suele establecerse por vínculos afectivos, sexuales, o ambos, Barrera citado por Bucio (2007), con el fin de satisfacer necesidades específicas de afecto y compañía Nahoul (2005).

Desde la perspectiva de la terapia de pareja, para que dos personas se consideren felices, en su relación deben reunirse algunos requisitos: el primero es mantener un equilibrio equitativo entre lo que se da y lo que se recibe, el segundo, es el intercambio de conductas positivas entre la pareja, y el tercero, se compone de lo positivo que cada miembro le da al otro, es importante que ambos se adapten a los gustos y las necesidades personales de cada uno de sus integrantes Schlosser, (2007).

Sin embargo, las parejas no siempre llegan a la consumación de la felicidad como tal, ya que se limita al entendimiento de la dinámica de la relación de dos personas que se unen para formar una pareja, sin tomar en cuenta al sistema familiar al que pertenece cada uno.

En esta investigación, la pareja es vista como dos sistemas que convergen para formarla.

Existen identificaciones inconscientes entre los miembros de una pareja con sus generaciones pasadas, por un amor incondicional Hellinger (1999). Estas identificaciones son el origen de los conflictos e inestabilidad que existen en la dinámica de pareja, tras esa unión, van muchas expectativas puestas en la relación, y que muchas veces son expectativas puestas por el sistema familiar al que pertenece la persona que las tiene. De ahí que la relación de pareja sea una parte importante del ser humano, ya que el individuo busca en ella resolver asuntos inconclusos que quedaron atrapados en el pasado para poder tener un equilibrio dentro de su sistema familiar.

Dos personas son atraídas por que les hace falta algo. Si les hace falta algo, lo tomaran de la pareja Hellinger, citado por Schlosser, (2007).

Es importante realizar una diferencia entre lo inconsciente y lo inexpresado; el inconsciente es lo reprimido, lo inaccesible a la conciencia, pero que actúa en forma oculta y se expresa de forma simbólica.

La colusión juega con dinámicas inconscientes que equipara a un síntoma neurótico y su función es ayudar a una parte rechazada para llegar a una realización aún inmadura. Los miembros de la pareja interactúan en un plano inconsciente, protegen la continuidad de la colusión.

Lo inexpresado es consciente, pero que no se expresará por temor, para no disparar un conflicto insoportable para ambos Willi (2004).

Debido a esto es importante, un profundo estudio sobre el sistema transgeneracional de la persona, para poder identificar las lealtades que tiene en el sistema al que pertenece y analizar como repercute en la relación de pareja que tiene la persona.

Este trabajo tiene dos principales capítulos, en los que se describe el conflicto de pareja desde las lealtades invisibles, como resultado del enfoque sistémico transgeneracional.

En el primer capítulo se encontrará el marco teórico que sustentará este trabajo. Este marco teórico está dividido en tres temas principales.

En el primer tema se hablará de forma general sobre el enfoque sistémico transgeneracional, tomando en cuenta su definición, su historia y algunos conceptos relevantes para esta investigación abordándolos desde el tema del conflicto en la pareja y citando a algunos de los autores más relevantes en este enfoque, como Bert Hellinger, Raquel Schlosser, Vincent de Gaulejac, entre otros. Este capítulo será una explicación detallada de los antecedentes del término de lealtades invisibles, tomando conceptos que se utilizarán más adelante para la comprensión del conflicto de pareja.

En el segundo tema del trabajo, se explicará de manera profunda el término de lealtades invisibles y su fundamentación, tomando de referencia a los conceptos explicados en el tema anterior. En este tema se citará a Iván Boszormenyi-Nagy, autor de este concepto, complementando con la aportación de otros autores.

En el tercer tema se habla de los conflictos en la pareja enfocado desde las lealtades invisibles, sustentado por el capítulo anterior. En este tema, el lector ya tiene las herramientas teóricas necesarias (mencionadas en los temas anteriores) para entender las dinámicas de conflicto en la pareja.

El segundo capítulo presenta una propuesta de taller, como resultado de esta investigación documental, sustentada con los temas del capítulo uno.

Por último estarán las conclusiones del trabajo de investigación documental sobre el conflicto de pareja desde las lealtades invisibles y la propuesta esperada después de la recopilación de datos obtenidos en la investigación.

Respecto a los antecedentes que preceden a este trabajo se encontraron pocas investigaciones. El sustento teórico de esta investigación, es una recapitulación de diferentes autores contemporáneos.

En un trabajo de “Constelaciones Familiares” (Estrada, 2008), se encontró una recapitulación de información de algunos conceptos básicos concernientes al enfoque transgeneracional, sin embargo, este trabajo va dirigido hacia la técnica de constelaciones familiares, que surge como consecuencia del estudio sistémico transgeneracional, para facilitar el trabajo terapéutico. Aún así, esta información es relevante, ya que esta investigación está dirigida hacia el estudio del conflicto en pareja, retomando el concepto de lealtades invisibles para que la persona a nivel individual, comprenda todo lo que abarca las consecuencias de situaciones pasadas no concluidas y que quedaron abiertas a generaciones futuras, para que después alguien de la familia pueda concluir las, aunque muchas veces sea en contra de su voluntad y de su felicidad, repercutiendo muchas veces en su relación de pareja, es como si fueran deudas no saldadas en generaciones pasadas y que son desplazadas a generaciones futuras, tratando de cobrar o pagar ese saldo pendiente en la relación de pareja que se presenta actualmente.

JUSTIFICACION

En el presente documento de investigación se decidió trabajar con el conflicto en la pareja desde las lealtades invisibles considerándolo importante para la psicología clínica, ya que, en la actualidad no basta con el análisis de la pareja a nivel individual o dual, ya que cada uno nace de un sistema familiar, que al formar la pareja, estos dos sistemas familiares se convergen.

Hoy en día el enfoque Transgeneracional ha tomado interés en la Psicología, que a diferencia de ésta última, percibe al hombre como un ser integral perteneciente a un sistema familiar de esta manera el individuo es representante de generaciones anteriores de su propio sistema que cuando entra en interacción con otro individuo, como pareja, se presentan conflictos que pueden tener su raíz en lealtades invisibles propias de su sistema en algunas ocasiones poniendo expectativas en el otro, de las cuales no está conciente. Estas expectativas tienen origen en generaciones anteriores reflejadas en la pareja actual.

Lealtades invisibles, es un termino que ha surgido en los últimos años, como tema de interés del enfoque transgeneracional, que le ha dado la importancia a la familia ancestral sobre el destino de la persona. Este término sirve como cuadro de referencia en los acontecimientos más relevantes en una relación de pareja. Por el momento no se encuentra mucha información e investigación de esta temática. Por eso, es importante realizar un sustento teórico sobre las investigaciones mas recientes de las lealtades invisibles y hacer una propuesta como resultado de esta investigación para brindar un soporte a futuras investigaciones con respecto al tema de la pareja y de las lealtades invisibles.

En una relación de pareja el amor es una gran aspiración para el hombre, incluye todo lo que somos porque el amor es parte de lo humano y se relaciona con todas las dimensiones de la persona. Si la relación de pareja esta en conflicto, el hombre se perturba en todas sus dimensiones, limitando su crecimiento.

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Realizar una propuesta de un taller como resultado de una investigación documental sobre el conflicto en la pareja desde las lealtades invisibles, donde se lleve a cabo un análisis profundo de la dinámica que origina el conflicto.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

Introducir al tema de las lealtades invisibles y la repercusión que este tiene en el conflicto de pareja.

Identificar las causas del origen de las lealtades en el sistema familiar.

Conocer el impacto de las lealtades invisibles en la relación de pareja.

Describir las similitudes que existen en el sistema familiar en cada individuo que conforma la pareja.

Proponer un taller donde se realizara un análisis del conflicto en la pareja de manera personal.

IMPORTANCIA DEL ESTUDIO

Esta investigación documental es importante por los alcances que tienen las lealtades invisibles con la familia ancestral en el destino de las personas, en tanto a sus relaciones como en sus decisiones y por lo tanto ha tenido un fuerte interés social el surgimiento de este nuevo enfoque.

El tema de pareja es muy extenso, sin embargo, en este trabajo se delimitará a los conflictos en la pareja.

La vida del ser humano gira en torno a las relaciones con los otros, desde antes de nacer, hasta la muerte, entrando en constantes conflictos, debido a las discrepancias existenciales de cada persona a la hora de converger con otra, provocando en muchas ocasiones, sufrimiento en alguna de ellas o entre ellas a la hora de confluir.

Teoría de la comunicación humana (Watzlawick 1967) nos explica dos tipos de dinámica en las relaciones humanas.

La comunicación digital se sirve de signos unívocos. Afecta más al aspecto del contenido. La comunicación analógica es no oral y metafórica; es equívoca y afecta más al aspecto de la relación. El aspecto relacional de una relación amorosa se comunicará sobre todo de forma analógica, no verbal. La comunicación analógica no es plenamente consciente de los sentimientos y no desea determinarse. Esta es motivo de muchas inseguridades y malentendidos en una relación amorosa.

La discrepancia entre intenciones expresadas e inexpressadas da pie a juegos destructivos, que pueden consumir durante años una gran parte de la energía de la pareja, así, por ejemplo, quien se deja estructurar por el otro pierde la confianza

en su capacidad de regulación y da motivos al otro para que le critique y desvalorice innecesariamente Willi (2004)

En este trabajo, se pretende brindar a las perturbaciones que despiertan en la persona con respecto al tema de pareja, un soporte teórico actualizado y sustentado desde el punto de vista de diferentes autores, que les permita entender los verdaderos motivos latentes de este sufrimiento, llevándolos a la conciencia para después trabajarlos de manera personal y así asumir la responsabilidad que le corresponde a cada uno de los miembros de la pareja, brindando también una propuesta de trabajo para la apertura a nuevas investigaciones, ya que son pocas las investigaciones de esta teoría.

CAPITULO 1

MARCO TEORICO

1.-ENFOQUE TRANSGENERACIONAL.

El enfoque transgeneracional es un modelo holístico que surge en los últimos 30 años, dando paso a nuevas técnicas y herramientas psicoterapéuticas que facilitan el conocimiento de conflictos desencadenados en el sistema familiar de cada persona. En esta corriente, se distinguen varios autores como Bowen, Boszormeny-Nagy, Willi, Wynne y Bert Hellinger, principalmente. Este enfoque nace de la sistematización de la experiencia clínica de la psicoterapia y de la integración de varias corrientes y enfoques.

Lealtades invisibles surge de la inquietud de reunir de un contexto básico todo el panorama que influye en una persona en sus posiciones, actos y motivaciones internas y de su historia sistema familiar al que pertenece, llegando a la comprensión sistémica (social), de donde dependen los miembros y esperan lealtad de ellos, e individual (psicológica) donde se encuentran los sentimientos y motivaciones de éste Boszormeny-Nagy (1994).

El enfoque transgeneracional considera los mecanismos inconscientes que fluyen en la pareja, la historia de cada cónyuge con respecto a su sistema familiar de origen y de cómo éstos influyen en la dinámica de la pareja. Desconfiando de la lógica lineal, acentuando la importancia de la autorregulación del sistema; en su visión, la circularidad y la historicidad, parte de un todo, y no de manera individual; viendo al pasado como necesario para entender las relaciones actuales Cova (1998).

El Psicoanalista Didier Dumas, citado por Ancelin, (2008), explica como se transmite de generación en generación el conocimiento de la lengua, el cuerpo y sus resonancias transgeneracionales, a diferencia de Freud que no indagó sobre

dichas resonancias de los ancestros, tomando en cuenta en profundidad hasta los abuelos. En otra visión, los taoístas miden un destino sobre nueve generaciones, y la Biblia lo hace sobre las últimas tres o cuatro generaciones Ancelin, (2008).

En lo transgeneracional como para el psicoanálisis, se utiliza el concepto de inconsciente, pero en el primero es empleado con más profundidad, no solo se queda con la parte individual, si no en este enfoque se anexa lo inconsciente familiar y va más allá de una generación, como lo maneja el psicoanálisis. Por ejemplo, en el enfoque transgeneracional, se utiliza el término de inconsciente para vincular a la persona con su origen y sus ancestros; a diferencia del psicoanálisis, en el que el inconsciente es una parte del aparato psíquico donde se encuentran guardado el material “desechable” por así llamarlo, del consciente a nivel personal; el termino es el mismo, la diferencia es que es visto de una manera más profunda en la información, que va más allá de una generación, o menos profunda, que solo se limita a la información individual.

La misión de la terapia transgeneracional es mostrar las lealtades invisibles y las identificaciones inconscientes que se repiten, que obligan al individuo a pagar las deudas de sus antepasados Schützenberger (2008).

Las identificaciones son como si el individuo estuviera programado para seguir y repetir su destino, trágico o alegre. Repetir las acciones, las fechas o las edades, es una manera de mantener al individuo fiel a sus antepasados, como a sus padres, abuelos, y demás antecesores dentro de su linaje.

1.1 LOS QUE PERTENECEN AL SISTEMA FAMILIAR

El sistema familiar, para Hellinger (2001), es la comunidad de personas unidas por el destino a través de las generaciones, que inconscientemente influyen y se involucran en el destino de otros miembros del sistema.

Las personas que pertenecen al sistema son los familiares consanguíneos, como lo son los hermanos, padres, tíos, abuelos, bisabuelos, y todos los ancestros de estas mismas generaciones y los hijos. No pertenecen al sistema los tíos políticos o primos.

También pertenecen al sistema las parejas, y al decir parejas no se hace referencia al matrimonio, ya que el matrimonio es una institución social, donde el lazo es reconocido socialmente a través de un papel firmado, por disposiciones jurídicas y/o religiosas (Martínez, 2008), si no se hace referencia a todas aquellas personas que fueron pareja sexualmente de la persona, o parejas muy significativas, sin importar que en la actualidad siga con esa pareja. Todas estas parejas tuvieron una gran influencia en el sistema de la persona, a tal grado que abrieron lugar para que pudieran llegar nuevos miembros al sistema posteriormente.

También parejas importantes de los padres, abuelos y de la misma pareja de la persona, ya que estas hicieron un lugar para que llegarán otros en la familia. En esta parte se incluyen también a las relaciones con triangulaciones, donde existe un tercero, conocido comúnmente como amante.

Las amistades con mucha influencia en la persona, que permiten la supervivencia del sistema, también están incluidas, por ejemplo, alguna amiga de la familia que hubiera apoyado en la crianza de los hijos cuando los padres trabajaban o trabajadoras que cuidaban a los hijos mientras los padres no estaban, comúnmente conocidas como nanas.

No es necesario conocer a las personas con las que uno está identificado.

Las personas muertas, antes del nacimiento (abortos) y después de nacidas, también son incluidas en el sistema, tomando en cuenta el motivo de muerte como

el suicidio, accidentes trágicos, enfermedades o muerte natural. La muerte no es más que una forma de existencia Ten Hövel (1999).

El enfoque transgeneracional “une vivos y muertos por una corriente de conciencia y amor” Hellinger citado por Schützenberger (2008). Este enfoque se encuentra influenciado por otras ramas, como el taoísmo y el chamanismo, que entre tantas cosas, están interesados por los muertos, y que influyen en la vida del sujeto en el presente.

Otras personas que están dentro del sistema son aquellas que atentaron en algún momento contra el sistema (perpetradores) como por ejemplo, asesinos, violadores, secuestradores, ladrones, y más, ya que estos tuvieron fuerte influencia en el sistema al grado de dejarlo en desequilibrio, y posteriormente en otras generaciones, esto será cobrado de alguna forma. También aquellos que aportan algo a favor de un miembro del sistema y que después fueron tratados injustamente, por ejemplo, empleados Hellinger (2001).

Cuando un sistema no reconoce o no le da su lugar que ocupa a un miembro del mismo sistema, sean cual sean las causas, otro miembro de la familia, sin importar en que generación se encuentre, ocupará su lugar, alterando el orden y su destino por tomar el lugar de la persona que no es reconocida. Por ejemplo: cuando en los padres existe o existió una tercera persona en la relación, y no se le dio su lugar reconociendo su existencia por que quizás lo mantuvieron en secreto, uno de los hijos puede llegar a identificarse con la persona excluida, ósea con la tercer persona, trayendo a su relación de pareja conflictos, o representándola siendo ella la tercer persona en su relación.

1.2 EJES QUE SUSTENTAN LAS LEALTADES INVISIBLES.

Desde la visión de Tisseron, citado por Schützenberg (2008), las familias están definidas en dos ejes:

- a) Horizontal, que es el contacto físico o virtual de los miembros de la misma familia y generación;
- b) Vertical, son las representaciones de los ascendientes que influyen en el ser humano en una filiación.

Los compromisos de lealtad vertical siguen en conflicto con los horizontales. Los compromisos de lealtad verticales son debidos a una generación anterior o posterior; los horizontales se entablan con la pareja, hermanos y pares. El establecimiento de nuevas relaciones como el matrimonio y nacimiento de los hijos, plantea la necesidad de forjar nuevos compromisos de lealtad. Cuando más rígido sea el sistema de lealtad original, más fuerte es el desafío de la persona. A medida que se va evolucionando en las fases de la familia nuclear, las personas deben de enfrentar nuevas exigencias en la adaptación de las antiguas y nuevas expectativas Nagy (1994).

Hellinger en la psicoterapia toma 3 ejes:

El primero es el eje sistémico, en el cual se basa la Terapia Familiar. El sistema, es representado por una organización circular, la cual incluye la dinámica de relación de los miembros de una familia nuclear: padres e hijos.

La terapia familiar sistémica observa lo sistémico como influencia de un todo, es decir, un sistema está influenciado y conectado por todos los elementos que lo conforman y cada elemento repercute en todo el sistema. En la terapia familiar sistémica al igual que en la gestalt, se trabaja con el individuo como parte o elemento de un sistema familiar y no como individuo solo.

En este eje se encuentra la pareja y sus identificaciones más inmediatas, y que repercuten en la relación. Por ejemplo, uno de los cónyuges, suponiendo el hombre, tiene una fuerte lealtad hacia uno de sus padres, en este caso con la madre, esto no le permite al hombre tener un lugar en su corazón disponible para

su pareja, ya que este lugar está ocupado con la lealtad que tiene hacia su madre. Otro ejemplo podría ser si uno de la pareja tiene una relación con una tercera persona, las consecuencias recaerán en los hijos de manera inconciente.

El segundo eje es el transgeneracional, donde la historia se transmite de generación en generación, a partir de una actividad mental inconciente de una naturaleza empática o telepática, que es la que se genera cuando el individuo es un feto y se encuentra en el vientre de la madre y cuando es aún pequeño, menor de 3 años, viviendo en una psique comunitaria de su familia, que le permite ser él mismo o el otro. Esta dinámica funciona durante la identificación, permitiéndole al niño duplicar las estructuras mentales de sus padres y a su vez integrando psíquicamente a los demás Dumas citado por Schützenberger (2008). Esto explica el hecho de que las personas actuemos de una determinada manera ante la vida y tomemos ciertas decisiones en ella, ya que tenemos en nuestra psique toda la información de nuestra historia familiar, por ejemplo los secretos que hay en ella, las injusticias, el amor y su fuerza, transmitida por la madre de forma inconciente generando las identificaciones con otros miembros de la familia de otras generaciones.

Así cuando la persona crece y forma una relación de pareja, en cada uno de los cónyuges, fluye una energía con información que se va transmitiendo de generación a generación, la cual determina de cierta forma, acontecimientos que se van dando en las parejas posteriores, y que en muchas ocasiones provoca conflicto. Por ejemplo, si una persona es excluida del sistema, quizá en generaciones posteriores, habrá una persona que tenga una lealtad con esa persona excluida, dándole su lugar siguiendo el destino de la persona excluida. Cuando esta persona se identifica, empieza a traer conflictos en sus relaciones presentes, en este caso la de pareja. Si en el pasado existe una situación no resuelta, en el presente de la persona querrá resolverla a costa de la relación de pareja que tenga, con el fin de seguir perteneciendo a su sistema siéndole leal.

Los teóricos de la gestalt en sus investigaciones también hablan de los actos interrumpidos en el pasado, y como tienden a repetirse una y otra vez a lo largo de la vida, utilizando el termino del efecto Zeigarnick, citado por Schützenberger (2008). Esto se refiere que si algo quedó inconcluso con una de las parejas anteriores a la actual, el conflicto estará buscando la solución en el presente. Esto también puede darse de manera multigeneracional, si algo quedó inconcluso en una pareja, en las generaciones posteriores tratará de concluirlo.

El tercer eje es el campo fenomenológico, basado en los campos morfogenéticas. Es la energía que fluye en el sistema familiar, donde el origen del conflicto se refleja en síntoma en otro miembro del sistema, y siempre en generaciones posteriores. En base a la fenomenología, el conflicto de pareja es la experiencia inmediata, tal y como se presenta, sin interpretaciones ni juicios Hellinger (2001).

En las terapias transgeneracionales, es importante abrirnos a una forma de conocimiento espiritual. Desde el punto de vista de la fenomenología, la cuestión es el aceptar la vida y el destino, tal y como se presenta, sin resistencias, y sobre esto se trabaja Hellinger citado por Schützenberger (2008).

1.3 ORDENES DEL AMOR

Para reflexión
El amor llena lo que el orden abarca.
El uno es el agua, el otro el jarro.
El orden recoge, El amor fluye.
Orden y amor se entrelazan en su actuar.
Como una melodía, al sonar, se guía por las armonías,
Así, el amor se guía por el orden.
Y como el oído difícilmente se habitúa a las disonancias,
por mucho que se expliquen,
así, nuestra alma difícilmente se hace a un amor sin orden.
Algunos tratan a este orden como si no fuera más que una opinión,
que pudieran tener o variar a gusto.
En realidad, empero, nos viene dado:
actúa aunque no lo entendamos.
No se idea, se encuentra.
Lo conocemos, igual que el sentido y el alma, por su efecto.
BERT HELLINGER (Neuhauser 1999)

Los órdenes del Amor, aportado por Hellinger (2001), es el orden que ocupa cada miembro en la familia o en las relaciones, esté o no esté y siempre están regidos por el amor. Las leyes que rigen a estos órdenes son las siguientes.

1.3.1 LA NECESIDAD DE VINCULACIÓN: PERTENENCIA.

La persona hace todo lo necesario para pertenecer a la familia, aunque tenga que sacrificar su felicidad. La pertenencia se da desde el sentimiento profundo que pertenece a ese sistema.

El simple hecho de pertenecer a un grupo, genera al individuo un sentimiento de pertenencia y uno adopta la conciencia del otro Hellinger citado por Schützenberger (2008).

La pertenencia influye a tener una particular forma de relación, si en casa los padres están separados, los abuelos están separados, probablemente, el hijo, en su vida adulta, tendrá relaciones de pareja donde no haya compromiso, y cuando llegue a establecer una relación, es probable que termine dejándola, así identificándose con el sentimiento del sistema al que pertenece.

En muchas relaciones uno de los miembros de la pareja reclama el apego y la vinculación estrecha; y el otro, la libertad. Así los dos se hacen duros reproches por ello. Ambos viven en una profunda ambivalencia entre el apego y la libertad. Por ejemplo, las libertades que un miembro de la pareja reclama para las relaciones sexuales extramatrimoniales, y la persecución celosa y el retraimiento depresivo con que el otro exige la fidelidad vinculante Willi (2004).

Quien se comprometa en una relación amorosa no podrá abandonarla ya sin sufrir perjuicios. Quien se mantenga libre y sin compromiso en una relación amorosa no creará vínculos fuertes; su autorrealización quedará sin respuesta. Willi (2004).

La persona que mata a otro miembro de su sistema, o quiere matarlo, pierde su derecho a la pertenencia. Por ejemplo, si por las amenazas de asesinato su madre perdió su derecho a la pertenencia, es su madre la que tiene que marcharse. Ella ha perdido el derecho a la pertenencia. Sería un crimen gravísimo que su hija fuera feliz con su marido, ya que traicionaría a su madre y se arrogaría el derecho de tener una felicidad mayor que la de ella.

También en caso de crímenes serios cometidos con otras personas, ajenas al sistema, el perpetrador pierde el derecho de pertenencia en su sistema. Otro suceso es la infidelidad, ya que pueden perder su pertenencia en su familia actual también Hellinger citado por Neuhauser (1999).

“Excluir a una persona” significa, despidan de sus corazones, con amor, dejando que se vayan con las víctimas Hellinger citado por Neuhauser (1999).

1.3.2 LA NECESIDAD DE ORDEN: JERARQUÍA.

Se define por el tiempo, es el lugar que ocupa una persona en el sistema de acuerdo al orden en el que nació o llegó a la vida: primero llegan los padres y luego los hijos. En la relación de pareja también existe un orden por el momento de aparición en la vida de la persona, el primero que llegó a la relación es el que ocupa el primer lugar, y así sucesivamente sin importar si contrajo matrimonio o no con esa persona, o el tiempo de duración o profundidad en la relación. De esta manera se le da un lugar en su corazón a todas las parejas que la persona ha tenido.

Cuando las jerarquías no están muy claras, y una persona ocupa el lugar de otra, o no se le da lugar a alguna de ellas, puede reflejarse con conflictos en la pareja. Por ejemplo, un hombre tiene una pareja, en este caso una novia, después terminan la relación por cualquier circunstancia, así que después de un tiempo, ambos deciden iniciar una relación con otras personas. Ahora ambos deben darle su lugar a sus nuevas parejas y a las anteriores. La pareja inicial, siempre

será la primera, la que formaron después será la segunda, así que la última pareja tendrá que reconocer el lugar que ocupó la primera, y así sucesivamente hasta llegar al espacio que ocupa ella.

Cuando uno de la pareja tiene un gemelo no puede vivir sin su hermano. Quien tiene una pareja que es gemela, tiene que reconocer que para su pareja el otro gemelo tiene prioridad. El efecto es como el de un primer vínculo. Quien lo reconoce, tanto recibe el amor de su pareja, como el gemelo de esta. De lo contrario el gemelo intentará sustituir a su hermano gemelo, buscando una relación extramatrimonial. Así la pareja extramatrimonial representa al gemelo Hellinger citado por Neuhauser (1999).

1.3.3 LA NECESIDAD DEL EQUILIBRIO ENTRE DAR Y TOMAR.

Las relaciones humanas inician dando y tomando, excepto en las relaciones de padres e hijos, ya que los padres son los que siempre dan y los hijos solo tienen que recibir, tomando de ellos lo que necesiten.

En la pareja, se va a dar al otro conyugue lo que la persona recibió de sus padres, y viceversa. En la medida que nos dieron nuestros padres y recibimos de ellos, es la medida que utilizaremos para dar a nuestra pareja y recibir de ella. Siempre las personas dan lo mejor que tienen en el momento, dependiendo de los recursos con los que cuenten, y mucho de estos recursos dependerá de lo que obtuvieron de sus padres.

En una relación de pareja, cuando se pierde el equilibrio entre el dar y el tomar, uno de los conyugues da más de lo que recibe, la persona que no da mucho, es la que va a irse de la relación. Es como una deuda, uno da mucho, y el otro sale debiendo por que no tiene para pagar esa deuda, así que deja la relación pero no se borra esa deuda, sigue pendiente, y la persona que debe quedará enganchada sabiendo que tiene una deuda pendiente en esta relación. Esto es debido al desequilibrio que quedó en la relación entre el dar y tomar.

Cuando se trata de encontrar el equilibrio entre lo que se da en el amor, una de las personas que forma la pareja da con una intensidad y la otra debe de responder dando algo con una intensidad mas grande de lo que recibió, esto es, si uno da algo, el otro debe de regresar algo mas de lo que recibió y así sucesivamente. Cuando uno de los cónyuges hace un daño, el otro cónyuge debe de regresar ese daño, pero con una intensidad menor a la que recibió. Hay que encontrar el equilibrio en medida de lo que se da con lo que se recibe, y de lo que se recibió con lo que dio.

Otro ejemplo son las personas que en una relación no saben recibir y solo dan, (esto lo aprendieron de sus padres), poniendo en posición de inferioridad al que recibe, generándole que se enganche emocionalmente y bloqueando la comunicación por su deuda, y aunque el que debe se vaya de la relación, sabe que quedó algo pendiente ahí.

Jodorowsky basándose en el inconciente colectivo de Jung, o en la gran alma, él cree que “si los otros son yo, todo lo que les doy me es devuelto multiplicado. Lo que no les doy, son oportunidades de las que me privo”.

Hellinger (1996) propone los siguientes comportamientos:

La huida, como estado de inocencia al no tomar nada en la relación de pareja, por lo que no están obligadas a dar, y tiene cierta sensación de libertad.

El ideal altruista, cuando una persona en la relación exige más, por haber dado más de lo que ha tomado. Por ejemplo, en una pareja, el hombre se hace cargo de la casa económicamente, después la mujer quiere ayudar en los gastos de la casa y quiere aportar dinero, pero el esposo no lo permite, y no acepta ese dinero, dejándola a ella sin aportar, el esposo después sentirá que tiene el derecho de exigir de su esposa que hacer y que no hacer de ella, por que él es el único que da en la casa económicamente.

El intercambio, la persona toma a medida de que va dando, en este se encuentra el equilibrio como tal. “Donde no es posible compensar el equilibrio en una relación, no puede darse ninguna unión verdadera” Hellinger (1999) por ejemplo, cuando un hombre se casa con una mujer impedida, o cuando una mujer se casa con un hombre impedido, el compañero impedido es aquel que recibe más. Por tanto tiene que llegar a un equilibrio, si no el compañero impedido se va. En una situación así, la única salida consiste en que el compañero impedido reconozca que el otro le hace un regalo muy especial. Este reconocimiento amoroso es una recompensación, pero este agradecimiento es muy humilde y muy difícil Hellinger citado por Neuhauser (1999).

Las personas dentro de la relación deben de aprender a poner límites entre dar y tomar, y ya que unos no pueden dar todo, y otros no pueden tomar todo, así que para que se dé una relación de pareja y se conserve, no deben de dar más de lo que el otro no puede tomar, y no pueden tomar o exigir más de lo que el otro no pueda dar. Sin embargo, este intercambio nunca se estanca, siempre debe de ir subiendo de nivel. La clave también está en decir o pedir concretamente el deseo o la necesidad, de lo contrario el otro se siente presionado por expectativas que no pueden satisfacer, y llega a no dar nada porque le es demasiado, ya que no distingue el límite de lo que la otra persona pide.

Puede ser que uno tienda a identificarse en exceso con el destino de alguien, en el sentido de que se identifique inconscientemente con él y se crea responsable de ayudarlo a desenvolverse en este mundo tan complicado. Lo que puede ser beneficioso en su justa medida puede convertirse en veneno si es excesivo. Quien elige una pareja equilibrada y vital “fácil de cuidar” dispone de fuerzas para la realización de su potencial fuera de la relación. Quien elige una pareja con un carácter difícil, invertirá sus fuerzas, sobre todo, en la relación de pareja Willi (2004).

Para terminar este tema, se citara un ejemplo de Hellinger (2001) sobre una dinámica de gran desequilibrio. Cuando una pareja le paga los estudios al otro, siempre este se va. Sin embargo cuando los padres pagan los estudios no pasa nada.

Únicamente puedo darle determinadas cosas a mi pareja. Otras, no le puedo dar, se que no las tomara. En el primer encuentro se sabe que será posible y que no. Cuanto más claramente se encara este hecho, mas serena y humilde será esta relación Hellinger citado por Neuhauser (1999).

1.4 LA CONCIENCIA.

La conciencia es el sentido interno mediante el cual el individuo es regido para comportarse o no de determinada manera para mantener la pertenencia o para distinguir que la pone en peligro. En este concepto de conciencia no se dice si algo es bueno o malo, simplemente lleva a actuar de determinada manera Hellinger citado por Solloza, (2006). Para Ruiz (2001), cobrar conciencia es ser responsable de la propia vida, siendo responsable cada quien de si mismo.

La mala conciencia, es aquella que se forma en el individuo a partir de hacer algo diferente a lo que la familia espera, esto es, actuar en contra de las lealtades de su sistema familiar. Esto se refiere a que la mala conciencia, no es que haga algo malo, si no que solo es diferente. En esta existe un cierto temor inconciente, de dejar de pertenecer al sistema familiar si hace algo diferente de lo que hace su sistema. Este tipo de conciencia genera en la persona un sentimiento de culpabilidad Hellinger citado por Solloza, (2006).

La mala conciencia también se instala cuando se tiene un sentimiento de deuda demasiado grande para con un sistema, tanto que la deuda no se les puede pagar a los antepasados Hellinger citado por Schützenberger (2008).

Para Hellinger la mala conciencia es cuando los lazos ancestrales son negados, detestados, insultados o borrados del recuerdo, generan sentimientos negativos, en donde el individuo se culpabiliza y se castiga a nivel inconciente, por eso cuando un miembro de la familia es excluido o expulsado, siempre hay quien retoma la exclusión como si fuera propia, sin importar las diferencias de generación que hay entre ambas, y sin importar la situación. Esto entonces es cuando un descendiente retoma asuntos de sus ancestros, generando su buena conciencia.

La buena conciencia, es cuando la persona actúa conforme al grupo al que pertenece, siguiendo sus lealtades invisibles y cuidando su pertenencia en ese grupo. Este hace sentir a la persona inocente, soltando la responsabilidad propia de su destino, dejándose a los órdenes del amor.

Para entender mejor estos dos conceptos, en una relación de pareja, a menudo son experimentados conflictos de conciencia, por ejemplo, en una familia donde todos los varones han sido golpeadores existe un varón que decide actuar a mala conciencia y dejar de ser así; por lo tanto se siente inocente por que no hace daño a su pareja, pero culpable por que traiciona a las conductas que eran normales en su sistema.

“El derecho de un lado y la obligación del otro son el patrón fundamental de culpa, inocencia a toda relación” Hellinger (1996).

Dentro de la conciencia, existen dos tipos de conciencias: familiar e individual.

La conciencia familiar es a nivel inconciente, afectando a todos los miembros del mismo sistema familiar. Este tipo de conciencia tiene más fuerza que la conciencia individual. Esta sigue algunas leyes que se deducen a partir de sus efectos. Retomando el ejemplo anterior, en donde el varón viene de una familia golpeadora, existe una dinámica donde el conflicto es inconciente y la conciencia

familiar es tan pesada que muchas veces gana sobre la conciencia personal y el patrón de comportamiento se sigue perpetuando Estrada (2008).

La conciencia familiar esta regida por la ley de pertenencia, jerarquía y equilibrio y sirve tanto a las necesidades personales como a las necesidades sistémicas.

Primero, todas las personas que pertenecen al sistema tienen el mismo derecho de pertenecer, ser honrados y reconocidos dentro de este sistema.

Después, la conciencia familiar busca un equilibrio entre lo bueno y lo malo, entre la perdida y el beneficio; así una generación afectada se ve compensada en la siguiente o viceversa. La conciencia familiar busca justicia en generaciones inocentes, a través de una injusticia, para obtener un balance en el sistema.

La voluntad tiene que ver más con la conciencia individual. Al hacer conciencia de las lealtades invisibles hacia la familia de origen, y ver de que manera repercuten en la relación de pareja, se puede tomar una decisión, sin embargo esta es más difícil que se haga posible, ya que para poder generar un cambio, existe un desgaste muy fuerte en la persona, por que lucha en contra de su destino.

1.4.1 CULPA E INOCENCIA

La culpa no es equivalente a malo. Muchas veces es justamente al revés. Lo bueno o lo correcto nos hace culpables, y lo malo nos da una sensación de inocencia.

Muchos que permanecen en el problema, o que sufren en una mala relación, se sienten inocentes. El paso de este tipo de inocencia a culpa, requiere fuerza interior, solo quien encara la culpa, puede llegar hacia la solución. Porque en este nivel uno se encuentra mas solo. La recaída en el patrón antiguo es más cómoda.

Uno de los compañeros acarrea alguna culpa, y el otro le dice: ahora tienes que pagarla. O cuando el inocente quiere recuperar al compañero culpable, pero personalmente no esta dispuesto a bajar al nivel de la culpa y de la debilidad

humana, en un caso así, el culpable ya no puede volver, el que tiene que volver como pobre desgraciado no vuelve nunca. Solo quien puede volver con la cabeza en alto, realmente vuelve. Cuando uno de los compañeros hizo daño al otro, el otro siente la necesidad de hacer daño también; le hago un poco menos de daño del que me hizo a mi. De esta forma se crea un inmenso movimiento negativo, y también este vincula: de tanta desdicha la pareja no consigue separarse Hellinger citado por Neuhauser (1999).

Cuando una persona tiene una culpa personal, está se convierte en fuerza si es admitida. En cuanto la persona admite su culpa, ya no tiene sentimientos de culpabilidad. El que niega su culpa y rehúye sus consecuencias se siente culpable y débil.

La persona que toma sobre sí una culpa y sus consecuencias en lugar de otro, se debilita. Al mismo tiempo también debilita a la otra persona, lo privo de la fuerza para hacer algo bueno con esa culpa Hellinger citado por Neuhauser (1999).

1.5 AMOR CIEGO.

Es un profundo amor de los hijos hacia los padres, donde los hijos se identifican con algunos de ellos, y sacrifican su propia felicidad para seguir el destino de los padres. Un hijo se identifica con alguno de sus padres, representándolo, de la siguiente manera:

Una persona que en su familia de origen, sus padres están separados, en su vida de pareja, ella abandona una relación. Revisando su historia, casualmente tiene la misma edad que tenían sus padres cuando se separaron, y por amor a ellos, ella termina dejando su relación de pareja a la misma edad que sus padres.

1.5.1 DOBLE TRANSFERENCIA

La doble transferencia en la pareja es una de las causas mas frecuentes de los conflictos que no parecen tener solución. Es como boxear contra una sombra: los verdaderos contrincantes no se ven. Por ejemplo, una esposa esta furiosa con su

marido, pero no lo expresa. Así esa rabia reprimida es adoptada por su nieta. La transferencia en el sujeto, es de la abuela a la nieta. La transferencia en el objeto es del abuelo al marido, quien recibe la rabia sin ser culpable. Nadie es consciente de eso Hellinger citado por Neuhauser (1999).

1.6 ALMA FAMILIAR.

El alma familiar es el espacio donde se encuentran todas las generaciones de una misma familia, vigilando la pertenencia de cada persona que forma parte de ese sistema.

Para la Gestalt, se puede traducir como una estructura, viendo a la persona no de forma individual, sino como la suma de sus partes, esto quiere decir que el individuo es la representación de un "alma familiar", como si dentro de él, tuviera a todo su árbol genealógico y el individuo fuera la representación de cada elemento.

Las lealtades invisibles se dan dentro del alma familiar, esta carga de información, que en cualquier generación es retomada para hacer cobrar algo pendiente. Es cuando una persona se identifica por ejemplo, con uno de los abuelos, repitiendo en su relación de pareja, algo que para el abuelo quedó inconcluso.

1.7 GRAN ALMA

La gran alma, es el sistema en el cual, todos los sistemas de todas las personas y generaciones se encuentran instalados. Todos los sistemas interactúan entre sí, y unos influyen en otros, un ejemplo claro es cuando se forma una pareja, uniéndose dos sistemas dentro de la gran alma, más las uniones de sistemas familiares que tengan cada uno con otros sistemas en sus generaciones pasadas. La gran alma se encarga de ordenar el desorden de las generaciones pasadas y en ella se encuentran acciones y costumbres colectivas.

El enfoque transgeneracional retoma al psicoanálisis, como base de este término. Jung (1991) habla del inconsciente colectivo, donde dice que existe un inconsciente

donde se unen todos los inconcientes de todas las personas, así influyendo unos con otros, de generación en generación.

Partiendo de este concepto, se puede dar una explicación de la dinámica que influye en la elección de pareja. La pareja es la consecuencia del enamoramiento de las historias de dos sistemas, que en alguna generación observaron sus contenidos de estas historias, y generaciones posteriores se unen los representantes de estos sistemas. La elección se da a partir de que haya en uno de los miembros de la pareja algo en su sistema que le hace falta al otro, buscando el equilibrio. O bien, otra posibilidad esta en que las dos historias familiares, en algún punto, tiene algo en común o parecido.

1.8 DESTINO Y LA VOLUNTAD.

El destino se hereda. Los factores generacionales, transgeneracional e intergeneracionales de la misma son consideradas como evidencias capitales.

Esto significa que el destino de un sujeto, familia o grupo social (inclusive) posee elementos o pautas de conductas heredadas de las generaciones precedentes y al mismo tiempo el aprendizaje de modelos de conductas de la propia generación. Existen modelos de conductas, pautas, creencias, temores, pensamientos, el lenguaje, las costumbres, modelo de padre, madre o de hijo, etc., que son transmitidos a las nuevas generaciones

El destino es la fuerza y la energía que una persona recibe de sus ancestros, tanto bueno como malo, dándole un mayor soporte en la vida de la persona. El destino, es la conciencia familiar que tiene la persona. Este decide sobre la muerte, la vida, la salvación, la desgracia o perdición Hellinger (1996).

Desde el destino, cuando una pareja se separa no hay culpables porque no son libres de comportarse de manera distinta a la que lo están haciendo, porque cada uno esta unido a su familia de origen, y ellos son los que los llevan al pasado,

tratando de ordenar un desorden que hubo dentro de sus sistemas familiares, por mirar a su sistema, dejan de mirar a la pareja, dejándola ir. Así los destinos de los dos sistemas familiares a los que pertenecen, se vuelven los destinos de la pareja Hellinger (2006).

El término “transgeneracional” alude a que los modelos de comportamientos que perpetúan a través de generaciones sin que los actores tomen conciencia de la misma. La historia de un divorcio, por ejemplo, ancla mucho más lejos que las interacciones actuales de los cónyuges. Sus raíces se encuentran en varias generaciones atrás o incluso, el comienzo de las “herencias sucesivas” de los modelos nocivos pueden encontrarse en la propia generación, cuando dos programas mentales o destinos cruzan sus términos para buscar una “coexistencia” que pueda ser vivir. La concentración en una visión sistémica actual de la familia o el individuo impide el conocimiento de las sucesivas identificaciones que estructuran la solución a través de generaciones posteriores.

Las personas que siguen el destino de alguna persona excluida en el sistema, son obligadas de manera injusta por la conciencia familiar a cumplir ese destino, ya que son inocentes Ulsamer (2004).

1.9 MUERTE

Nos movemos entre los muertos que nos rodean, y no lo percibimos, pero a pesar de todo, ellos actúan sobre nosotros.

Los excluidos y los muertos son recuperados, resucitan de la muerte, para luego convertirse en una fuente de afabilidad para los vivos. Una vez que son reconocidos pueden retirarse amablemente, dejando libres a los vivos. El efecto de aquellos muertos que fueron excluidos es fatal para el sistema. No porque así lo quieran ellos, como si fueran malos espíritus, si no porque los vivos no les conceden ningún espacio, no los respetan ni los quieren. En consecuencia, a veces un hijo del sistema expía luego la injusticia que se comete con el muerto.

Al morir la persona amada, el que sobrevive se lleva algo de la fallecida. Muchos se llevan algo grave, pero también se puede quedar con algo precioso. Rike dice que con el dolor por los que se murieron prematuramente entorpecemos su movimiento leve. De esta manera los muertos no están libres. Hay que darles libertad para que puedan encontrar su paz. Muchas veces los muertos son glorificados. Se conservan sus pertenencias tal como las tenían mientras vivían. Esta forma de veneración a los muertos es una especie de exclusión, el fallecido como muerto es excluido, se le trata como si viviera. Los muertos tienen que estar presentes como muertos no como vivos, así pueden actuar para bien Hellinger citado por Neuhauser (1999).

Un suicidio nunca ocurre cuando un compañero deja al otro, casi siempre tiene otro significado, tiene que ver con las implicaciones sistémicas en la familia de origen. Quien se suicida, siempre se suicida el mismo, solo, nadie más lo hace por él. Por tanto no se le puede hacer ningún reproche a nadie más Hellinger citado por Neuhauser (1999).

2.-LEALTADES INVISIBLES.

El enfoque transgeneracional se distingue por el aporte de Boszormeny-Nagy, con su concepto de lealtades, afirmando que toda relación con la familia de origen y familia actual tiene lazos de lealtades inconcientes que constituyen los lazos de pertenencia y de identidad grupal; es probable que se deban a una insuficiente diferenciación del self y estén determinadas por el intento de equilibrio entre el dar y recibir.

Se debe de diferenciar el significado de Identificación y modelo para entender mejor las lealtades; un modelo no es ninguna identificación. Un modelo se tiene presente, por tanto si se esta separado del modelo, se puede seguirlo o no, esta libre. Estando identificado, no esta libre, ni siquiera sabe que esta identificado, se siente enajenado de sí mismo Hellinger (2001).

Las lealtades comienzan a necesitar una intervención cuando las identificaciones transgeneracionales son superiores a las sistémicas y comienzan a determinar dificultades en torno a la relación actual. El concepto de colusión explica la repetición del conflicto histórico de cada uno de los cónyuges y el de las lealtades define un contexto motivacional interpersonal que impulsa esas repeticiones: lo que se da en la elección de pareja y en la construcción de la colusión es la transferencia de las lealtades, buscando compensar o reparar el conflicto anterior. Es en torno a la organización de las parejas parentales donde se construye la referencia que conducirá al sujeto a modelar su propia interacción diádica Nagy (1994).

Para ser un miembro leal de un grupo, tiene que interiorizar el espíritu de sus expectativas y asumir una serie de actitudes específicas para cumplir con los mandatos interiorizados. El individuo así podrá someterse tanto al mandato externo como al de las obligaciones interiorizadas Nagy (1994).

Entonces la idea de ser leal es un corresponder a una obligación que se tiene con los demás. Es un compromiso a defender lo que se cree y en quien cree. La lealtad es un valor, pues quien es traidor se queda solo.

Cuando se es leal, se logra llevar cualquier relación a su etapa más profunda. La lealtad implica un compromiso que va más hondo: es el estar con una pareja en las buenas y en las malas; es trabajar no solo porque se reciba remuneración económica, sino porque se tiene un compromiso más profundo con la empresa en la que se labora, y con la sociedad misma.

Vicent De Gaulejac, realiza un análisis de las patologías transgeneracionales. El individuo esta sometido a una doble tensión, entre la necesidad de la lealtad socio-familiar y la promoción individual. Por ejemplo, la persona entra en contradicción entre sus lealtades familiares, que gira con respecto a la clase social a la que pertenece y la promoción individual que puede aspirar y tener acceso a otra clase social Gaulejac, citado por Schützenberger (2008).

El componente de obligación esta vinculado al deber, ecuanimidad y justicia en los miembros comprometidos por esa lealtad. La incapacidad de cumplir las obligaciones genera sentimientos de culpa y esto depende del regulador de culpas en el sistema familiar al que pertenecen Nagy (1994).

La lealtad está determinada por la historia del grupo, la justicia del orden humano y sus mitos, el alcance de las obligaciones de cada uno y la forma de cumplirlas están codeterminadas por el complejo emocional de cada miembro en particular y por la posición que por sus méritos ocupa en el sistema. La lealtad esta conectada con alineaciones, escisiones, alianzas y formaciones de subgrupos Nagy (1994).

Wynne describe la alineación como la percepción o experiencia de dos o más personas unidas en un esfuerzo, interés, actitud o valores en común y que alientan sentimientos positivos una hacia la otra. Las alineaciones son significativas o se

basan en problemas de lealtad cargadas de culpa al ser afectadas por el balance de las obligaciones y meritos recíprocos Nagy (1994).

Hay una palabra clave en todo esto, y es la que hace referencia a la “invisibilidad”. Siempre se ha conocido la palabra lealtad sin este apellido de “invisible”, pero este termino que han dado a conocer Nagy y Spark, es lo que cambia el significado de esta palabra. Lealtad, propiamente dicha es algo que mueve a una persona a hacer cosas por un grupo, institución, o por otro individuo. Pero cuando se habla de lealtad invisible, son aquellas fuerzas que nos hacen movernos en una dirección determinada, sin que estemos conscientes de por que razón lo hacemos. La base biológica para el vinculo de lealtad consisten en los vínculos de consanguinidad y matrimoniales, y son la sustancia de la supervivencia del grupo familiar Nagy (1994).

A su vez, Willi (2004), da una definición de colusión, como la complicidad inconsciente y no confesada en la combinación entre los miembros de la pareja. Transmite una sensación de proximidad especial y de necesidad absoluta recíprocas. Una colusión será patológica si se convierte en una obligación respecto a una forma de relación, y que no admite ningún tipo de desarrollo ni transformación continuos. Lo que para Willi podría ser una colusión, para lo transgeneracional es la lealtad invisible.

Un ejemplo clásico es la madre que se divorcia de su esposo, y nunca se vuelve a casar y se queda viviendo con su hijo desde pequeño. Se va dando una relación pseudo conyugal entre la madre y el hijo, dado el hecho de que comienzan a nutrirse emocionalmente el uno al otro, en una relación que más que de madre e hijo, se convierte en algo horizontal, donde el hijo comienza a jugar roles de adulto. Después que este crece, por lealtad a la mamá, boicoteará todas las relaciones de pareja que tenga, ya que casarse y realizar su propio proyecto podría ser parte de una deslealtad hacia su madre, por consiguiente sacrifica su crecimiento personal, para que se mantenga el estatus entre él y su madre.

La familia tiene dos mandatos: ha de dar seguridad material, afectiva, social y ha de permitir la separación y el crecimiento de sus miembros. Boszormenyi- Nagy (1973) parte de la existencia de una deuda vital de todos los hijos hacia sus padres, más allá de la conducta, honrosa o no de éstos: es la deuda por la vida. La familia no es exactamente un grupo, si bien se le puede atribuir algunas de sus características.

La familia, cualquiera que sea su forma, se define así porque como tal es percibida por los propios miembros que la componen así como por la sociedad de la que forma parte. Los apellidos (nosotros, los García) y el lugar geográfico de origen (nosotros somos de Sevilla), es decir, las raíces, sirven para identificar a la familia como tal, como una totalidad que comparte valores, emociones y acciones. Esto sin embargo, no corresponde necesariamente ni con el lugar de nacimiento, ni con el de residencia ni tan siquiera es necesario que todos los miembros de la familia compartan un apellido fundador. Entre los miembros de la familia existe un sentimiento de pertenencia, de compartir la manera de percibir y de estar en el mundo, incluidos todos los acuerdos y desacuerdos posibles, en un código familiar: la familia es un sistema que se cierra ante el mundo gracias a unas reglas opacas que son propias de cada familia y difícilmente explicables a cualquier persona extraña. Es un código familiar.

Hay elementos que hacen que se mantengan estas lealtades invisibles de manera casi inamovible. Los “códigos” implícitos, son como reglamentos que se adquieren en el proceso de desarrollo y crecimiento psicológico dentro del sistema familiar, y del cual la persona no es consciente, sino que se adhieren a los esquemas mentales con las vivencias y con los vínculos que se dan entre los miembros de la familia.

Por otro lado, los censores automáticos que detectan cualquier movimiento destinado a resquebrajar las lealtades, tienen como mejor aliado el sentimiento de culpa, que se incita por medio de frases que hacen sentir a la persona que está

haciendo algo que rompe con el compromiso adquirido con el objeto de lealtad. Por ejemplo, el chico está decidido a casarse, y la madre comienza a enfermarse, o a decir frases como “y ahora que será de mí”; “ya no valgo nada”, etc. lo que promueve en la persona un sin número de emociones negativas que comienzan a trabajar de manera directa sobre su decisión firme de casarse, pero no hará un movimiento directo, sino que comenzará a buscar argumentos que refuten el valor que tiene su relación de pareja.

Los códigos pasan de generación en generación, observándose como una realidad determinada se repite en los descendientes de una familia a través de décadas. Y se van creando leyes de interacción familiar, que se asumen como ciertas sin que nadie las cuestione abiertamente, pues esto significaría una falta de compromiso de las estructuras que se heredan dentro del sistema familiar. Por ejemplo, en muchas familias las mujeres se divorcian y se quedan solas criando a sus hijos, y se ve como el fenómeno ocurre en múltiples generaciones de la misma familia. Lo más probable es, que pasada la primera generación donde comenzó el evento, todas las otras generaciones adquirieron el código “las madres crían a sus hijos solas”, y harán todo lo posible (de manera inconsciente) por boicotear todas sus relaciones de pareja, para serle leal al código imperante en su familia de origen. Sin embargo, el discurso consciente probablemente será “Yo no tengo suerte con los hombres”, sin entender remotamente que sólo está siendo leal a un proceso familiar mediante el cual no tener éxito en su matrimonio, se convierte en un peldaño en la escala de méritos ganados por ella dentro de su familia.

Lo que puede ser una conducta destructiva e irritante por parte de un miembro hacia otro, puede no ser experimentado como tal por los participantes si la conducta se ajusta a una lealtad familiar básica.

Para Boszormenyi-Nagy, (1994) los problemas surgen cuando esta justicia tarda demasiado en llegar o es insuficiente y entonces ocurre lo que él llama la “cadena de las retribuciones desplazadas”. Un síntoma puede ser la señal de que hay una

excesiva acumulación de injusticias. Es de relevancia y utilidad que cada persona conozca un poco o mucho su historia familiar (genograma: familiar) La justicia, ofrece la ventaja de una estructura intrínseca de expectativas y obligaciones familiares. Cuando el individuo, por su historia y posición en la familia, se sitúa en el punto de mira en un balance específico del libro mayor de justicia, su capacidad para funcionar de modo sano puede sufrir una tensión tal que la realimentación que al sistema comienza a afectar a este último.

El contraste entre dos conciencias es la base de toda tragedia, esta disonancia lleva aquellas implicaciones trágicas, que en el seno de la familia producen enfermedades graves, accidentes y suicidios. También es esta diferencia la culpable de muchas tragedias relacionales, cuando una relación de pareja se rompe a pesar de todo el amor: por seguir a la conciencia que sentimos, atentamos contra la conciencia oculta, y aunque por la conciencia que sentimos, nos creamos inocentes, la consciencia oculta castiga este acto como una culpa Hellinger (2001).

Por ejemplo, para Willi (2004), existen dos tipos de personalidades, las neuróticas y las “normales”, sin embargo, se pueden relacionar las neuróticas como personalidades o parte de la personalidad que esta vinculada con las lealtades, ya que Willi la explica con características de ambivalencia, entre lo que quiere y lo que termina haciendo, como si una parte de él buscara una cosa y su parte normal, o individual otra. El carácter destructivo de los trastornos neuróticos es la repetición provocada por el fracaso. Por ejemplo, el temor a no soportar una desilusión amorosa, provocará la desilusión que se teme. La persona inconcientemente buscara el fracaso en consecuencia a una lealtad invisible, pero su persona individual no lo quiere.

Para Boszormenyi-Nagy, (1994) existen dos tipos de niveles profundos de motivación, como es la dinámica relacional y transaccional o manifiesta, pero ambos niveles están íntimamente conectados. Las determinantes éticas de

nuestro comportamiento pasan a un segundo nivel. En el primer nivel se encuentran las vertientes más relacionadas y ligadas a la responsabilidad personal, dejando a un lado las connotaciones y prejuicios morales. En este nivel, no es darles la espalda a los padres, sino las lealtades tratan de ser cambiantes.

Las familias extensas sometidas a tensión pueden revelar algunos de sus determinantes “patógenos” cruciales. Para Boszormenyi Nagy, (1994) la salud y patología están conjuntamente determinadas por:

- 1) La naturaleza de las leyes que rigen las relaciones multipersonales;
- 2) Las características psicológicas (“estructura psíquica”) de los miembros considerados en forma individual;
- 3) La relación existente entre estas dos esferas de organización del sistema.

Otros elementos y fuerzas principales que determinan las configuraciones relacionales profundas del sistema son: las pautas de interacción de las características funcionales o de poder; las tendencias pulsionales dirigidas a una persona como objeto asequible de la pulsión de otra; la consanguinidad; pautas patológicas; la suma colectiva de todas las tendencias superyoicas inconscientes de los miembros; aspectos de encuentro de dependencia óptica entre los miembros; y cuentas no expresadas de obligaciones, reembolsos y explotación, con un balance que va alterándose a través de las generaciones Boszormenyi Nagy (1994).

La gratitud y reconocimiento por el valor de los familiares mayores suele llevar a la interiorización de obligaciones adoptando su sistema de valores, conciente o inconciente Nagy (1994).

2.1 LIBRO MAYOR

Un sistema es un conjunto de unidades caracterizadas por su dependencia mutua.

Las pautas de organización o de acciones tangibles del sistema, se ajustan a gestalts inconscientemente estructuradas de relaciones, que afectan a todos los miembros. Aporta algo al equilibrio.

Un libreto o código familiar no escrito orienta los variados aportes del individuo a la "cuenta". Los ritos son pautas de reacciones aprendidas, mientras que el libreto tácito del sistema se apoya en una vinculación genética e histórica. Si no comprende la jerarquía de obligaciones, ninguna lógica será evidente.

Las motivaciones de cada miembro están enraizadas en los contextos de su propia historia y las de su grupo Boszormenyi Nagy (1994).

El libro mayor invisible es en el que se lleva la cuenta de las obligaciones pasadas y presentes entre los miembros de la familia, y mucho depende de lo que los padres de la persona se hayan consagrado en exceso a él o lo hayan descuidado, de eso dependerá un mayor o menor número de obligaciones. La estructura de expectativas conforma la trama de lealtades y junto con las cuentas relativas a los actos cometidos, el libro mayor de la justicia Nagy (1994).

2.2 JUSTICIA

La justicia parte de las implicaciones sistémicas y connotaciones existenciales de culpa y obligación. La justicia propia del orden humano suele conducir al descubrimiento de un miembro que en un comienzo parece haber actuado injustamente Boszormenyi Nagy, (1994).

Un conflicto de lealtades se vincula con el tipo de justicia humana afectada que se basa en una explotación carente de equilibrio.

Por ejemplo, cuando un hombre deja embarazada a una mujer para luego dejarla sola con la educación del hijo, está huyendo de su responsabilidad y cometiendo

una injusticia. La instancia interior que se ocupa del equilibrio le pedirá cuentas de ello Hellinger citado por Neuhauser (1999).

Toda relación caracterizada por la lealtad se basa en el mérito ganado o no, la justicia atañe a la distribución del mérito en todo un sistema de relaciones. La retribución de esto, incluye tanto la recompensa como el de castigo administrado o exigido a modo de compensación Nagy (1994).

Por ejemplo, entre dos personas se desarrolla una relación de forma que niegue a ambos cualquier posibilidad de retribución equilibrada, en todos o alguno de sus aspectos. El sentimiento de venganza no descargado es simplemente uno de los aspectos del tipo de desequilibrio relacional fijo Nagy, (1994).

2.3 LAS RELACIONES DESDE LAS LEALTADES INVISIBLES

La reciprocidad de experiencias entre dos seres humanos, reafirmados ambos por su encuentro en términos Yo-Tú, crea una base de apoyo mutuo en las relaciones familiares.

El compromiso, la devoción y la lealtad son los determinantes más importantes de las relaciones familiares y de pareja.

Toda experiencia subjetiva implica que hay un sí-mismo y otro con su sí-mismo, un contexto simbólico interpersonal. El individuo inyecta en todas las relaciones actuales la programación de su mundo relacional formativo.

Todos los sistemas de relaciones van cambiando, sin embargo aun son de tipo conservador. La lógica que los gobierna exige que la dedicación y cuidados que prodigan sus miembros a modo de “inversión compartida” sirvan como compensación por todas las formas de injusticia y explotación.

Los procesos familiares y sociales, más vastos, se entrelazan de manera significativa. La civilización occidental contemporánea, alienta la huida por medio de la negación para evitar un duro enfrentamiento con el propio sistema de relaciones.

Es la naturaleza estancada y desequilibrada de las relaciones de una persona con su familia de origen la que le impide establecer relaciones significativas con sus pares.

Una huida en masa, por temor a enfrentar la responsabilidad de las obligaciones filiales, puede sumir a todas las relaciones humanas en un caos insoportable. El individuo puede verse paralizado por una culpa existencial amorfa e indefinible.

La realidad de una persona en sus relaciones más cercanas está compuesta por su realidad interna familiar transferida y subjetiva, más ciertos atributos reales del compañero. Su propia realidad interna es más subjetiva que efectiva.

La objetividad reside en la conciencia que cada participante tiene de las configuraciones de necesidades simultáneas en el otro, mientras que ambos luchan por hacer de ese otro el objeto de sus necesidades y deseos. Las necesidades de la persona incluyen la condensación de las cuentas relacionales no saldadas de su familia de origen, y de la reactivación de sus propios procesos psíquicos primitivos.

En su estructuración programático-afectiva, las actitudes relacionales portan el esquema de los actos futuros de la persona. El diseño de esos esquemas siempre lleva implícitas las necesidades básicas de aquella y sus obligaciones sistemáticas "importadas". La contabilización de los actos de lealtad es determinante clave de las estructuras de relación. Sin embargo, la dependencia de las necesidades de los individuos vinculados se construye más por acciones e intenciones que por pensamientos y sentimientos.

En una pareja, el que ama tiene necesidad de ver de manera distorsionada al ser amado como objeto que se ajusta a su propia configuración de necesidades (sexual, de protección, de dependencia, de vituperio, etc.) “Amor coecus est” (“el amor es ciego”). Cabe agregar que el amor es aún más ciego debido al peso que en cada individuo comportan las obligaciones ocultas que vienen de afuera, y ya no de la díada. Por medio del marido y la mujer, no sólo buscan ajustarse dos individuos, sino dos sistemas familiares.

Una relación íntima es un encuentro dinámico entre patrones de necesidades. La meta realista es aprender a discriminar las necesidades del otro como válidas pese a ser distintas de las propias. Las relaciones significativas, deben ser motivadas por pautas mutuas entrelazadas de preocupación y solicitud presente y pasada, por un lado y de posible explotación por el otro.

Una persona es una fórmula abreviada que comprende tanto sus necesidades personales como las expectativas invisibles debidas al equilibrio perturbado de la injusticia en las relaciones anteriores propias y de su familia. Puede dar por sentado que su futura pareja tiene conciencia de sus frustraciones y obligaciones innatas. Naturalmente, el otro debe incorporar en su actitud la historia del balance de méritos de su propia familia.

Agregar un componente por fuerza en el presente de la persona genera un desequilibrio que lleva al nuevo equilibrio del mañana. Conforme el daño y la injusticia se equilibran por medio de la reparación, la espontaneidad de los movimientos autónomos de cada miembro, tiende a crear un nuevo desequilibrio y una nueva injusticia que, de ser reconocida y enfrentada, lleva a una libertad entre los miembros del sistema. El temor de destruir al otro se ve equilibrado por el riesgo de destruirse a sí mismo Nagy (1994).

Según las leyes de la dialéctica, un movimiento en un sentido determinado, ejerce tracción y eventualmente genera movimientos en sentido opuesto. El punto de

vista dialéctico enfoca una realidad psíquica dual de cualquier relación Boszormenyi-Nagy, (1978).

La comunicación de una relación se ve en ocasiones distorsionada por dos niveles de significado que son contradictorios, llamados doble vínculo. Entonces las relaciones están intrínsecamente conectadas con dos sistemas de contabilización: motivaciones manifiestas, determinadas por el poder y los de las jerarquías de obligaciones que encubren las manifiestas.

Por ejemplo, lo que parece ser una pelea brutal en la pareja, puede en realidad producir un aumento de confianza y lealtad a partir de sus sufrimientos y desdicha compartidos.

Para lograr con éxito una emancipación autónoma y una neutralización en la contabilización del balance de meritos en el sistema familiar, se necesita que los miembros de la pareja, antes de formar la pareja, hayan tenido una separación física con su sistema familiar de origen, desarrollando mecanismos destinados a valerse por sí mismos, disminuyendo la dependencia emocional, favoreciendo el desplazamiento contraautónomo interior. Esta separación tiene riesgos, ya que puede producir sentimiento de culpa en quien la realiza y puede ser un obstáculo para lograr con éxito esa verdadera autonomía Nagy (1994).

2.4 SINDROME DE ANIVERSARIO

El síndrome de aniversario, concepto aportado por Schützenberger (2008), se refiere a mantener una poderosa e inconsciente fidelidad a la historia familiar, dándole miedo al individuo de hacer algo diferente o nuevo en su vida, repitiendo ciertos fenómenos hasta durante ocho generaciones, llamando esto como el síndrome de aniversario. Puede llegar a repetirse la fecha, el fenómeno o ambos. Por ejemplo, cuando una pareja se separa, al revisar su historia familiar de origen, podemos encontrar, que sus padres o abuelos también se separaron a esa misma edad. De esta manera se puede ver que se repite un fenómeno y la edad en la

que ocurre el fenómeno. Otro ejemplo podría ser las fechas en las que una pareja puede contraer matrimonio, que pueden coincidir con las fechas con las que contrajo matrimonio otro miembro de la familia de origen. El fenómeno del doble aniversario se da cuando coinciden la edad y la fecha de la repetición.

Esas “coincidencias” no se deben al azar, un estudio estadístico de probabilidades lo confirmaría, sino que obedecen a la voluntad del árbol genealógico.

Para entenderlo, se plantearán tres supuestos:

a).- El aniversario puede tener un componente asociado a un contrato.

Los contratos son una especie de “códigos” que actúan sobre nuestra vida en forma de creencias y de inhibiciones

Puede ser el caso del nacimiento producido en una fecha, que viene a recordar un acontecimiento alegre o triste de otra generación. Por ejemplo: el nacimiento de una hija el mismo día y mes en que falleció la abuela para que esa fecha se convierta en un significativo. El contrato dice en letras grandes que viene a desempeñar la misma función que tenía la abuela, o llevándolo a la pareja, una pareja inicia su relación, y por algún motivo se separan, en la segunda relación de pareja que alguno de los dos tenga, se iniciará el mismo número de día o fecha exacta a la cual iniciaron la primer relación, así podrán concluir algo que quedó pendiente. Para la gestalt, un círculo que no es concluido o cerrado, en otro momento se volverá a abrir para concluir lo pendiente.

b).- Nacer en una fecha planeada es un abuso, la programación viene de fuera, de quien lo planea y no dejan que el nacimiento sea en su momento natural. Los abusos se oponen a la realización del ser.

Un ejemplo son los llamados “hijos de reemplazo” que nacen el mismo día en que murió o se enterró a otro hijo que lo precedió, cuya madre no hizo el duelo. También podemos considerar otro abuso el hecho de repetir el nombre del difunto en la nueva criatura, con lo que estamos diciendo que viene a sustituir al muerto.

c).- Programarnos para morir en otra fecha, es una lealtad

Cualquier contrato de los que hablamos se cumple siempre por lealtad y por miedo a dejar de pertenecer al clan, es decir por miedo a las consecuencias.

Nos programamos para vivir el mismo número de años que nuestros padres. Pongamos como ejemplo a una abuela que muere joven a los cuarenta y cinco años, la hija cuando llega a esa edad presenta una crisis fuerte y tiene un accidente y la nieta cuando llega a esa edad también cae enferma. Son lealtades inconscientes hacia una figura de autoridad en el árbol genealógico.

Aceptamos que las cosas se deben de hacer de una manera determinada, la que nos impone nuestro árbol genealógico.

Gabriela Rodríguez, discípula de Alejandro Jodorowsky, explica que en las familias se repiten un sin fin de circunstancias como nombres, fechas, formas de nacer y formas de morir, entre otras, que inciden en nuestro actuar y van generando depresiones o neurosis. A estas coincidencias les llama "La Trampa". Explica el caso de una madre que llegó a su consulta porque "su hijo desde hacía un par de años sufría un accidente siempre en la misma fecha", Cabrera (2004), se encontró que estaba relacionado con el suicidio de su abuelo en la misma fecha.

Un árbol sano es el que permite la mutación y un árbol enfermo el que se empeña en la repetición. Un árbol sano deja que las nuevas ramas nazcan y crezcan libremente a partir de su tronco, un árbol enfermo se empeña en que las ramas nazcan sobre las heridas de ramas caídas. Con la psicomagia se pueden desactivar la trampa de los aniversarios por ejemplo, con ceremonias de enterramiento completas para que duelos no resueltos se elaboren de una vez o escenificando metafóricamente para lo que se está programado

La psicomagia es una herramienta creada por Jodorowsky, para sanar heridas del pasado que repercuten en el presente de la persona, tomando actos simbólicos como si fueran reales, sin embargo, la psicomagia no tiene lógica ni coherencia, pero el inconsciente los interpreta de manera correcta curando la situación de dolor. Estos rituales se basan en el chamanismo, en el psicoanálisis y en los efectos del teatro modificando el comportamiento del inconsciente. Los actos mágicos son creados para cada persona y situación de manera personalizada después de un profundo estudio de su historia familiar Jodorowsky (2005).

2.5 SECRETOS FAMILIARES

El secreto es como un veneno inmortal que se pretende ocultar en una generación, pero que en las siguientes reaparecerá ingeniosamente disfrazado. Por vergüenza, por diferentes miedos, hay hechos y circunstancias que las familias pretenden que no salgan a la luz. Estos secretos forman una estructura que se deslizará de diferentes maneras sobre las generaciones siguientes.

La realización personal de cada miembro del árbol genealógico y vivir en la autenticidad, tiene un gran valor profiláctico para la salud de nuevos frutos que estén por nacer. Cuando el árbol quiere revelarte un secreto, crea una estructura, algo que se repite, con eso pretende llamar la atención, como por ejemplo, un estilo de elección de la pareja. Jorodowsky (2009).

Schützenberger (2008) ha estudiado a fondo los secretos familiares: “Los duelos no hechos, las lágrimas no derramadas, los secretos de familia, las identificaciones inconscientes y lealtades familiares invisibles” que pasean sobre los hijos y los descendientes. “Lo que no se expresa por palabras se expresa por dolores”.

El silencio de un acontecimiento en la familia llena una zona de sombras en la memoria de los nuevos miembros que van naciendo, para llenar el vacío y las lagunas, repetirá en su cuerpo o en su vida el drama que la familia ha intentado

ocultarle, “Lo que las palabras no dicen, los males lo comunican, lo repiten y lo expresan”, Schützenberger (2008). Un ejemplo muy frecuente es la infidelidad. En una pareja cuando hay infidelidad, ambas partes lo saben, uno a nivel consciente y el otro a nivel inconsciente, pero esto nunca se habla, se mantiene como un secreto con la finalidad de proteger a los hijos. Cuando estos hijos crecen, en sus relaciones de pareja lo representan, aunque nunca se les dijo sobre la infidelidad de sus padres, ellos lo saben inconscientemente y lo repetirán en su relación de pareja.

Los secretos de familia no necesitan ser hablados para poderlos comunicar, se pueden transmitir de generación en generación de manera no verbal a través del lenguaje, como los gestos, las actitudes, y demás, por lo que se puede decir que una comunicación de inconsciente a inconsciente, es manifestada en la memoria transgeneracional de las familias.

Cuando hay lagunas sobre algún asunto del pasado, cuando hay un vacío o un silencio, es el reflejo de algún conflicto y se puede observar en la repetición de pautas en el comportamiento. El secreto familiar siempre va a salir a la luz. Para que haya un secreto familiar, siempre habrá una vergüenza relacionada que engendra toxicidad Rialland, citado por Schützenberger (2008).

“Cuando un niño crece en el útero materno, sueña lo mismo que la madre y que todas las imágenes del inconsciente materno y del inconsciente familiar pueden grabarse en la memoria del bebé antes de nacer” Schützenberger (2008). A través de esto, se puede generar una lealtad con la madre o padre, o bien con otro familiar del sistema, ya que la información de la madre es transmitida al hijo por este medio. El sistema comienza a plantear exigencia y expectativas estructuradas mucho antes de que este tome conciencia Nagy (1994).

Cada secreto que tenemos está en el estrato que le corresponde (los cuatro egos):
-Ego intelectual: Las ideas locas secretas, se pueden identificar en el nivel de los abuelos

- Ego emocional: Las emociones secretas, están en los abuelos
 - Ego libidinal: Los secretos sexuales-creativos, están en los padres
 - Ego material: Los secretos materiales, de territorio, están en los hermanos
- Jodorowsky (2009).

Se podría explicar mejor de la siguiente manera, ubicando el árbol genealógico en nuestro cuerpo, si vemos las identificaciones de este árbol sistémico con las partes de de nuestro cuerpo y sus funciones: la parte derecha del cuerpo está nuestro linaje paterno y en la izquierda el materno. Los bisabuelos podríamos situarlos en la cabeza y los hombros. El tórax y los brazos quedarían asignados a los abuelos. Desde la cintura a las rodillas situaríamos a los padres y desde las rodillas a plantas de los pies tendríamos a los hermanos. El árbol que se sana hacia atrás, también se sana hacia delante Jodorowsky (2008).

La unidad de los miembros de la familia depende de su lealtad a ella, estableciendo un vínculo entre las ideas, motivaciones y actos, repitiendo una y otra vez actos interrumpidos en el pasado.

“La deuda más importante de la lealtad familiar es la que cada persona siente hacia sus padres por el amor, el cansancio y las atenciones que ha recibido desde la infancia hasta la edad adulta” Schützenberger (2008).

Boszormenyi-Nagy (1994) plantea cómo las “deudas” tanto simbólicas como materiales se pasan, en un símil de la herencia, de una generación a otra. Las deudas que no se pueden cumplir por los miembros de la generación actual, porque son confusas en su comprensión o incluso tan paradójicas que, sea como sea el pago, la deuda sigue permaneciendo. De entre las múltiples aplicaciones del concepto de justicia familiar, es decir cómo una familia concreta regula sus conflictos, desde los códigos, la justicia se va ejecutando en el día a día, existe un concepto fundamental para los menores afectados por conductas antisociales y/o delictivas.

Para Hellinger los antepasados del individuo se mezclan con su destino, ya que existen identificaciones inconcientes con personas amadas e importantes. Todos los elementos de la familia están unidos y se influyen mutuamente Eersel (2007).

La historia de las relaciones de las generaciones pasadas puede guiar el destino individual, es esencial honrar a los antepasados y su historia, sin juzgar los actos y aceptarlos tal y como fueron.

Ser dignos de confianza o confiabilidad, implica el concepto de meritos aprobados en el sistema familiar; cada acto de compensación de una obligación reciproca aumentara el nivel de lealtad y confianza dentro de una relación Nagy (1994).

A menudo, todos reemplazamos a alguien; esto se refleja muchas veces por ejemplo, en la repetición de los nombres, en la repetición de profesiones, en la repetición de relaciones interpersonales, de accidentes, de deudas, de éxitos y fracasos. Por ejemplo, si una persona llamada María fue asesinada, en sus generaciones posteriores alguien mas nombra a su hija María en honor a esa persona fallecida; esta última María ocupará el lugar de la María asesinada, siguiéndola con la muerte, ya que la María que es reconocida es la asesinada, y no la última María, por lo que irá tras el destino trágico de esa María que fue asesinada. Así pasa con las relaciones, si una relación pasada fue interrumpida, en las generaciones posteriores se retomará esa relación con una lealtad de sus miembros, repitiendo la historia para que el individuo en su generación pueda concluir la.

En la pareja, “la persona que quiere marcharse de la relación, sigue quizá inconcientemente, el destino de un miembro de la familia que, en otra época se vio obligado a abandonar a la persona querida. Y el que se queda lo hace, quizás, por lealtad a un antepasado que cobardemente abandono a su familia” Hellinger citado por Schützenberger (2008).

Los muertos de la familia influyen en la vida del presente de la persona, ya que muchos de sus problemas tienen que ver con asuntos no resueltos del pasado, que las generaciones ya muertas dejaron inconclusas, generando angustias y duelos no expresados en el pasado y que brincan en el presente. Los fantasmas son “una patología del inconciente que se transmite de inconciente a inconciente en las relaciones de filiación”. El fantasma en la mayoría de veces es un traumatismo relacionado con el sexo o con la muerte Dumas, citado por Schützenberger (2008).

El fantasma actúa como una Gestalt energética; una forma emocional, familiar, cultural o social que el individuo duplica, construyendo su estructura mental dentro de la de sus padres. El fantasma es un objeto de estructura familiar antes de ser lo que se transmite al individuo. Las lealtades en su mayoría de veces, son hacia los fantasmas, más que a los vivos.

Los muertos, muchas veces son olvidados y no reconocidos; nadie se preocupa por ellos, hasta que los vivos los retienen encerrados inconcientemente en sus estructuras mentales y emocionales y no los observan hasta que el individuo tiene algún problema con eso. “...En el psicoanálisis consideran que los fantasmas son objetos del inconciente, mientras los chamanes creen que son almas...” Dumas, citado por Schützenberger (2008).

La contracción mental del individuo depende de cómo los padres lo han concebido mentalmente. Las expectativas y esa imagen que tenía de él desde antes de que naciera y fuera concebido el individuo, son las que determinan su vida y su destino. Esto demuestra que su existencia mental es anterior a la física, y de que existe un deseo de sus padres sin tener su cuerpo físicamente.

Desde el punto de vista psicoanalítico, lo que determina la salud y problemas psíquicos del individuo y su destino, es la vida interior que los padres hicieron, siendo la matriz de su estructura psíquica, formada por lo que se dijo y lo que no

se dijo, lo consciente y lo inconsciente, y por los fantasmas de su historia que hicieron que se unieran para formar una vida Dumas, citado por Schützenberger (2008). Esto demuestra que las personas existen desde antes de su concepción y aún después de su muerte.

Los secretos familiares se transmiten del mismo modo que los fantasmas, formando las identificaciones con los miembros de la familia, pero de otras generaciones, haciendo así las lealtades invisibles. La familia proyectará en cada persona de esa misma familia, sus deseos corporales, afectivos, sexuales, intelectuales, y demás. Esas proyecciones pesan mucho. Todos dan sus opiniones cuando llega un miembro a la familia, pero su mayor proyección familiar es el nombre Rialland, citado por Schützenberger (2008).

No todos los secretos son nocivos, efectivamente hay secretos que enferman y matan, pero hay secretos sanos y legítimos.

Los secretos tóxicos tiene tres características: se ocultan, está prohibido saberlo y provoca sufrimiento a los descendientes. Su gravedad depende de la importancia que este secreto tenga, en el desgaste emocional que genera y en la constancia por preservarlo Tisseron, citado por Schützenberger (2008).

El secreto familiar empeora cualquier situación ya que influye en ellas, pero no crea ninguno en especial, es como si solo potencializa a un síntoma.

“Las familias se reconocen a través del cuerpo del hijo y atribuye pequeñas partes del bebé. La red familiar se refuerza alrededor del cuerpo del pequeño,” “...para conformarse con los deseos de sus padres el hijo se identifica con todas esas proyecciones, arriesgándose a crear un desequilibrio entre su cuerpo y su mente.” Rialland, citado por Schützenberger (2008). El sexo del bebé también influye en el cuerpo del alma familiar.

Las proyecciones son significativas para las decisiones de las personas y de lo que es. La mayor parte del tiempo actúa con palabras, con atribuciones y etiquetas. El sujeto cuando es adulto, actúa fiel a estas etiquetas, y las repiten con sus hijos, formando así una cadena que se va volviendo más compleja. La persona se identifica con esas proyecciones, con la finalidad de mantener el lazo con sus progenitores Rialland, citado por Schützenberger (2008).

Repetir la historia familiar, tanto en fechas como en actos, no es un fenómeno sistemático, ya que habrá personas que se comporten de manera opuesta, y esto se llama “contra argumentos”. Todas las personas actúan y funcionan con una combinación de la ambición propia y la del inconciente familiar. Las repeticiones asfixian y someten según Rialland, citado por Schützenberger (2008). Por eso se debe de reconocer a la familia como tal, ya que todos hicieron lo que pudieron, lo que estaba a su alcance y según los recursos con los que contaban en ese momento. Los antepasados son seres humanos como cualquiera, que cometen errores, que tiene éxito y que debieron haber tomado decisiones en todo momento que sin duda, influyen en sus descendientes.

Algunas repeticiones tienen que ver con la preocupación por uno de los padres del individuo, que el sujeto puede terminar por percibirlo y si sus padres tratan de protegerlo de esto, solo con la intuición de por donde va ese secreto, lo llevará a guiarlo hacia el secreto ocasionado que lo repita Tisseron, citado por Schützenberger (2008).

Por ejemplo, cuando en el sistema existe una persona que abuso sexualmente de otra, muchas veces el sistema trata de anular esta acción, no volviendo a hablar de ella, y convirtiéndola en secreto. Generaciones posteriores, alguien del mismo sistema del violador, es violada, así dará con este acontecimiento lugar a la persona que fue abusada sexualmente antes en su sistema. Otro ejemplo, es cuando un cónyuge tuvo una relación muy importante antes de formar esta relación, después, al tener una familia, no se habla de lo sucedió, esto hace que

uno de los hijos se identifique con el cónyuge que tuvo la relación importante, buscando en sus parejas a la pareja del padre, o en otro caso podría identificarse con la ex pareja del cónyuge.

Para la filosofía transgeneracional, la identidad de la persona esta formada por tres identidades:

La identidad heredada: es el origen sociocultural y la posición de los padres.

La identidad adquirida: es el lugar que se ocupa en la sociedad en el presente del individuo.

La identidad esperada: es el lugar con el que el sujeto desea y sueña ocupar Gaulejac, citado por Schützenberger (2008).

El conflicto surge cuando hay una diferencia entre la identidad heredada y adquirida, alimentando conflictos psicológicos.

“Los recuerdos desagradables o las conductas repetitivas se expresan a través del cuerpo.” Rialland, citado por Schützenberger (2008). “Nicolás Abraham y María Torok fueron los primero en tener en cuenta que los secretos vergonzosos, y las mentiras que los acompañan, pueden crear desgastes psicológicos importantes en las siguientes generaciones” Tisseron, citado por Schützenberger (2008).

Cuando una persona vive un acontecimiento importante, ésta le da una representación mental que puede adoptar formas múltiples y puede llegar a maquillar y distorsionar la realidad, ocasionando sufrimiento y generando varias hipótesis incorrectas de esta situación, generando más dudas, de lo que pueda escuchar y ver, de lo que entiende y piensa; esto sucede por el silencio que hubo de una situación similar antes a esté en el sistema y que queda grabado en el inconsciente familiar y cuando se vuelve a presentar una situación similar, es vista

distorsionada a la realidad, por la previa información. Los efectos o consecuencias de los secretos se agravan en las dos primeras generaciones y después van disminuyendo Tisseron, citado por Schützenberger (2008).

3.- LA PAREJA.

Identificarse como persona con alguien más, es algo natural del ser humano, para formar su personalidad. “La feminidad y la virilidad están en el corazón de nuestra historia familiar. Estructuramos nuestra personalidad identificándonos con esas figuras familiares. Y eso origina muchas contradicciones y confusiones.” Rialland, citado por Schützenberger (2008).

Desde que el ser humano va creciendo, va formando expectativas de la pareja. La meta del ser humano es formar una pareja en la vida adulta, al lograrse esta relación, las personas llegan a la culminación de la vida.

El concepto de pareja se refiere al conjunto de dos personas que tienen una correlación entre sí, que suele establecerse por vínculos afectivos, sexuales, o ambos, Barrera, citado por Bucio (2007), con el fin de satisfacer necesidades específicas de afecto y compañía Nahoul (2005).

Desde la perspectiva de la terapia de pareja, para que dos personas se consideren felices, en su relación deben reunirse algunos requisitos: el primero es mantener un equilibrio equitativo entre lo que se da y lo que se recibe, el segundo, es el intercambio de conductas positivas entre la pareja, y el tercero, se compone de lo positivo que cada miembro le da al otro, es importante que ambos se adapten a los gustos y las necesidades personales de cada uno de sus integrantes.

Para Caille citado por Bucio (2007), la pareja es un espacio donde pueden expresarse sus deseos y aspiraciones, convertidos en el fundamento mismo de la creación de una nueva cultura, para recibir de este modo la confirmación simbólica de su legitimidad. En la pareja se da, por tanto, una fijación y legitimación de lo personal no satisfecho.

La pareja también es un espacio donde se establecen, se armonizan y se hacen realidad los proyectos, un espacio creativo donde se configuran las estrategias que permitirán alcanzar ciertos objetivos algún día. Dentro de la misma pareja, ambos pueden lograr satisfacción y crecimiento personal, pero solo será posible si tienen algún grado de madurez.

3.1 ELECCION DE LA PAREJA.

Desde la teoría sistémica y la terapia familiar se plantea que la pareja es un sistema con mecanismos reguladores propios, con patrones de interacción repetitivos, con comportamientos que dependen uno de otro en forma circular y que como todo sistema tiende hacia la homeostasis. Para los terapeutas sistémicos, no hay un vínculo causal directo entre el pasado y el presente, los comportamientos de las parejas no son sólo ampliaciones de comportamientos del pasado sino que son parte de una espiral de interacciones en que la conducta de cada uno es causa y consecuencia de las conductas del otro. Los comportamientos de una pareja pueden tender hacia la complementariedad, en la que uno de los miembros se sitúa en posición de “superioridad” con respecto al otro; o pueden tender hacia la simetría, en la que ambos miembros pueden tener igual capacidad de asumir responsabilidades y tomar decisiones.

Desde un punto de vista psicodinámico, el proceso de elección de pareja estaría relacionado con las experiencias que la persona ha tenido en la relación con sus padres. Willi (1978) y autores de la corriente transgeneracional en terapia familiar Framo (1996), señalan que, frecuentemente, “se elige una pareja que pueda corregir un desarrollo familiar defectuoso”, de tal forma que las relaciones amorosas ofrecen la posibilidad de corregir experiencias traumáticas de la infancia o de años posteriores. Se espera entonces encontrar una pareja que sea una especie de bálsamo para las heridas y frustraciones sufridas en la familia de origen.

Las parejas se eligen con deseos y conflictos similares pero con un manejo diferente de ellos y que constituye una complicidad no confesada entre los miembros de la pareja. Si alguien tiene deseos de ser cuidado y protegido busca a alguien que esté dispuesto a hacerlo y de esta forma poner fin a esos deseos insatisfechos. El protector es capaz de renunciar a sus deseos de protección, porque se siente bondadoso y competente satisfaciendo las necesidades del otro miembro. Ninguno quiere renunciar a su función, el protegido porque sus deseos están satisfechos y el protector porque en ello ha encontrado una forma de valorización y reafirmación personal.

Son diferentes soluciones para un mismo problema y se refuerzan recíprocamente, tal como lo postula la teoría sistémica. Willi (1968) señala al respecto, que problemas y conflictos de la misma clase ejercen una gran atracción mutua entre dos personas y denomina colusión a este conflicto básico común que se expresa en “una complementariedad rígida en la cual el rol que asume cada uno aparece como el polo opuesto del otro tratándose sin embargo de variantes extremas del mismo conflicto”.

Una relación amorosa no surge como un proceso en el que se encuentran dos seres humanos incompletos, que no se bastan a sí mismos. Durante el enamoramiento se tiene la impresión de necesitarse mutuamente, ofrecer lo que al otro le hace falta, lo que es valioso para el otro. Cuanto más claramente se diferencien uno del otro, cuanto mayor sea la divergencia entre ambos, más será sentir algo especial y amar algo del otro, y demostrarle por ello admiración, alegría y reconocimiento.

Para Boszormenyi Nagy (1994), la elección del cónyuge puede estar determinada de forma inconsciente por alguno de los siguientes factores:

- 1) Deseo de obtener un justo orden del universo humano mediante el acceso al cónyuge y su familia, supuestamente más generosa.

- 2) Esperanzas de encontrar un grupo más receptivo, en el cual uno pueda actuar de forma más justa para con los demás y expiar las deudas pasadas.
- 3) Uso proyectivo del otro y de la familia de este otro con el fin de rehabilitar a la propia familia de origen.

La solución reside en elegir una pareja con deseos vehementes similares, pero con un manejo diferente de ellos. Uno aportará a la relación la necesidad de realizar sus deseos arrebatados, y el otro, la motivación para ayudarlo a satisfacer esos deseos; como realización regresiva, como realización progresiva.

-Regresiva: poder ser desvalido, desear ser minado, necesitar depender de él.

-Progresiva: ayudar, dar protección, guiar, controlar, asumir la responsabilidad del otro, ser el centro de la relación.

Aún cuando se reprochen recíprocamente las conductas progresiva y regresiva, las perpetúan y, en realidad, no desean o no son capaces de salir de ese arreglo. Sienten que han caído en una trampa. No pueden vivir la colusión como al principio, porque no les facilita ningún crecimiento ulterior, pero tienen miedo a abandonarla porque creen que no lograrán estar tan unidos como antes. La rabia que causa percatarse de que no se puede escapar de la colusión genera odio y desprecio hacia el otro y conduce a una relación destructiva que, sin embargo, no se deja disolver Willi (2004).

La estimulación del crecimiento personal por parte del otro miembro de la pareja sigue una serie de etapas según las explica Willi (2004):

-En la etapa de enamoramiento de la pareja, se abren recíprocamente, la mujer facilita al hombre su crecimiento personal y la reafirmación de su masculinidad, el hombre estimula a la mujer y la necesita en su feminidad.

-Etapa de la desilusión, uno se siente superado y amenazado por lo que fue atractivo en un principio. El hombre y la mujer temen que prevalezca la influencia

del otro sexo. El hombre quiere aislarse de la esfera de influencia de la mujer, por lo que se comporta defensivamente y anhela separarse. La mujer intenta más bien fortalecer el vínculo y la pertenencia, y se siente amenazada por el anhelo de separación del hombre. Por culpa de incapacidad de prestar atención a los reproches típicos que realiza cada género, hombre y mujer suelen perder la oportunidad de dejarse corregir por el otro sexo y de aprender el uno del otro.

-Tercera etapa, segunda mitad de la vida, se abren a sus propios aspectos reprimidos del otro sexo para reflejar la ambivalencia entre la atracción y el temor que les despiertan. Han de ser capaces de reconocerse y respetarse sin temor alguno.

Al inicio de la relación y más específicamente en el período del enamoramiento, cada uno se siente necesitado por el otro y se reconocen mutuamente en su manera diferente de ser. Con el correr del tiempo, el conflicto surge cuando cada uno se empeña en satisfacer los deseos propios, y la pareja no responde a ellos. Incluso intenta impedir la autonomía del otro miembro de la pareja. Así sobreviene la ambivalencia y la desilusión y aparecen los sentimientos negativos y hostiles respecto a la pareja. Muchas veces el integrante de la pareja no ha cambiado "objetivamente" su actitud, sin embargo es vivido en forma insatisfactoria con respecto a la expectativa del otro miembro de la pareja.

Existen personas que le temen a enamorarse, quizás se evite el enamoramiento. Se rechaza, se desvaloriza, se rehúye o hasta se odia a la persona de la que pudiéramos enamorarnos, sobre todo, si ese posible enamoramiento puede ponernos en un compromiso. Para esto, no es extraño que se desplieguen maniobras defensivas para mantener el enamoramiento dentro de unos límites: enamorarse de una persona que no corresponda a ese amor. Otras son, la adoración fanática de estrellas del espectáculo o de reconocidos profesionales. La imposibilidad de proseguir la relación hace que desaparezcan muchas inhibiciones y reservas. Tener hijos puede servir también como defensa contra los temores.

Algunas parejas esperan mejorar o fortalecer su matrimonio con el nacimiento de un hijo, es por esto que en algunos momentos cuando la pareja está en crisis, deciden procrear una vida, para mitigar el dolor o el miedo que hay en la relación.

Por otra parte, un temor frecuente del enamorado es que el enamoramiento pueda acabarse. Se intenta alimentar el enamoramiento idealizando la relación. Se niega y se evita lo que pueda distanciar a los miembros de la pareja y lo que pueda crear conflictos Willi (2004).

También cuando se inicia una relación después de otra, hay un gran temor a haberse equivocado al elegir pareja. Las desilusiones amorosas que acaban con reproches, y de las que se sale con un importante sentimiento de inseguridad, dejan el temor a que se pueda repetir otro gran fracaso. En lugar de darse un tiempo para reflexionar, se inicia apresuradamente una relación únicamente para no estar solo. El vacío que deja la pareja de la que uno se acaba de separar se llena en seguida con una relación nueva. Esto es posible sólo si se reducen las expectativas con respecto a la nueva pareja; hecho que automáticamente, conduce al desencanto. En las relaciones amorosas, están en juego disposiciones personales profundas, que no salen a relucir en otras relaciones. Ante la posibilidad de iniciar una relación, nace la esperanza de superar los déficits relacionales, las inhibiciones y represiones existentes hasta el momento, pero a la vez surge el temor a que todo sea un espejismo Willi (2004).

En la etapa desilusión, lo que fue particularmente atractivo en un minuto ahora tiene efectos secundarios indeseados. Las cualidades que se perciben en la pareja como positivas al principio, porque permitían un mejor desenvolvimiento personal, después son sentidas como una amenaza al vínculo. Los autores psicoanalíticos señalan al respecto que no es patológico el retorno de la ambivalencia; lo que aparece como patológico es la imposibilidad de tener acceso a la ambivalencia. Lemaire (1986) señala que el despertar de la ambivalencia con respecto al objeto puede ser difícil de tolerar porque supone que el sujeto

reconoce en sí mismo cierta forma de agresividad; una cierta capacidad de odio hacia la persona que ama. Esto se ve con lo que explicamos en el capítulo anterior, con la personalidad neurótica.

La desilusión es más intensa en aquellos que creyeron que la pareja les ayudaría a alcanzar una nueva vida y a hacer de ellos una persona nueva. De esta manera el individuo que tenía las expectativas se siente defraudado por el otro que no cumplió con ellas. La desilusión destruye la idealización que fomentó en la relación uno de los integrantes y la simbiosis, además de separar a los miembros de la pareja. La desilusión amorosa va unida al dolor, la ira, la pena y el sufrimiento. Por eso deseamos evitarla. La tendencia consiste en devaluar el enamoramiento y no comprometerse para conseguir que el dolor de la desilusión sea el mínimo posible Willi (2004).

Así por ejemplo, un hombre que se sintió atraído por la ternura de su mujer puede presentar, pasado algunos años, como motivo de consulta la posesividad y la intromisión de su mujer.

Para Ruiz (2001), la mujer tiene una imagen interior que intenta proyectar a los demás, y cuando está sola, tiene otra de sí misma. Lo mismo pasa con el hombre, cuando llegan a la edad adulta, la imagen interior y la exterior son tan distintas que ya casi no corresponden.

Cuando un hombre conoce a una mujer, se hace una imagen propia de ella (que viene desde su sistema familiar), y viceversa. Él intenta que ella se ajuste a la imagen que él mismo y su sistema ha creado y ella intenta que él se ajuste a la imagen que se ha hecho de él, ella y su sistema. Dentro de ellos existen seis imágenes. Evidentemente, aunque no lo sepan, se están mintiendo el uno al otro. Su relación se basa en el miedo, en las mentiras, y no en la verdad porque resulta imposible ver a través de toda esa bruma. Entre la imagen que finge ser y la imagen interior que tiene de sí mismo cuando está solo, ambas están alejadas de

la realidad; son falsas, pero él no es consciente de ello, ni ella. Quizás otras personas lo adviertan, pero ellos están totalmente ciegos. Su sistema de negación intenta proteger las heridas pasadas.

Todas esas falsas imágenes que intentamos proyectar provocan un gran sufrimiento Ruiz (2001).

En las relaciones amorosas, el otro quiere agradarnos, quiere no desilusionarnos, quiere responder a las expectativas que se han puesto en él, de manera que la imagen proyectada en él se pueda convertir en su propio ideal. Norwood (1986) ha descrito de manera impresionante cómo las mujeres que aman demasiado aspiran a sacrificarlo todo, y están dispuestas a dejarse humillar para posibilitarle al hombre amado el cumplimiento de sus deseos vehementes más profundos Willi (2004).

La proyección como un intento interactivo de autocuración; Una relación amorosa estimula de manera especial las imágenes internas de experiencias relacionales anteriores, sobre todo el recuerdo de ofensas sufridas previamente y la esperanza de curación por medio del amor. El miembro de la pareja que se sienta percibido erróneamente rechazará la imagen que se proyecta sobre él, y se la regresará corregida. Pero el destinatario de la corrección puede llegar a identificarse con las proyecciones, o si es tan dependiente, necesita conservar a cualquier precio la relación, no se opondrá firmemente a las proyecciones. Esta actitud favorecerá los desarrollos colusivos de la relación Willi (2004).

Así que la persona tendrá que decidir con qué imagen proyectara hacia fuera. La persona que se decide a favor de algo, por regla general tiene que renunciar a otra cosa a cambio. Aquello por lo que se decide es aquello que es, aquello que se realiza. En relación a lo que es y que se realiza, lo otro a lo que la persona renuncia, es como no ser. Si menosprecio aquello que constituye el no ser para mí ser, este no ser merma mi ser.

Por ejemplo una mujer se decide a favor de una carrera profesional y en contra de la familia y de tener hijos, considerando inferior a la familia, al estar casada y tener hijos, esta parte de su existencia que permanece sin realizar se disminuye, aquello que ella eligió se va reduciendo. Por lo tanto, si ella valora la parte no realizada de su existencia, sacrifica por el bien de su carrera, este no ser aún añade algo de aquello que eligió, permitiendo que crezca y aumente Hellinger (2001): quien se decide en la vida por una alternativa, por ser padre de familia o no, debería respetar la otra alternativa. Es decir, la mujer sin hijos no despreciará a la que es madre. Quien desvaloriza la alternativa no realizada solo por tener el sentimiento de haber hecho la elección “correcta” se está limitando. Quien, en lugar de eso, admite el lugar de la privación, por la maternidad y su pérdida, está creciendo Ulsamer (2006).

Con la elección de pareja, se sienta la piedra fundamental en el proceso de una relación. En nuestra psique constituye, asimismo, el núcleo para posteriores conflictos con la pareja Willi (2004).

3.1.1 HOMBRE Y MUJER EN LA RELACIÓN DE PAREJA

La fuerza masculina le es dada al hombre a través de su padre y los otros antepasados masculinos. La fuerza femenina le es dada a la mujer a través de su madre y las otras antepasadas femeninas. Si la relación entre padre e hijo o madre e hija está perturbada, también está perturbada la capacidad de vincularse y relacionarse. La fuerza que permite al hombre “ser hombre” en la pareja proviene del padre.

Lo primero que debe hacer aquel que tenga dificultades en la relación de pareja es observar a su progenitor de su mismo sexo.

Una importante y reiterada causa sistemática de alteraciones en la relación entre padres e hijos es, la relación de los padres con sus parejas anteriores Ulsamer (2006).

“Es común que personas jóvenes y simbióticamente leales sufran una crisis en el momento de su primer amorío heterosexual” Nagy (1994)

3.1.2 HOMOSEXUALIDAD EN LA RELACIÓN DE PAREJA

La homosexualidad tiene 3 condiciones sistémicas con las cuales se puede entender mejor, según Hellinger citado por Neuhauser (1999):

La primera es que alguien, en la familia tenga que presentar a una mujer porque no hay ninguna niña a disposición. En consecuencia esa persona vive con una confusión en relación a su identidad sexual.

La segunda es que alguien tenga que representar a una persona excluida, a alguien que fue condenado.

La tercera condición es que alguien permanezca agarrado de la esfera de las madres y de las mujeres, por lo que no puede acceder a su padre.

Cuando un hombre, por una situación familiar, está identificado con una mujer, pierde su identidad sexual. Una identificación con una persona de otro sexo también puede llevar a una psicosis. En algunos hombres homosexuales se puede comprobar también que en su interior experimentan una división. De alguna manera les cuesta trabajo mantener juntas las dos partes. Puede surgir una homosexualidad donde la madre excluya al padre atando al hijo de forma exclusiva.

La homosexualidad en el hombre no es reversible, en la mujer es más fácil que sea así. Cuando un homosexual reconoce su destino se puede tomar su homosexualidad con dignidad y asumirla. Recibe una fuerza especial. La persona sintoniza con el movimiento de la fuerza. A este movimiento sigue en su destino, aunque sea en contra de toda lógica por eso no se debe interpretar como algo fijo. Hellinger citado por Neuhauser (1999).

3.2 LA PAREJA Y LA FAMILIA.

Las parejas se unen no solamente porque sus integrantes se aman, no es solamente el hombre el que mira a la mujer, es toda su familia que la mira a ella y a veces esa familia deposita una esperanza en la mujer de ese hombre y en la familia de la mujer, para que a través de esa unión se logre un orden y no se dan cuenta Hellinger (2006).

“La calidad de las relaciones amorosas también dependen de las figuras familiares.” Riailand citado por Schützenberger (2008). Por ejemplo, puede transmitirse el odio hacia algún tipo de sexo o género, o pueden identificarse con alguien de la familia siéndole fiel a un sentimiento hacia otra persona. Esto pasa con frecuencia entre hijos y padres. Un hijo se identifica con la madre con el sentimiento hacia el padre, por ejemplo.

Quien no toma nada de sus padres, no puede pasar mucho a su pareja o a otros Hellinger citado por Neuhauser (1999).

La relación de pareja es un lento proceso, en el que al afianzarse la relación, se va diferenciando de su familia de origen, “tengo la ayuda del otro” y con esa complicidad la pareja va superando ese difícil proceso. En los casos de familias muy conflictuadas, es vivido como la peor traición a su familia de origen. Esto significa que cuando la relación de pareja se va haciendo más solidad, con la ayuda de la pareja, la persona puede irse despegando de su familia de origen para empezar a formar una con su pareja, pero a su vez, la familia de origen va apoyando a la pareja a irse formando como familia, y el nuevo miembro va siendo aceptado por el sistema de su pareja, esto facilita las cosas, pero cuando la familia de origen es muy problemática, la unión de uno de los miembros de la familia con otra persona, la ve como una amenaza o traición.

En el libro de “Lograr el amor en la pareja”, Hellinger (1999), cita a Rilke comentando: “Para amar hay que estar dispuestos a asumir dos soledades, la

propia y la del otro. Amar significa decirle a alguien: -si, te quiero tal como eres. Aunque no respondas a mis sueños, o a mis esperanzas, el hecho de que existas me alegra más que mis sueños”

Para que una relación de pareja tenga éxito, cada una de las partes tendrá que abandonar a su familia y no es que abandonen a los padres, a ellos se toman del corazón, si no abandonar los principios validos en su familia para elaborar con su pareja nuevos principios que se ajusten a ambas familias. Algunos dice: “mi familia esta bien, pero la de mi pareja no”. Esto es veneno para la pareja. Cuando uno se casa con alguien también se casa con la familia de este. Esto significa que debe respetar y amar a la familia de su pareja como si fuera la propia. Este amor puede tener éxito solo de esta manera Ulsamer (2006).

3.3 LA MADRE COMO PRIMER AMOR.

El primer amor es el que tiene el individuo hacia su madre, y es el amor más profundo. Conforme este va creciendo, va encontrando limitantes en este amor, así que comienza a buscar a su madre en una pareja.

El conflicto se encuentra cuando ambos buscan a la madre en la pareja, pero con un proceso lento, pueden darse cuenta que de los dos buscan actitudes de pareja. Ese es el momento donde el enamoramiento empieza a deshacerse y empieza un amor donde la persona quiere al otro como es y viceversa Hellinger citado por Neuhauser (1999).

La persona que tenga excluida a la madre no puede amar a ninguna otra persona, tampoco a su pareja, cuando le dice a la pareja "te amo" ni siquiera la ve. En la pareja busca reemplazar a la madre que niega, y en ella pone las mismas esperanzas que espera de la madre, con eso la pareja se siente sobre-exigida y esa relación se va a disolver Hellinger (2006).

Todo hijo percibe el movimiento natural hacia su padre y madre para encontrar allí amor, protección y calor. Este impulso será frenado de forma abrupta si el hijo vive una prematura separación, un fuerte rechazo o se siente herido y él no se atreverá en el futuro a seguir el impulso espontáneo hacia su madre o padre. La fuerte nostalgia de los padres continúa allí, pero este sentimiento se transforma en tristeza, dolor, rabia y frustración. Quien de niño haya tenido esa experiencia no encuentra como adulto la valentía de entregarse por completo al amor de su pareja. Está atrapado entre la nostalgia y sus experiencias negativas correspondientes. En reiteradas ocasiones él provoca inconscientemente mediante su comportamiento este rechazo, que en secreto desea Ulsamer (2006).

Siempre que alguien fue interrumpido en un movimiento temprano hacia uno de los padres, el recuerdo surge una y otra vez aunque solo sea como recuerdo corporal, en cuanto la persona se dirige a otra, por ejemplo, a su pareja. Así, en el mismo punto en el que interrumpió el movimiento en aquel entonces, también lo interrumpe ahora. En vez de llevar a término el movimiento hacia la persona querida, la esquiva e inicia un movimiento circular, alejándose del punto de interrupción para después volver a él, Neuhauser (1999).

La neurosis nace en el punto en el que se interrumpió el movimiento, hacia uno de los padres, y el comportamiento neurótico no es más que el movimiento circular antes descrito. Pero la solución da miedo. Cuando la persona lleva a término el movimiento interrumpido, experimenta un gran dolor. Va acompañado de una sensación de impotencia, Neuhauser (1999).

En los órdenes del amor en la pareja, cuando una persona exige de su pareja el amor incondicional, como el que los padres dan a los hijos, la pareja se irá de la relación, por que es un amor que no le corresponde dar Estrada (2008).

Las mujeres que toman a la madre en su corazón y toman de ella su feminidad, son más atractivas, al igual que los hombres, cuando toman a su padre en el

corazón. De igual manera, ambos al integrar y honrar a sus padres en sus corazones, son capaces de entregarse y de tomar plenamente en la relación de pareja; de lo contrario, tendrán conflicto con el equilibrio del dar y recibir en la relación, abriendo en su pareja una herida muy dolorosa a la hora de interrumpir el intercambio de necesidades y dejando que el otro exponga su necesidad, poniéndose en el papel de no necesitar nada del otro Hellinger citado por Neuhauser (1999).

Por otro lado, las personas que rechazan a sus padres, es rechazarse a si mismo y a su pareja. Si uno de los dos no acepta a la familia de origen de su pareja, entonces no la esta aceptando. Hay que querer, respetar y reconocer la familia del otro Hellinger citado por Neuhauser (1999).

“La gente suele buscar uniones semejantes a los matrimonios de sus progenitores, y esto no se debe a la herencia, simplemente obedece a un patrón familiar” Satir (1991). Pues cuando el ser humano crece en el seno familiar, la primera relación de pareja que conoce es la de sus padres, por tal motivo posteriormente buscará una pareja igual a la que observó en sus padres.

3.4 EL AMOR EN LA PAREJA

En una relación de pareja el amor es una gran aspiración para el hombre, incluye todo lo que somos porque el amor es parte de lo humano y se relaciona con todas las dimensiones de la persona. Las diversas vivencias como el gozo, la frustración, la entrega, el desaliento, el coraje y la ternura nos hablan de aspectos relacionados con el amor, no puede haber una idea de vida significativa si no tiene que ver con la capacidad de amar. El amor logra la comprensión de la otra persona en toda su esencia como ser único.

Para Hellinger (1999), el amor se da hacia lo imperfecto, ya que genera un impulso de crecimiento, buscando lo perfecto.

Para Jodorowsky, (2010) en el amor de amantes, ambos unen estrechamente los centros intelectuales, emocionales, sexuales y corporales. Si uno tiene una idea, el otro aporta otra que la complementa. Si uno desborda cariño, el otro se convierte en cáliz para recogerlo sin perder una partícula. Si uno se inflama en el calor de la pasión, el otro se agrega entero a la hoguera, dejándose consumir. Si uno ofrece sus brazos, su piel, sus latidos, su materia entera, el otro establece su nido en ese cuerpo que le parece abarcar el universo entero.

El verdadero amor, como el Universo, está en continua expansión, nunca cesa de aumentar. Comienza por una semilla animal, necesidad de la compañía material y sexual, luego abre el corazón y deviene tierno, cariñoso, pero va a más, invade el espíritu, atraviesa el espacio hacia todas las direcciones hasta abarcar al cosmos, perfora el tiempo y se hace eterno.

El amor entra en un juego de poder en la pareja, sin embargo se basa en la igualdad, en el deseo y en el conceder. El amor siempre se logra, cuando los deseos de ambos se encuentran seguros en el otro, cuando ambos desean y conceden con amor, acompañado con una actitud de consideración.

En todos los intercambios, como en el caso de una pareja, tiene que equilibrarse: “si recibo, tengo que entregar; si doy algo, tengo que recibir algo a cambio.” Hellinger citado por Schützenberger (2008). Los pilares para una buena relación de pareja solo se logran a través de la compensación continua entre el dar y tomar unida al amor, haciendo crecer la felicidad.

La solución siempre pasa por el amor, y fluye mejor cuando se respetan los órdenes del amor. El amor es una parte del orden. El orden precede al amor, y el amor únicamente puede desarrollarse en el marco del orden, el orden nos viene dado, pretendiendo invertir una relación, queriendo cambiar el orden a través del amor, se fracasa forzosamente Hellinger (2001). Muchas veces el segundo desearía ser el primero, pero no lo es. Esto es parte de su vida y es importante

para él aceptarlo y verlo. Quien no respeta el lugar de su antecesor esta dañando la nueva relación. Cuando ambas partes hacen como si el primero no hubiese existido, en realidad se están engañando a si mismos y perjudican la relación de pareja real Ulsamer (2006).

Los amores a primera vista no suceden por casualidad. La elección de la pareja puede ser un deseo transgeneracional. Desde mucho antes de que la pareja se conociera, las familias de esas dos personas ya trabajaban para unirlos Gaulejac, citado por Schützenberger (2008).

Hay un tipo de amor que toma posesión. Quien ama de esta forma, piensa que a través de ese amor, puede manipular el orden y el destino de la pareja Hellinger citado por Neuhauser (1999). Por ejemplo cuando un hombre manipula las decisiones de su pareja, pensando que es por amor, pide que acceda a esta manipulación si ella lo ama, así la persona posesiva ejerce control sobre su pareja.

Las elecciones amorosas son afectivas, sexuales y sociales al mismo tiempo, influenciadas por las leyes transgeneracionales. Pero es importante entender que las posturas afectivas tienen que ver mucho con lo social.

Willi (1985), distingue el concepto de colusión, que se refiere a la complementariedad rígida en el rol que asume cada uno de los miembros de una pareja, expresándose en la división de las conductas progresivas y regresivas. Los conflictos expresados por medio de este fenómeno se relacionan con la falta de elaboración de las dificultades vividas en la familia de origen, que impide la diferenciación del self y el objeto.

En terapia familiar, se enfoca la conflictiva relacional del motivo de consulta en base a tres dimensiones:

1. Una dimensión intrapsíquica individual, formada por la internalización de las relaciones objetales primarias que se expresa en el mayor o menor grado de diferenciación entre self y el objeto.

2. Una dimensión intrapsíquica relacional, que consta de los mandatos transgeneracionales, que se expresan en la necesidad de elegir una pareja que refuerce las defensas de aspectos propios que dificultan las lealtades verticales.

3. Una dimensión extrapsíquica relacional que consiste en el tipo particular de complementariedad, expresada en pautas interaccionales que refuerzan la colusión determinada por las dos dimensiones anteriores.

Y ahora si una pareja se mira, el hombre mira a la mujer y la mujer mira al hombre y cada uno le dice al otro: "Sí, estoy de acuerdo contigo tal como eres, así como eres yo te amo". Genera felicidad, ninguno trata de cambiar al otro, ambos permanecen bajo un común acuerdo y así se aman y son sanos Hellinger (2006).

Freud citado por Jean-g (2001) en "Introducción al narcisismo" propuso que se ama:

- a) A lo que es el sí mismo.
- b) A lo que lo ha sido.
- c) A lo que querría que fuese.
- d) A la persona que fue una parte de la propia persona.

A lo que Freud (citado por Jean-g, 2001 y en González y Nahoul, 2005), agrega "la cualidad que se quería tener". Se trata entonces de una imagen, y en particular de la imagen de lo que se querría ser o del ideal del Yo. Así, la dimensión imaginaria aparece como fundamental en la organización de la elección amorosa y subraya su lazo con la historia propia del sujeto. La elección de pareja es uno de esos comportamientos en los que se reconoce claramente el instinto innato del ser

humano. Responde a la necesidad de estar con una persona, que no ponga al descubierto las incapacidades, limitaciones y miedo propios y que al mismo tiempo ocupe el lugar de ciertas figuras psicológicamente ausentes del pasado.

3.5 DINAMICA DE LAS RELACIONES DESDE LOS SENTIMIENTOS

Las emociones se perciben a través del cuerpo emocional para defenderse a sí mismo y adaptarse a las circunstancias percibiendo el mundo de manera similar a como lo ha hecho la familia de la persona. Estamos sintonizados para amar y cuando sentimos dolor el sistema de alarma es el miedo Ruiz (2001).

Los sentimientos primarios están escondidos detrás de los secundarios y son los verdaderos, inmediatos, los que surgen de situaciones concretas. El sentimiento primario siempre conduce a la acción Van N (1997).

Los sentimientos primarios o básicos son tristeza, enojo, afecto, miedo y alegría.

El enojo es un ejemplo de un sentimiento primario, ya que el enojo permite actuar desde la postura de defensa.

Los sentimientos secundarios son sustitutos para no permitir la acción, promoviendo así la inactividad y la pasividad. Estos sentimientos tiene la cualidad en cierto momento de felicidad, por lo que no necesitan la compasión de nadie cuando se tiene este tipo de sentimientos Van N (1997).

El amor profundo siempre duele, por que genera impotencia y sentimiento de debilidad. El odio es un sentimiento sustituto del amor, provocando que no fluya este amor. Las personas que tratan de escapar del sentimiento de amor, sienten odio en lugar de amor, sintiéndose fuertes. La tristeza también es un sustituto del sentimiento de amor.

Otro tipo de sentimientos son los que son adquiridos inconscientemente de otras personas.

Los sentimientos meta, son otro tipo de sentimientos, y estos son sentimientos sin emociones. Estos son pura fortaleza, les permiten actuar a las personas sintiéndose distantes de la situación y sin involucrarse. Entre estos sentimientos esta el valor, la humildad y la sabiduría Hellinger citado por Solloza (2006).

La ira es una fuerza que surge cuando una persona es atacada, y le sirve para defenderse. La ira en ocasiones sustituye al dolor y a la tristeza Hellinger (2001).

Hellinger, citado por Estrada (2008), menciona una tipificación de la ira:

1.-Una persona ataca a otra en la pareja o comete una injusticia con ella, la otra persona reacciona de manera correspondiente, defendiéndose con ira o generándole la capacidad de que salga adelante con fortaleza. Llegando a su meta la ira cambia.

Esto ocurre en las parejas que se embarazan, y el hombre deja a la mujer en este estado, ella con todo su dolor y su coraje, sale adelante mediante su fuerza interna.

2.- Una persona se enoja al darse cuenta que no ha tomado lo que hubiera podido o tenido que tomar de la relación, o que no ha exigido o pedido lo que tenia o podía exigir o pedir en la relación. Esta ira aparece como consecuencia de los actos omitidos y sustituye el actuar de persona. Esto puede durar mucho tiempo ya que paraliza a la persona para poder actuar. La ira y el rechazo de amor tienen efectos similares, donde la persona se enoja con todas las personas que la aman, en vez de demostrarles su amor.

El origen de esta ira se encuentra en la interrupción de un movimiento hacia los padres en la infancia. En su vida adulta, al estar en situaciones similares a la de la infancia, cobra fuerza la ira y surge de nuevo.

Por ejemplo, las personas que sufrieron violencia por parte de uno de sus padres, en su vida adulta, al tener una experiencia similar con su pareja, la persona retoma la fuerza de esta situación de la infancia, expresando esa ira hacia su pareja.

En un sistema de premios y castigos existe un sentido de justicia y de injusticia. Cuando nos castigamos de una manera excesiva, tenemos la sensación de que el amor no existe, pareciendo como si en este mundo sólo existiera el castigo, el sufrimiento y el juicio Ruiz (2001).

3.-La persona esta enojada con la pareja por que ha cometido una injusticia con ella sin querer admitirlo. Con esa ira la persona se resiste a asumir las consecuencias de su culpa, y se la pasa a otro. Esta ira lo pone al individuo en una actitud de pasividad, sustituyendo su actuar.

La ira es mucho mas fácil de soportar que el dolor. En cuanto sienta ira, no siento ni dolor ni pérdida. Solo podré enfrentarme a la tristeza y a la pérdida cuando abandone la ira y deje de culpar a los otros y a mi mismo Ulsamer (2006).

Por ejemplo, en una pareja, suponiendo, que un hombre le miente a su pareja, y esta enojada con ella. Ella enojada termina con la relación que tenia con la persona que le mintió, de tal manera que el mentiroso, se queda enojado con su pareja.

4.-Éste es cuando alguien le da tanto a la pareja, que a éste le resulta imposible compensarlo, volviéndolo difícil de soportar. En consecuencia, la pareja que se resiste al que da, y se enoja con él. La pareja enojada reprocha. Un ejemplo es la depresión generada ante una separación.

5.- La ira que adoptarán de otros sin que les pertenezca y es repercutida en la pareja. Por ejemplo, en la pareja, uno de los dos adopta la ira que tiene la madre

contra el padre, esta persona que adopta el sentimiento lo hace propio pero hacia la pareja.

6.- Existe una ira que es necesaria para enfrentar una situación difícil debido a la fuerza interna que esta tiene, y que le ayuda a la pareja como estrategia.

Esta puede ser en una situación difícil de pareja, y con la fuerza interna de la ira de los dos, pueden sacar adelante la relación.

Cuando alguien sale herido en el amor, surge el odio. “con el odio, la persona pierde justamente lo que quería tener” Hellinger (1999) y esto queda muy claro que cuando alguien es lastimado en el amor, surge el odio, y es difícil poder hacer algo bueno por la relación, provocando que esta se lastime y se rompa.

El dolor también encierra mucha fuerza. Hay diferentes clases de dolor. Un dolor muy grave es el dolor de la separación; cuando una relación de pareja se separa, cuando uno de los compañeros se muere. Si uno encara el dolor, permitiendo que penetre en el corazón, en el cuerpo y en el alma con toda su amargura e intensidad, este dolor por regla general es breve aunque en un principio parezca interminable. Una vez que la persona lo ha pasado, la separación está superada Hellinger citado por Neuhauser (1999).

Un mecanismo muy común para escaparse de este dolor es el de buscar culpables o también el estar enfadado.

Otro intento de evitar el dolor es la autocompasión. No veo al otro, en absoluto; únicamente me miro a mi mismo.

Es el dolor relacionado con las desgracias del destino. Ese dolor se apodera de nosotros y nos eleva a un nivel que se halla más allá de nuestros deseos e ideas de una vida en plenitud. Cuando la persona encara este dolor y este destino, se

produce una purificación de estos deseos, de las ideas e ilusiones que conllevan. El dolor indica lo que hay detrás Hellinger citado por Neuhauser (1999).

Los celos son un medio para alejar la culpa de uno mismo y pasársela al otro. La dinámica del celoso es conseguir que el otro se vaya, no que se quede, sin embargo, con esta dinámica hacer ver que quiere que el otro se quede.

3.6 LA SEXUALIDAD EN LA PAREJA.

La forma en la que el hombre y la mujer conciben la vida, es en la sexualidad, los roles, los viajes, la ideas políticas, religiosas y más es en función a su familia y a su historia Riailand, citado por Schützenberger (2008).

Cuando una pareja tiene un encuentro sexual, se crea un vínculo que durará para siempre, mas allá de la muerte, sin poderse deshacer, aunque mas tarde tenga cada uno otras parejas, este vínculo persistirá.

Podemos ver este vínculo reflejado en el dolor de la separación y la culpabilidad en la misma. Así que cuando la persona entra a otra relación, debe primero reconocer el vínculo anterior, para estar libre de esta relación, y no arrastrando el conflicto a la nueva relación.

Conforme va teniendo la persona más relaciones, el vínculo con cada persona va perdiendo su profundidad, esto quiere decir, que con la primera pareja el vínculo fue más fuerte, y con la ultima el vinculo es mas débil; esto no quiere decir que se vaya amando menos, puede ser que el amor sea más grande, pero la profundidad del vínculo no es la misma que la anterior a esta. Por lo mismo, no es tan dolorosa la separación en la segunda pareja, y no son tan fuertes los sentimientos de culpa como en la relación anterior Hellinger citado por Solloza (2006). La sexualidad en la pareja forma un vínculo que es más profundo y doloroso en la relación que el vínculo del amor.

Existen la sexualidad de pertenencia y el apetito sexual según Willi (2004) y explica que la sexualidad del apetito sexual aspira al máximo placer mediante la seducción, la conquista, la provocación y la sorpresa o incluso la lucha, el odio y la humillación. La sexualidad de la pertenencia aspira a la armonía, la confianza y la compenetración. Si bien la sexualidad del apetito sexual pone en peligro la estabilidad de una confianza duradera, también la estimula. No hay relaciones amorosas sin sexualidad y no hay relaciones sexuales estables sin relación amorosa.

Sigmund Freud (1918) explica que el hombre desarrollará todo su potencial solo si en la relación con el objeto sexual intervienen también componentes perversos que el hombre no se atreve a satisfacer con la mujer que respeta. A una mujer desconocida y sumisa le dedicará preferiblemente su energía sexual, aun cuando dirija su cariño a una mujer a la que respete. Freud comprobó también que el significado psíquico de la necesidad amorosa disminuye tan pronto como la satisfacción se torna cómoda Willi (2004).

Otto F. Kernberg (1995, 1998). La pasión sexual cumple la función de transmitir energía, fortalecer y renovar las relaciones amorosas a lo largo de toda la vida. En el amor egoísta dice que una persona aspira en la relación amorosa al crecimiento y la realización de su potencial en la respuesta dada por la pareja, mientras que en la sexualidad del apetito sexual la repercusión personal es de otro carácter Willi (2004).

El apetito sexual es más elevado cuando se dirige a personas desconocidas, a las que no se ama y ni siquiera se desea amar, a las que incluso se desprecia y se rechaza. El apetito sexual y el deseo sexual se desean experimentar con ímpetu, pasión, incluso con la brutalidad de tomar y ser tomado. La posesión del otro llega hasta el umbral del dolor, hasta la destrucción del otro. Sin embargo, la sexualidad de la pertenencia es la consumación del anhelo de desvanecimiento incondicional en el amor, un ritual fortalecedor de la intimidad, confianza y fidelidad. Entiende a

la pareja como alguien único. La unión sexual refuerza el amor y la idealización de la pareja. La pertenencia sexual incluye a la pareja total y exclusivamente, y desea ser una expresión de unión eterna Willi (2004).

En el matrimonio, la frecuencia de las relaciones sexuales disminuye con el paso del tiempo. Schmidt (1998). Como media, la frecuencia baja pasados los primeros cinco años de convivencia hasta llegar a la mitad de las relaciones que se tenían al principio, pero prevalecen las obligaciones y las preocupaciones diarias. La inapetencia sexual femenina es frecuente después de los partos. Depende del agotamiento y centra toda su ternura y atención en el hijo. La actividad sexual es mayor en las parejas en que la mujer experimenta como justa la división del trabajo.

La sexualidad matrimonial es un ritual importante, que une a los miembros de la pareja en un sentimiento de intimidad y pertenencia.

La falta de apetito sexual dentro del matrimonio es uno de los conflictos más frecuentes que llegan a terapia para buscar una solución en donde ambos puedan ser beneficiados, tomando en cuenta que la expresión de la sexualidad es la reafirmación del género al que se pertenece, por lo tanto el hombre se afirma en su virilidad y masculinidad y la mujer en su feminidad y alimenta el vínculo con su pareja Willi (2004).

Las raíces mas profundas de la culpa sexual y la inhibición deben basarse en el temor a la deslealtad respecto a la familia de origen; muchas personas casadas describen la incapacidad para forjar un vínculo de levantar con su pareja solo después que se ha desvanecido el brillo inicial de la atracción sexual: siente que es una obligación no cumplida de compensar a sus padres, por poco que lo parezca, los priva del derecho a todo goce Nagy (1994).

3.7 EL MATRIMONIO

Minuchin habla del concepto de “inversión del matrimonio”, tiene que ver con aquello que los miembros de la pareja se ven obligados a resignar o a abandonar en función del matrimonio, luego es lógico pensar que cuando es demasiado lo que se invierte, es tanto lo que se va a pretender de esa relación que son altas las posibilidades de frustración.

Parte de la comunicación íntima se apoya en sobreentendidos: el “dar por supuesto que el otro lo sabe”. El deslizamiento del sobreentendido al malentendido es moneda corriente en las relaciones de pareja. Hellinger citado por Neuhauser (1999).

El contrato es individual, afirma Sager (2003) que cada integrante de la pareja actúa como si su propio programa matrimonial fuera un pacto concluído y firmado por ambos; cada quien solo se limita en pensar en su propio contrato. Así pues no son verdaderos contratos sino dos conjuntos diferentes de deseos, expectativas y obligaciones que cada uno deposita en la relación y en el otro. Cada miembro de la pareja cree que recibirá lo que quiere, a cambio de lo que él le dará al otro. El individuo actúa como si hubiera un contrato real a cuyo cumplimiento estuviese obligado, quebrándose cuando no se cumple por alguno de los dos. Esto ocurre sobre todo cuando creen que han respetado sus obligaciones, y el otro no lo hace.

La relación de pareja se logra cuando la mujer le sigue al marido y deja que los hijos también lo hagan, a su país, idioma, cultura y familia. Cuando el marido le sigue a la mujer se crean tensiones y lleva al fracaso, por ejemplo, el hombre atiende un negocio familiar de ella. Por otra parte, la relación únicamente puede lograrse cuando el hombre sirve a lo femenino, logrando la compensación Hellinger (2001).

Existen dificultades en la relación de pareja, cuando se pretende conservar o seguir en la juventud, ya que la relación de pareja conlleva una renuncia de la

infancia y juventud, ya que, inicia una nueva etapa en la persona, y no debe quedarse estancado en las etapas anteriores. La relación se logra cuando miramos hacia delante, y no hacia atrás Hellinger citado por Neuhauser (1999).

Casarse significa despedirse de la juventud; la pareja sin matrimonio, es una continuación de la juventud. Admitir a alguien que no este dispuesto a asumir el riesgo de un compromiso personal, cohibe lo íntimo Hellinger citado por Neuhauser (1999). Cuando una parte desea el matrimonio y la otra no, esto es vivido como una enfermedad que puede hacer fracasar una relación Ulsamer (2006).

Las relaciones que duran mucho tiempo y no llegan al matrimonio, es por que alguno de los dos está esperando que llegue alguien mejor que el otro. Esto se convierte en una herida constante. Después de un tiempo largo, la relación pierde la firmeza y continuidad, por ejemplo a través de una decisión como la es el matrimonio, y terminan por romperse Hellinger citado por Neuhauser (1999).

Al tener una relación con una persona, es como si no fuera lo suficiente para esa persona al llevarla al compromiso del matrimonio, es como si le diera el lugar a la pareja de ser la mejor para esta persona. Al no unirse las personas buscan encontrar libertad, la cual se paga con el vacío.

Las segundas nupcias no tendrán la misma relevancia que el primer matrimonio, el deseo de tener hijos con la segunda pareja puede ser un intento de proporcionarle al nuevo matrimonio más peso específico en comparación con el primero Willi (2004).

El matrimonio durante la tercera edad, es difícil. Empiezan a aparecer una serie de enfermedad y esto puede perjudicar la relación de manera especial, ya que se rompe el equilibrio existente entre la autoestima de ambos. En el enfermo, puede surgir la envidia y los celos, así como el sentimiento de ser sólo una carga para el

otro; en la persona cuidadora pueden producirse reacciones de ira por las restricciones y obligaciones que impone el enfermo. Es por esto que se encuentran en una sintonía diferente y no logran entenderse y aceptarse Willi (2004).

Las debilidades personales, la pérdida de autoestima y de confianza en las propias capacidades reforzada por la disminución de las energías, provocan que en ocasiones las cargas psíquicas desencadenan reacciones irracionales: sospechas absurdas de escapadas sexuales de la pareja, celos injustificados. Aunque el gran temor es la muerte de la pareja, no la muerte propia Willi (2004).

3.8 RELACION DE PAREJA CON HIJOS.

La relación de pareja, alcanza su punto fulminante con el nacimiento del primer hijo, pierde algo de intensidad y comienza a desarrollarse hacia la amplitud. La relación se enriquece, pero la unión estrecha disminuye. Si un miembro de la pareja quiere tener hijos, y el otro no, la relación se termina. Tiene que tenerlo en cuenta, como consecuencia de su decisión, de lo contrario se engaña. Si el cónyuge, a pesar de todo se decidiera por quedarse, tendrá que valorarlo expresamente Hellinger (2001).

Un conflicto frecuente que se da en la relación de pareja, es cuando el orden es alterado, por ejemplo, muchas personas les dan prioridad a los hijos sobre la pareja. La paternidad absorbe energía y queda muy poca para la pareja. La relación de pareja se da antes de la llegada de los hijos, por lo que tiene prioridad sobre la paternidad Hellinger citado por Neuhauser (1999).

El amor de los padres a los hijos se nutre de la relación y los hijos al sentir el amor de pareja de sus padres son más felices Hellinger citado por Neuhauser (1999).

Los hijos son otro tipo de vínculo en la pareja. En una relación donde se engendró un hijo, aunque después se abortara, las dos personas que forman la pareja quedan atrapadas en la relación, dificultándoles establecer una nueva relación.

La solución está en dejar resuelta la relación pasada respetando y honrando a la persona y a su dolor por la separación, para poder empezar una nueva. Así mismo el hijo abortado debe de ser reconocido y valorado desde el corazón de los padres, dejando expresar el dolor y duelo por la pérdida del hijo.

Del amor que un hombre le tiene a su mujer, saca las fuerzas para ser padre, cuando ama a los hijos, en ellos ama a la mujer. La mujer toma fuerza para dedicarse a los hijos del marido al saber que está a su lado, para ser madre. El ser padres es la continuación de la pareja Hellinger citado por Neuhauser, (1999).

En las parejas donde uno de ellos tuvo hijos antes con otra pareja, los conflictos surgen cuando la pareja sin hijos, se pone celosa, y pide que se modifique el orden, dejando la relación en superioridad al nivel de los hijos, por lo que la consecuencia es el sufrimiento en el amor de la pareja. Si esta situación se diera de manera contraria, y la nueva pareja reconoce que los hijos son prioridad ante esa relación, el padre de estos hijos puede dirigirse a su nueva pareja con más libertad y cariño. “La segunda relación no es lo mismo que la primera, es más compleja” Hellinger citado por Neuhauser (1999).

Cuando dentro del matrimonio, uno de los integrantes concibe un hijo, fuera de este con otra pareja, por regla general, el matrimonio se acaba, aunque el hijo sea o no abortado. Esta nueva relación tendrá prioridad sobre la anterior. Donde nace un hijo, el nuevo sistema tendrá prioridad al anterior al hijo, otro ejemplo es, cuando una mujer decide por una inseminación artificial con el semen de otro hombre, este matrimonio también se termina Hellinger citado por Neuhauser (1999).

Con respecto a la intimidad de la pareja, un hijo no debe nunca saber detalles que pertenecen a la relación de pareja de los padres, es algo que no les interesa, ni a nadie mas (ni a otras parejas debe de contarles de sus parejas pasadas) . El revelar detalles de la relación íntima constituye un abuso de confianza de graves consecuencias, ya que rompe la relación. Lo íntimo siempre debe ser un secreto para terceros Hellinger (2001).

3.8.1 ABORTO

Los hijos abortados pertenecen al sistema presente. No pertenecen al sistema de origen. Es decir, que si mis padres cometieron un aborto, este hijo no se ubicara entre mis hermanos Ulsamer (2006).

En lo mas hondo del alma un aborto se vive como una culpa grande. En la pareja se inicia un proceso en el sentido de querer deshacerse de la culpa, a través de la expiación, así ambos buscan el sufrimiento o no permiten que relaciones posteriores se logren. Al cabo de un tiempo, la culpa tiene que pasar, si la persona la asume.

En caso de un aborto voluntario, los hijos no deberían saber nada, por tratarse de un hecho que pertenece a la relación íntima de los padres. Siempre hay que hablar de este tema de forma que el otro cónyuge permanezca protegido, de lo contrario la relación se rompe Hellinger (2001).

En ciertas ocasiones, debido a un aborto se produce la ruptura o la falta de sexo en la relación. Además, la parte de la pareja que es partidaria del aborto (“yo no quiero a tu hijo”) se esta expresando negativamente sobre la relación de esta manera Ulsamer (2006).

El aborto es algunas veces la clave que explica porque una pareja no puede hallar tranquilidad y satisfacción. Solo puede haber una conciliación cuando el aborto sale a la luz y la familia lo acepta Ulsamer (2006).

Después la pareja se permite empezar de nuevo. Lo que ahora debería realizarse sería la separación de la pareja anterior, profundamente y con la conciencia de la culpa, llevarse al hijo abortado consigo, en su corazón y después que se pueden dirigir a una nueva pareja. Lo pasado ya no se vuelve a tocar y ni tan solo en el pensamiento, uno debe quedarse con el presente. Los hijos abortados únicamente afectan a la pareja. Cuando la pareja lo soluciona entre ellos, los hijos quedan libres Hellinger citado por Neuhauser (1999).

3.8.2 ADOPCION

La adopción es un negocio peligroso, es el equivalente sistémico del rapto de un niño y el que lo hace sin ningún motivo, apremiante lo paga muy caro después, sacrificando a un hijo propio o a su pareja, de recompensa. El acogimiento está bien, pero la adopción va demasiado lejos. Sobrepasa en mucho aquello que el niño necesita. De esta manera se corta el vínculo con sus padres. La relación del niño con su madre biológica ya no es la misma de antes, eso es lo grave. Se le quita sus derechos y responsabilidades tanto a la madre como al padre Hellinger (2001).

Quien de pequeño fue separado de sus padres, en la mayoría de los casos la madre, como por ejemplo entrega en adopción o por cualquier otro motivo, la persona lo vive como una experiencia de rechazo. De adulto, cuando entable una relación con otra persona e intime, surgirán los recuerdos de aquella interrupción y reaccionará con los mismos sentimientos de entonces: rabia, desesperación, resignación, pena, etc, es decir, la persona retrocede en la relación por miedo a revivir el dolor, desarrollando miedo a la intimidad y a mostrarse vulnerable.

3.9 PAREJAS ANTERIORES.

Cuando se honra y se reconoce a las parejas anteriores, desde el corazón, y se toma con amor todo lo que estas parejas le dieron a la persona, y a través de lo que recibió y tomó de estas relaciones da la posibilidad en la nueva relación de lograrse.

Utilizando frases como "yo no he estado bien, te he amado mucho y me duele que nos hallamos separado", es un ejemplo para darle un lugar en el corazón a esas parejas.

Hellinger (2006), cuenta la siguiente historia respecto esto:

"Un hombre y una mujer emprenden juntos un camino. Cada uno lleva una mochila bien cargada con cosas buenas. Juntos caminan atravesando jardines floridos, campos maduros, tienen y sienten alegría, y cada tanto toman asiento, abren sus mochilas y comparten lo que han traído. Luego de un tiempo ese camino va cuesta arriba y uno de ellos siente dificultades, las mochilas están más livianas, pero uno de ellos se sienta para descansar mientras que el otro sigue subiendo esa cuesta. Cuando llega a la cima toma asiento exhausto y mira hacia abajo. A lo lejos ve a su pareja recuerda lo lindo que era y comienza a llorar..." Al mirar la pareja hacia abajo, es como mirar el pasado, llevando esta responsabilidad a la relación nueva de pareja que tenga, sin embargo, si toma al otro en su corazón, estará resolviendo algo.

Cada uno tiene que llevar su destino y de esta manera conservar su dignidad. Jodorowsky, en sus actos psicomágicos, utiliza frases como: "Tú caminarás por tu sendero, yo por el mío. La fuerza de tu recuerdo me impulsará, alimentará mi alma cada día, pero tu presencia sólo será una ausencia sagrada".

Entre los compañeros, todo aquello que se refiere a una relación íntima con una pareja anterior, debe guardarse como un secreto; de ello no se debe hablar. Así lo exige el respeto a la otra pareja y el respeto a si mismo. De lo contrario se traiciona al compañero anterior por así decirlo. Y así también se entorpece la relación con la nueva pareja, ya que al final no se fiará plenamente del otro Hellinger citado por Neuhauser (1999).

3.10 EL PERDON EN LA PAREJA.

Poesofía: PROMESAS (6).

No prometas caídas ni úlceras confianzas.

Los tajos a los otros abren surcos en tu propia carne.

Al lacerar sus esperanzas carcomes las bases sobre las que se asienta tu mundo.

La desconfianza que induces mata el amor.

Si para avanzar desprestigias los pasos ajenos, esas maldiciones brincan de tu boca a tu alma y la corroen.

Enséñale a tus ojos a bendecir lo que ven.

Estás unido por entero, la separación es un espejismo que devora.

Con el pecho vacío, clava la mirada en el fondo, encuentra ahí tu estrella.

Respetar las ilusiones de quienes se entregan a tus efluvios, enséñales a morir hundiéndose en las alturas.

ALEJANDRO JODOROSWKY (2010)

Cuando una persona perdona a otra, la persona se pone en un lugar superior en la relación y humilla al culpable, así el que pidió perdón, ósea el culpable, nunca podrá regresar al nivel de igualdad con su pareja. Esto es una forma segura para que la relación termine.

Si el culpable admite su culpa, diciendo que lo siente y asume las consecuencias que esta trae consigo misma, el culpable cobrará fuerza y dignidad, para poder hacer algo bueno a través de esa culpa. Pero si otro da el perdón sin que lo haya pedido el culpable, le quitará la fuerza de la culpa al culpable, debilitándolo y quitándole la posibilidad de hacer algo bueno.

Cuando hay un perdón, la persona perdonada se convierte en algo peor y no mejor. Al pedir perdón, las consecuencias de los actos se depositan en el otro.

Cuando una persona en una relación, se coloca por encima de los demás. El perdón hace que el presunto culpable sea todavía más culpable. La reconciliación verdadera entre ambas partes, consiste en que cada parte reconozca su culpa correspondiente acompañadas por un diálogo entre las personas implicadas Hellinger citado por Schützenberger (2008). Cuando alguien me pide perdón, me pasa la responsabilidad de su culpa. Se pasan las consecuencias de un comportamiento a otra persona. Decir “Lo siento”, hace que la persona culposa

guarde su dignidad y el otro puede dirigirse a este con más facilidad que si le pidieras perdón. El dolor honra a la pareja, y eso basta Hellinger (2001).

Las humillaciones, destruyen la relación como si fuera un veneno.

La reconciliación no alude la responsabilidad, mirar y asumir la culpa, es una posición de dignidad Hellinger citado por Solloza (2006). La reconciliación es un valor, el perdón no Hellinger citado por Neuhauser (1999).

Cuando hubo un conflicto en la relación de pareja, una buena solución es una reconciliación. La pareja se permite comenzar de nuevo, no debe regresar al pasado ni en pensamientos, y esto los lleva a la felicidad. La felicidad por lo tanto no tiene memoria, olvida todo lo anterior. La desdicha, por lo contrario, tiene una memoria muy larga Hellinger citado por Neuhauser, (1999).

“A veces, cuando alguien ha sufrido, adopta la posición de víctima y se pasa la vida sufriendo y haciendo sufrir a los demás” Rialland (2008). “El problema llega cuando esa persona se queda encallada en la etapa de reparación dando mucho a los demás y olvidándose de él mismo” Rialland citado por Schützenberger (2008).

“Deja de echar la culpa a tu cónyuge de tu infelicidad, a tus padres de tu falta de motivación, a la economía de tu condición social, al panadero de tu exceso de peso, a tu infancia de tus fobias... Deja de responsabilizar a todo lo que te parezca bien asignar culpabilidades. Tú eres la suma total de las opciones que has adoptado en la vida” Dyer (2010).

3.11 LAS DIFERENCIAS DE LA PAREJA.

Si dos personas se aman, son atraídos uno a otro por sus diferencias, por que uno tiene lo que le falta al otro y viceversa. Así que una pelea empieza cuando uno reta la actitud del otro y el otro reta la manera de pensar del primero. Sin

embargo, lo importante está en amar las diferencias. Reconociendo las diferencias, es cuando es probable que el amor pueda nacer.

Por cultura en algunas familias las mujeres, por lo general, se consideran mejor que los hombres, pero los hombres son igualmente valiosos. En este conflicto, uno de ellos pretende cambiar o reeducar a su compañero. El amor implica reconocer las diferencias y valorarlas, así la relación crece y se enriquece Hellinger citado por Neuhauser, (1999).

Cuando una pareja se encuentra, tiene ciertas dificultades, ya que cada uno viene de una familia diferente, con valores e ideologías distintas.

Cuando las familias de origen de la pareja tienen creencias diferentes, o bien, religiones distintas la relación se vuelve complicada. Ambos deben de ir más allá de la conciencia familiar a la que pertenece cada uno y darles reconocimiento a los derechos de ambas familias, dándoles el mismo valor. Para lograr éxito en la relación de pareja cada uno de los miembros debe de abandonar a su familia de origen y negociar principios nuevos, que de alguna manera puedan reconocer los valores de ambas familias de origen. Así la pareja puede vivir en una relación sana.

Al principio en las relaciones de pareja, siempre existe una lucha inconsciente para ver quien va a imponer los valores de su familia original en el otro. En la mayoría de los casos es la mujer quien se impone y el marido termina cediendo, sin embargo, el marido termina por dejar la relación, ya que, su familia de origen queda devaluada por la otra persona. La solución está en que ambos reconozcan los dos sistemas familiares de origen Hellinger citado por Neuhauser (1999).

Hacerse reproches mutuamente significa no aceptar al otro tal como es una conducta que, según la opinión de algunos autores es incompatible con el amor verdadero. Los reproches se consideran también como proyecciones en la pareja

de aspectos propios que rechazan o reprimen. Se opone al reconocimiento mutuo incondicional que exigía Carl Rogers. Rogers (1961/1973), en una relación se debe aceptar incondicionalmente al otro y sus sentimientos, en definitiva hay que asumir la responsabilidad y la gestión del propio crecimiento personal y que no se puede realizar ese crecimiento por otro ni se puede delegar en otro. Los miembros de la pareja tienen que entrar en conflicto para discutir y hallar soluciones juntos con las que ambos puedan identificarse. Quien reprocha está proyectando sus propios problemas sin resolver en la pareja Willi (2004).

El regalo más grande que una persona puede darle a su pareja es aceptándolo tal y cual es. De lo contrario podrá perder a su pareja.

El amor se logra cuando ambos compañeros se han desprendido de sus familias de origen con amor. Donde por lo contrario, llevando destinos que en el fondo no son suyos estas dinámicas se introducen en la relación e interfieren en la pareja. Ven que el otro está atado por las implicaciones en su familia y esperan hasta que esto se resuelva. Esta espera llena de amor por una parte conlleva una gran renuncia y por otra parte crean un ambiente en el que quizás las implicaciones puedan salir a la luz y ser resueltas Hellinger citado por Neuhauser (1999).

3.12 CONFLICTO

Al comenzar su relación algunos piensan que siempre permanecerán estrechamente unidos. Una relación sin embargo, también es parte del proceso de morir. Toda crisis en una relación se vive como un morir y es parte de nuestro morir. Se pierde algo de la unión estrecha Hellinger (2001).

Toda relación que posee una profundidad tiene conflicto, el conflicto es parte de la vida al igual que los sentimientos de dolor, frustración, resentimiento y desilusión. Aunque el conflicto sea parte de toda relación significativa, se puede cambiar la manera en que se enfrenta y se maneja Duckles citada por Ramirez (2010).

El conflicto surge de las diferencias; la manera en la que resolvemos nuestros conflictos es el punto de encuentro entre esas diferencias. El conflicto entonces ni es bueno ni malo sino algo que hay que resolver a través de la expresión y de una buena conciencia Duckles citada por Ramirez (2010). “Entre un hombre y una mujer, todo se decide en el primer cuarto de hora. Si no funciona, entonces no hay nada que hacer” Hellinger (2001).

La cultura a la que se pertenece va a influenciar cómo la persona se acerca o enfrenta un conflicto, y la manera en la que entra en contacto con los demás.

Para Robine atravesar el conflicto será lo que permitirá:

- la individuación (cada persona se va desprendiendo progresivamente de sus relaciones, esta aspira a la integración de un contexto mayor en que la persona se encuentra vinculada y al mismo tiempo desprendida Hellinger (2001)).
- la asimilación de los introyectos (son las lealtades invisibles al sistema que pertenecen)
- la externalización de las retroflexiones (lo que se desea en el otro y se pone en si mismo)
- la verificación e integración de las proyecciones (lo que es de la persona y lo ve en la pareja o en el sistema de la pareja).

Lo cual restablece plenamente nuestra capacidad de identificación o alineación Duckles citada por Ramirez (2010).

Un ejemplo de las quejas de una esposa regañona o los intentos de un marido por obligarla a cambiar están dinámicamente conectados con esfuerzos de retribución pasados e inconclusos que los cónyuges arrastran desde sus familias de origen; por ejemplo, una cuenta emocional no saldada de la esposa con su padre muerto puede subsistir en su actitud hacia el marido Nagy (1994).

Cada cónyuge lucha por obligar al otro, inconcientemente, de modo de hacerlo responsable de las injusticias sufridas y los méritos acumulados, a partir de la

familia de origen. Los compromisos de lealtad son invisibles y solo las racionalizaciones secundarias resultan accesibles, incluso para los miembros de la pareja; por ejemplo, los matrimonios, las aventuras amorosas, los esposos homosexuales, son utilizados de forma inconciente con el fin de reforzar el compromiso de lealtad filiar, en vez de remplazarlo Nagy (1994).

Para Greenspan, un conflicto implica tener empatía en una negociación equitativa basada en las necesidades reales de ambas partes, (ver las cosas del otro lado y reconocer la necesidad del otro como válida) Duckles citada por Ramirez (2010).

La pareja como las personas de manera individual, se mantienen en conflicto según el enfoque transgeneracional, a partir del miedo a la felicidad, ya que se experimenta como peligrosa porque nos convierte en solitarios. Lo mismo se aplica a la solución, se experimenta como peligrosa porque nos convierte en solitarios. Con el problema y con la desdicha nos encontramos acompañados. El problema y la desdicha van unidos a una sensación de inocencia y de felicidad. La solución y la felicidad, en cambio van unidas por una sensación de traición y culpa, la solución únicamente es posible cuando la persona afronta la culpa Hellinger (2001).

Para Willi (2004) los conflictos de pareja neuróticos se fundamentan en disposiciones personales más profundas, con frecuencia en la incapacidad para manejar las ambivalencias. Por ejemplo, hay una ambivalencia cuando un hombre se esfuerza por intimar con una mujer y la rechaza tan pronto como cumple su deseo. Está ambivalencia no está determinada por la conducta de la mujer, sino que están en juego conflictos personales del hombre. Seguramente, un apego ambivalente a la madre, cuya proximidad busca por un lado pero teme por el otro. El apego ambivalente a la madre se transferirá a la relación con la mujer, así ambas relaciones acaban teniendo muchos puntos en común. En este tipo de conflictos podemos ver las lealtades involucradas hacia la madre o algún miembro del sistema. El conflicto normal se explica como un conflicto de intereses entre

ambos miembros de la pareja. Puede comprenderse a partir de la situación relacional de la pareja. En los conflictos neuróticos intervienen motivos personales más profundos, que se fundamentan en traumas anteriores o experiencias humillantes en relaciones de pareja previas. Es decir, la pareja actual tiene que saldar las cuentas de su predecesor. Se convierte en una especie de chivo expiatorio.

Por ejemplo, lo que al principio se vivía como una cómoda adaptación se vive ahora como una situación de dependencia. Las cualidades que se percibieron de manera positiva al principio nos permitieron un mejor desenvolvimiento personal en el ámbito relacional. Pero después nos sentimos amenazados y coaccionados por estas cualidades. Se ha invertido tanto en la relación, que es posible incluso que se haya encontrado en la relación el sentido de la vida, que nos sentimos amenazados existencialmente por la negativa del otro.

Melnick relaciona el conflicto con la intimidad de la relación con la otra persona: toda relación íntima hace resaltar los problemas de conexión y diferenciación alrededor de las experiencias del ciclo vital: nacimiento, muerte, enfermedad, salud, etc. Esto nos permite ver aspectos de nosotros que no conocemos, nuestras partes no asumidas para mantener la intimidad en pareja es necesario adaptarse a nuevas experiencias e integrarlas, además de responder a una amplia gama de cambios internos y externos. En la intimidad los recursos del individuo pertenecen en parte al sistema familiar de origen y a lo individual. Esto implica que al irse logrando mayor intimidad e integración se podrán esperar mayores brotes de conflicto Duckles citada por Ramirez (2010).

La pareja llega a la crisis por lo tanto, no por las razones internas las que conducen a las transformaciones en la convivencia, sino circunstancias y hechos externos, que convierten en necesaria la consumación de una etapa de desarrollo pendiente en la organización relacional Willi (2004).

Cuando uno de los compañeros atraviesa una crisis el otro espera con comprensión, pero permanece interiormente centrado hay un límite a partir del cual ya no se le puede exigir más. En cuanto se alcanza ese límite la pareja se separa. Cuando la persona espera con amor, a veces en el interior de su pareja se da algún cambio. Uno no espera desde la posición del que ayuda si no como pareja, así el otro no es humillado. Cuando el compañero recibe demasiada ayuda, ya no puede compensarlo y se produce la separación. La espera respetuosa, encierra una gran fuerza Hellinger citado por Neuhauser (1999). No es propio de una relación adulta sentirse responsable de la propia pareja hasta el punto de querer cargar por el otro con el peso de su familia Ulsamer (2006) la tristeza propia fundamentada da fuerza y es vigorosa, la tristeza ajena no aporta nada; cuando una persona llora y los demás lloran con él, se vuelven débiles Hellinger (2001).

Cuando uno de los compañeros tiene un problema, digamos por ejemplo que es alcohólico, uno puede exigirle al otro que se quede con él. Tiene que llevar las consecuencias. En cuanto se le confronta (ahora dejo el problema del alcohol contigo y me voy), quizá pueda cambiar. Así lleva toda la responsabilidad y recibe fuerza Hellinger citado por Neuhauser (1999).

Por otro lado, cuando se aceptan los reproches de la pareja, es muy difícil. Se explicara mejor con los siguientes puntos aportados por Willi (2004):

1. Atender al reproche de la pareja significaría reconocer su superioridad. Cambia el equilibrio de poder en la pareja.
2. Con frecuencia, el reprochador no siente respeto por la responsabilidad de la pareja. Se siente chantajeado con las expectativas e inculpaciones del otro.
3. el peligro consiste en que no se atiende en absoluto al reproche del otro, sino que sólo aproveche el reproche para justificar la propia conducta errónea. Las justificaciones se condicionan mutuamente, y se entra en un círculo vicioso en el que los reproches de ambos quedan anulados.

El papel de víctima es la forma más sutil de la venganza. En la lucha de poderes, las víctimas salen vencedores Hellinger (2001).

3.12.1 INFIDELIDAD

En el modelo actual de matrimonio por amor se reivindica la confluencia del amor y sexualidad exclusivamente en una persona o se impone romper la relación si esto no se consigue. Las relaciones sexuales extramatrimoniales como una violación del pacto de amor que ha firmado con la otra persona. La infidelidad sexual lesiona también la equidad del equilibrio de poder en la relación.

Si la relación fuera de la pareja no es una relación amorosa profunda, sino más bien una aventura sexual Willi (2004).

Veamos uno de los conflictos más frecuentes en la pareja, explicado por Hellinger citado por Neuhauser (1999):

El concepto de adulterio es peligroso. En una infidelidad, el inocente se comporta como si tuviera el derecho de considerar a su pareja suya para siempre. Esto es una arrogancia. En vez de intentar ganarse al otro a través del amor, le persigue, evitando que vuelva, así también ocurre cuando el inocente se ha vengado sobre medida, el culpable ya no puede volver con él; el inocente tiene la rabia mas grande de forma destructiva en la relación, por que se siente justificado; el culpable esta dispuesto a ceder y reparar, así que la reconciliación fracasa por el inocente, al llegar a un gran desequilibrio.

La fidelidad debe resultar del amor, no de la exigencia del otro. Cuando un compañero quiere abandonar al otro, frecuentemente se dan reacciones extrañas, difíciles de explicar. El compañero que es abandonado empieza a sentir miedo como si tuviera que morir. Tiene la sensación como si con su pareja también perdiera su vida. Hellinger citado por Neuhauser (1999).

Otra dinámica frecuente en la fidelidad es que la exigencia de esta no se dirige tanto a la pareja, sino a la madre, especialmente la fidelidad abnegada, transfiriendo la fidelidad del niño con su madre, al marido o mujer. En consecuencia tiene algo de irreal Hellinger (2001).

Los celos después de una aventura aparentemente “insignificante” se manifiestan por que toda aventura implica el riesgo de un embarazo, con lo cual el nuevo vínculo se superpone al anterior. El infiel arriesga la existencia de la relación de pareja actual con cada aventura Hellinger citado por Neuhauser (1999).

Cuando la pareja se mueve en el sentimiento adulto, nunca se encuentra totalmente expuesto. Sabe que su vida no depende de si su pareja se queda o se va.

Cuando uno de los compañeros se mueve en el sentimiento infantil con frecuencia y con gran intensidad, pone en peligro la relación. A veces, uno le dice al otro: “¡si me dejas, me suicido, la vida ya no tendría ningún sentido para mí!” Así, el otro se encuentra en el papel de la madre responsable de la supervivencia del hijo por tanto ya no es pareja y no tiene ninguna salida más que abandonar la relación Hellinger citado por Neuhauser (1999).

La pareja culpable no debe pedir perdón, si no disculpas, ya que al perdonar el que fue perdonado quizás tenga que abandonar a su pareja. Si quiero compensarlo para que todo vuelva a arreglarse puedo hacer algún bien al otro, secretamente sin confesarse nada. Eso es mucho mejor que confesarme y provocar un escándalo Hellinger citado por Neuhauser (1999).

3.12.2 DIVORCIO Y SEPARACION

Siempre hay dos partes en la destrucción de una pareja. Nadie es completamente culpable o inocente. Cuando una relación se rompe, siempre significa un gran dolor. Muchas personas prefieren esquivar el dolor. Por ejemplo, a través de

reproches o buscando culpas. Cuando uno localiza la culpa tiene entonces la idea e ilusión de que ambos podrían hacer algo, de que comportándose de otra manera todo se podría salvar. Entonces se esta desconociendo la magnitud y la profundidad de la situación, todo se reduce a buscar la culpa y a los reproches recíprocos. La solución es que cada uno se abandone a su propia tristeza y a su profundo dolor hasta que todo pase Ulsamer (2006).

Una pareja joven que no está casada ni tampoco convive ya se desliga del otro reconociendo que fue bello. Asimismo, reconociendo que uno mismo se negó a algo y que tiene que asumir esa responsabilidad. Después, los dos se aseguran: "Ahora te dejo en paz" Hellinger citado por Neuhauser (1999).

Donde únicamente se trata de una relación de pareja, el matrimonio no es tan importante de ir soltando: las relaciones exigen que cada uno se vaya desprendiendo aunque en las relaciones nos vemos enriquecidos por la presencia del otro. Día a día la relación exige este ir soltando.

En la separación a causa de un divorcio se añorarán los buenos momentos pasados juntos y no es extraño que nazca la esperanza de una reconciliación. Las parejas que llevan muchos años juntas suelen preferir separarse en lugar de divorciarse; porque de esta manera no hay que disolver el mundo creado en común y también los individuos se pueden encontrar encadenados a una lealtad familiar en donde por ejemplo, el divorcio puede ser mal visto pero la separación no, esto es: "en esta familia el divorcio es un fracaso", por lo tanto, para cualquiera de los integrantes es un paso difícil de concretar Willi (2004).

Una separación tiene que ser ganada a través del dolor. Solo cuando la persona ha sufrido lo suficiente puede separarse con la conciencia tranquila. O la persona se da cuenta de que todo ha pasado y sigue su propio camino. Eso es más difícil que aguantar todavía juntos en el sufrimiento durante mucho tiempo. Es cómodo quedarse en la relación antigua aunque ya haya terminado. Aquello que

consideramos lo feliz, frecuentemente es lo cómodo Hellinger citado por Neuhauser (1999). La intensidad del dolor y culpa experimentados nos indica lo fuerte que era o aun es el vínculo. Si realmente afrontan el dolor pueden separarse en paz y arreglar tranquilamente los asuntos pendientes, así cada uno de ellos esta libre para el futuro Hellinger (2001).

Cuando se da una separación a la ligera, como si nada hubiera pasado, o dejando al otro sin interesarle y este siguiendo su camino, frecuentemente uno de los hijos paga con su vida, ya que la separación asume a la ligera se vive como un crimen capital que reclama la expiación por un miembro del sistema. Hellinger (2001).

Una buena separación se logra cuando los compañeros mutuamente se dicen: “Te quise mucho. Todo lo que te di, lo di con ganas. Tú me diste muchísimo, y lo honro. Por aquello que entre nosotros fue mal, yo asumo mi parte y te dejo la tuya. Y ahora te dejo en paz.” Así quedan separados, cada quien se queda con su responsabilidad y cada uno sigue su camino Hellinger citado por Neuhauser (1999). Cuando tiene hijos, los hijos no tienen que saber el motivo del divorcio pero si perciben que sus padres se hicieron responsables de su parte.

Se debe de reconocer el destino propio y el de la persona amada, como independientes el uno del otro, aceptándolos humildemente Hellinger (2001).

3.13 RESILENCIA EN LA PAREJA.

Este concepto es introducido en la psicología en los años setenta por el psiquiatra Michael Rutter, directamente inspirado en el concepto de la física.

El vocablo resiliencia tiene su origen en el idioma latín, en el término resalió que significa volver atrás, volver de un salto, resaltar, rebotar. El término fue adaptado a las ciencias sociales para caracterizar aquellas personas que, a pesar de nacer y vivir en situaciones de alto riesgo, se desarrollan psicológicamente sanos y exitosos Rutter (1993).

A continuación, se exponen algunas de las definiciones que, desde este campo, han desarrollado diversos autores en torno a este concepto:

- Habilidad para surgir de la adversidad, adaptarse, recuperarse y acceder a una vida significativa y productiva ICCB (1994).
- Historia de adaptaciones exitosas en el individuo que se ha visto expuesto a factores biológicos de riesgo o eventos de vida estresantes; además, implica la expectativa de continuar con una baja susceptibilidad a futuros estresores Luthar y Zingler, (1991); Masten y Garmezy, (1985); Werner y Smith, (1982) en Werner y Smith (1992)
- Enfrentamiento efectivo ante eventos y circunstancias de la vida severamente estresantes y acumulativos Lösel, Blieneser y Köferl en Brambing et al. (1989).

La resiliencia distingue dos componentes: la resistencia frente a la destrucción, esto es, la capacidad de proteger la propia integridad bajo presión; por otra parte, más allá de la resistencia, la capacidad para construir un conductismo vital positivo pese a circunstancias difíciles Vanistendael (1994).

Según Vanistendael, el concepto incluye además, la capacidad de una persona o sistema social de enfrentar adecuadamente las dificultades, de una forma socialmente aceptable.

El crecimiento personal consiste en dar a lo inevitable otro significado. No da resultado exigirse una renuncia extrema para proteger a la pareja Willi (2004).

Para concluir este tema de la investigación, es importante retomar el concepto de resiliencia ya que es nuevo en su aplicación dentro de la psicología, el cual promueve un cambio enfatizando en los recursos con los que cuenta la persona para despedirse de una relación y encontrarse libre para relacionarse como pareja en una nueva relación.

CAPITULO 2

TALLER TEORICO – VIVENCIAL “SOLUCION DEL CONFLICTO EN PAREJAS IDENTIFICADAS CON LAS LEALTADES INVISIBLES”: UNA PROPUESTA

En la presente investigación documental, se propone la elaboración de un taller teórico vivencial para identificar y relacionar los conflictos en la pareja desde las lealtades invisibles de manera individual. A partir de esta teoría se buscara la solución de un problema aparentemente irresoluble explorando sucesos anteriores en la historia familiar que generan conductas que no se explican desde una historia personal construida a partir del nacimiento o de la generación que nos antecede, como es el caso del psicoanálisis y de cualquier otra teoría psicoterapéutica actual Estrada (2008).

Se les proporcionará la información primordial del tema, para entender los conceptos básicos y así llegar a la dinámica familiar a la que pertenece la persona y que la lleva al conflicto con su pareja. De esta manera entenderá como cada uno de los dos que forman la pareja, son responsables de las consecuencias de sus historias familiares de origen, de sus generaciones pasadas y como a través del conflicto, llegan al equilibrio familiar o bien, a hacer justicia de las cuentas pasadas pendientes en sus sistemas familiares Hellinger (2001).

El taller estará diseñado para adultos mayores de 21 años, sin importar si son hombres, mujeres, preferencia sexual o conflicto de pareja que deseen trabajar. El número de participantes no podrá excederse a 10 personas, con el objetivo de proporcionar una mejor calidad del proceso individual de los participantes. No es necesario que los participantes asistan en pareja, el trabajo puede ser individual, teniendo efectos en el otro.

2.1 OBJETIVO GENERAL

Las personas identificarán las dinámicas que producen las lealtades invisibles con su familia de origen y su repercusión en la relación de pareja.

2.1.1 OBJETIVOS ESPECIFICOS

Investigar su psicogenealogía, a través del Psicogenosociograma

Identificar el concepto de pareja en su familia de origen.

Identificar las lealtades invisibles que se han convertido en patrones con respecto a su familia de origen.

Informar acerca de la existencia de nuevas estrategias que nos hablan del proceso evolutivo de la psicología postmoderna.

Proponer en las escuelas que se incluya en la currícula las nuevas tendencias y técnicas de la psicología postmoderna.

2.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

¿Las lealtades invisibles son el motivo de los conflictos de las parejas?

2.3 ABORDAJE TERAPEUTICO.

Enfoque sistémico familiar y transgeneracional.

El facilitador del taller deberá dominar el tema de pareja y tener una preparación en terapia sistémica-familiar y enfoque transgeneracional. Deberá tener experiencia en el trabajo con grupos. Estará apoyándose en materiales dinámicos para la exposición del tema y el trabajo en el taller.

2.4 PERFIL DEL FACILITADOR.

El facilitador del taller debe de tener las siguientes características:

2.4.1 CONOCIMIENTOS.

El facilitador debe de tener una licenciatura afín a Ciencia de la Salud.

Contar con especialidad o maestría en psicoterapia familiar o/y de pareja.

Tener especialidad o maestría en enfoque transgeneracional y sistémico.

Entrenamiento en psicogenealogía.

Entrenamiento en constelaciones familiares.

Experiencia en terapia y constelaciones familiares mínima de 1 año.

2.4.2 HABILIDADES

Habilidad empática.

Conocimientos básicos en entrevista.

Manejo de grupo.

Escucha.

Atención.

Intuición desarrollada.

Servicio.

2.5 TECNICAS TERAPEUTICAS

Genealogía.

Psicogenosociograma

Técnica directiva.

Paradojas.

Bitácoras.

2.6 ALTERNATIVAS DE SOLUCION.

El análisis del psicogenosociograma, con el fin de identificar y reconocer las lealtades invisibles que hay en el sistema familiar de origen.

La revisión de la percepción que se tiene de la pareja en la familia de origen para ayudar a saber si la persona ve a su pareja con sus propios ojos o a través de los ojos de su familia apoyada de las lealtades invisibles.

2.7 LUGAR.

El taller será impartido en los espacios del Hotel Villa San José que cuenta con el salón San José, que es rústico y con baño, para el trabajo teórico del taller; y con jardín, que será útil para algunas dinámicas vivenciales. El objetivo de hacerlo en este lugar, es permitirles a los participantes alejarse un poco de la rutina, ya que se encuentra en una zona libre de ruido y de mucho movimiento. Es un lugar fresco y al aire libre donde podrán hacer más fácilmente contacto con ellos mismos.

2.8 DURACION DEL TALLER

El taller se aplicará en 2 días. Serán una sesión de 4 horas en la mañana, 2 horas de comida y 4 horas por la tarde; al otro día será solo una sesión de 3:15 horas por la mañana. Con la finalidad de permitirles a las personas, el tiempo necesario para trabajar sus lealtades invisibles con su familia ancestral que los han llevado al conflicto en sus relaciones de pareja.

2.9 TALLER

Presentar a los participantes: mediante una serie de preguntas que los describa

Dar a conocer el objetivo del taller.

Crear un ambiente agradable. Dinámica rompe hielo.

Fomentar la participación del grupo. Describen su motivo de asistencia.

Brindar información. Exposición teórica.

Ejercicio:

- elaboración del Psicogenosociograma

- dibujo proyectivo de pareja

- retroalimentación individual del facilitador al participante.

- Aplicación de la técnica de Constelaciones Familiares.

Tareas:

- enriquecer la información del genograma.

- llevar una bitácora.

- observaciones de la dinámica familiar de origen.

Cierre.

**“SOLUCION DEL CONFLICTO EN PAREJAS IDENTIFICADAS CON LAS
LEALTADES INVISIBLES“**

| SESION | ACTIVIDADES | OBJETIVO | REQUERIMIENTOS |
|---------------|-----------------------------|--|---|
| 10 min. | Entrada | Ir identificándose unos con otros por sus nombres. | Etiquetas con los nombres de cada uno. |
| 10 min. | Encuadre | Elaborar un reglamento para el taller: Se llevará una hoja base de “acuerdos” y se pueden modificar en grupo. | Plumones de colores. 2 Cartulinas |
| 20 min | Identificación con animales | Se presentan diciendo su nombre, edad, el animal con el que se identifica y porqué y el animal con el que no se identifica y porqué. Dirán el motivo por el que llegan al taller. | |
| 40 min. | Introducción al tema | Platicar como llegan al taller e Identificar los movimientos que van surgiendo en el proceso personal. Identificar que es lo que ya conoce del tema y sus expectativas del taller. Que comente el motivo de por que asistieron. | Pintaron Plumones Borrador |
| 10 min | Receso. | Un pequeño espacio para ir al baño, estirarse y conocerse un poco más entre los participantes. | Café/ té. Agua. Galletas. Dulces. |
| 90 min. | Exposición del tema | Que conozcan y logren entender los conceptos básicos sobre el tema y resolver dudas. Se le proporcionar algunos ejemplos para entender mejor el tema. | Cañón Laptop Pintaron Plumones Borrador |
| 120 min. | Comida | | |
| 10 min. | Meditación. | El participante hará contacto con sus emociones y sensaciones, preparándose para el trabajo personal. | Esencias Velas Música Grabadora Incienso. |

| | | | |
|----------|-------------------------------------|---|--|
| | | | |
| 60 min. | Elaboración de Psicogenosociograma. | El participante elaborará con la información que conozca su Psicogenosociograma. | Rotafolios Plumones Reglas. Música. |
| 30 min | Dibujo. | Realizar un dibujo proyectivo sobre la pareja "ideal" y una pequeña historia. Platicar como ese dibujo tiene que ver con su familia y en que se parece. | Hojas. Lápices. Colores. Plumas. Gomas. Sacapuntas. |
| 15 min | Parejas de la familia. | Identificar el concepto que los padres tiene hacia la pareja, como ven a esa pareja y como son sus lealtades invisibles a la familia. Identificar el concepto que los abuelos tiene hacia la pareja, como ven a esa pareja y como son sus lealtades invisibles a la familia. Identificar como ven ellos mismos a su pareja y como son sus lealtades invisibles a la familia. Analizar como ven a su pareja: desde sus ojos o desde los ojos de la familia (lealtades invisibles) | Hojas. Lapiceros. Música. Incienso. |
| 160 min. | Constelación. | Intervención terapéutica con constelaciones familiares. | |
| 10 min | Retroalimentación y cierre | Se compartirá las sensaciones experimentadas y los resultados obtenidos del trabajo anterior. Conocer como se encuentran y que se llevan del taller ese día. | |
| 2do. Día | | | |

| | | | |
|----------|----------------------------|---|--|
| 15 min | Introducción. | Se les preguntará a los participantes cómo llegan ese día al taller y cómo se sienten. Se les preguntará si hay alguna duda pendiente y se resolverán. | |
| 10 min. | Meditación. | El participante hará contacto con sus emociones y sensaciones, preparándose para el trabajo personal. | Esencia Velas Música Grabadora Incienso. |
| 160 min. | Constelación. | Intervención terapéutica con constelaciones familiares. | |
| 10 min | Retroalimentación y cierre | Se compartirá las sensaciones experimentadas y los resultados obtenidos del trabajo anterior. Conocer como se encuentran y que se llevan del taller en general. | |

2.9.1 DESCRIPCION DE LAS DINAMICAS

MEDITACIÓN. La meditación es un viaje al interior, que lleva a la persona a un espacio que solo él conoce, donde encontrará las respuestas a preguntas que se plantea y, por alguna razón, no las encuentra de forma clara. Meditar es poner a la persona en contacto con su propia esencia, se relaja, ayuda a nivelar su estrés y ansiedad, se conecta con su dolor físico y emocional permitiéndole sanar desde el alma al cuerpo.

PSICOGENOSOCIOGRAMA. Es una herramienta de trabajo terapéutico que se construye de forma individual. Es un árbol genealógico profundo que contiene la historia familiar, con datos importantes, acontecimientos, fechas, momento histórico, aniversarios, circunstancias, acontecimientos sociales, culturales, políticos y económico. La información que contiene este árbol genealógico, deberá ser de varias generaciones anteriores, entre más mejor. Anne Ancelin

Schützenberger sugiere reconstruir el pasado de siete a nueve generaciones. Esto permite visualizar en una representación gráfica, los vínculos significativos, personalidades e integrantes del sistema familiar, identificando las lealtades invisibles Sierra (2010).

CONSTELACIONES FAMILIARES. Es una técnica en la cual se puede profundizar en los roles familiares, por medio de representantes le será mostrada al cliente su propia familia en forma visible y viva, observando así las relaciones, uniones y lealtades invisibles no reconocidas hasta el momento a través de generaciones Estrada (2008).

CAPITULO 3 CONCLUSIONES

El enfoque transgeneracional es una nueva corriente en la ciencia de la Psicología que nos apoya a entender la dinámica de la relación de pareja de una forma más profunda, a nivel sistémico y transgeneracional. A través de este enfoque se comprende que el individuo no se presenta solo en la relación, si no que junto con él o ella viene todo un sistema familiar con la información que se encuentra en el alma de la familia, la misma provee de energía y fuerza suficiente para estar en la vida. Es así que cuando dos personas se encuentran y establecen una relación, en realidad son dos sistemas familiares los que se encuentran, y convergen en un punto de la vida de cada uno para alimentar a su sistema de origen, de algo que necesita, que no tiene.

Mediante un estudio más profundo entonces, podemos descubrir una amplia rama de identificaciones con el sistema de origen de la persona, y de esta forma comprender la dinámica de las motivaciones que encaran las relaciones que ejerce con el otro o que exige del otro, sin justificar ni juzgar, dejando que fluya la fuerza del amor y asumiendo la responsabilidad que le corresponde a cada uno en la relación, evitando el sufrimiento de ambos cuando se culpa al otro de todo el conflicto y se le reprocha, para que cada quien tome y se haga responsable de lo que es de sí mismo. Una relación entonces es de dos, no de uno; ambos deben de asumir su parte de responsabilidad que le corresponde en un conflicto, de esta manera, cada uno podrá crecer y hacer algo bueno con el sentimiento de culpa que se llega a generar en ocasiones.

Por otro lado, se debe comprender que cada uno tiene un destino que seguir, así evitar el desgaste en algunas ocasiones de ir en contra del destino de otra persona o del mismo, pero también la persona al hacer conciencia de las dinámicas del destino, puede ejercer su voluntad, más no la de la pareja, buscando así que la persona haga algo bueno en sus relaciones desde su propio centro.

Al iniciar el proyecto, el primer objetivo a investigar fue introducir al lector en el tema de Lealtades Invisibles y la repercusión que este tiene en el conflicto de pareja, al final si se logró, ya que el enfoque transgeneracional considera los mecanismos inconscientes que fluyen en la pareja, la historia de cada cónyuge con respecto a su sistema familiar de origen y de cómo éstos influyen en la dinámica de la pareja. Desconfiando de la lógica lineal, acentuando la importancia de la autorregulación del sistema; en su visión, la circularidad y la historicidad, que parte de un todo, y no de manera individual; viendo al pasado como necesario para entender las relaciones actuales Cova (1998).

Las lealtades invisibles comienzan a necesitar una intervención cuando las identificaciones transgeneracionales son superiores a las sistémicas y comienzan a determinar dificultades en torno a la relación actual. El concepto de colusión explica la repetición del conflicto histórico de cada uno de los cónyuges y el de las lealtades define un contexto motivacional interpersonal que impulsa esas repeticiones Nagy (1994). La elección de la pareja como los conflictos puede ser un deseo transgeneracional. Desde mucho antes de que la pareja se conociera, las familias de esas dos personas ya trabajaban para unirlos y crear la dinámica de su relación conflictiva Gaulejac, citado por Schützenberger (2008).

El segundo objetivo de investigación es el identificar las causas del origen de las lealtades en el sistema familiar, y para responder este punto, se dio un pequeño significado sobre la palabra leal, para entender su función, ya que un miembro leal a un grupo o sistema, tiene que interiorizar el espíritu de sus expectativas y asumir una serie de actitudes específicas para cumplir con los mandatos interiorizados. El individuo así podrá someterse tanto al mandato externo como al de las obligaciones interiorizadas Nagy (1994). Entonces la idea de ser leal es un corresponder a una obligación que se tiene con los demás, con los que pertenecen a su sistema familiar. Es un compromiso a defender lo que se cree y en quien cree, pues quien es traidor se queda solo. Así se logra llevar las lealtades

a cualquier relación a su etapa más profunda. La lealtad implica un compromiso que va más hondo.

El siguiente punto que se investigó fue el impacto de las lealtades invisibles en la relación de pareja, encontrando que existe una complicidad inconsciente y no confesada en la combinación entre los miembros de la pareja, que transmite una sensación de proximidad especial y de necesidad absoluta recíprocas. Una lealtad patológica se convierte en una obligación respecto a una forma de relación, que no admite ningún tipo de desarrollo ni transformación continuo.

Por otro lado, existen unos “censores automáticos”, por así decir, que detectan cualquier movimiento destinado a resquebrajar las lealtades, tienen como mejor aliado el sentimiento de culpa, que se incita por medio de frases que hacen sentir a la persona que está haciendo algo que rompe con el compromiso adquirido con el objeto de lealtad, lo que promueve en la persona emociones negativas que comienzan a trabajar de manera directa sobre su decisión firme de casarse, pero no hará un movimiento directo, sino que comenzará a buscar argumentos que refuten el valor que tiene su relación de pareja.

Describir las similitudes que existen en el sistema familiar en cada individuo que conforma la pareja, fue otro objetivo a investigar, y se encontró que las parejas se eligen con deseos y conflictos similares pero con un manejo diferente de ellos y que constituye una complicidad no confesada entre los miembros de la pareja. Los problemas y conflictos de la misma clase ejercen una gran atracción mutua entre dos personas y denomina colusión a este conflicto básico común que se expresa en “una complementariedad rígida en la cual el rol que asume cada uno aparece como el polo opuesto del otro tratándose sin embargo de variantes extremas del mismo conflicto” Willi (1968).

Por otro lado, la pareja no se forma sola, sino es toda su familia que los mira y a veces esa familia deposita una esperanza en la mujer de ese hombre y en la

familia de la mujer, para que a través de esa unión se logre un orden en los sistemas y no se dan cuenta Hellinger (2006). Esto quiere decir, que puede haber similitudes en un sistema, aunque algunas cosas se manejen de manera diferente y sea por eso que se atraigan, o que pueden ser totalmente diferentes, y que de esta manera lleguen al equilibrio ambos sistemas con la llegada del otro.

El último objetivo tiene que ver con proponer un taller donde se realizará un análisis del conflicto en la pareja de manera personal, ya con la información recolectada, el cual consistirá en dos días. En este taller se encontrarán las identificaciones que se tiene con el sistema de origen de la persona que asistirá, para así comprender de una mejor manera la dinámica del conflicto que presenta con su pareja, y realizar algunos movimientos sistémicos para llegar a la mejor resolución del problema.

Por lo tanto, las lealtades invisibles generan conflictos en la pareja debido a identificaciones que están en juego con cada uno de los miembros que conforman la relación de pareja, y que desde su sistema familiar llevan a la convivencia diaria. Sin embargo no son completamente las lealtades el motivo principal, también influyen las circunstancias presentes por las que está pasando la pareja, así el conflicto tiene dos raíces: el pasado familiar que incluyen las identificaciones sistémicas y las diferentes circunstancias por las que atraviesa la pareja. Para diferenciarlas, las lealtades invisibles surgen de una motivación interna, sin mucho sentido aparente, donde existe un sentimiento de culpa envuelto si no es manifestado, en cambio, los conflictos de la pareja que tiene que ver con el presente, son inducidos por motivaciones externas que no causan mucho conflicto en las personas a la hora de resolverlos.

La pareja entra en conflicto cuando se identifica inconscientemente con un miembro de la familia, ya que la misión de las lealtades invisibles y de las identificaciones inconscientes es que obligan al individuo a pagar las deudas de sus antepasados Schützenberger (2008). Las identificaciones son como si el individuo

estuviera programado para seguir y repetir su destino, trágico o alegre. Repetir las acciones, las fechas o las edades, es una manera de mantener al individuo fiel a sus antepasados, como a sus padres, abuelos, y demás antecesores dentro de su linaje, aunque así afecte sus relaciones y si su propia vida.

La mala relación con la madre a una edad temprana promueve el conflicto de pareja en el adulto, ya que la madre es el primer amor de la persona, quien toma a la madre, puede tomar a su pareja; quien no la toma, no tendrá lugar en su corazón para tomar a su pareja, ya que podrá estar ocupado buscando a la madre o podrá tener miedo a repetir las sensaciones que sintió cuando la madre no estuvo en su infancia, llevando eso sentimientos de abandono y soledad a la relación.

La historia de vida familiar determina la elección de pareja conflictiva, volviendo a retomar un poco lo que se explico, ya que la pareja es toda su familia que los mira y a veces esa familia deposita una esperanza en cada uno, para que a través de esa unión se logre un orden en los sistemas sin darse cuenta, Hellinger (2006) así que en la elección de la pareja como los conflictos desde mucho antes de que la pareja se conociera, las familias de esas dos personas ya trabajaban para unirlos y crear la dinámica de su relación Gaulejac, citado por Schützenberger (2008).

Estos fueron los resultados encontrados durante la investigación, basándonos en su mayor parte en la información de los autores Hellinger y de Nagy, quienes le brindaron un mayor soporte el marco teórico de esta investigación. Por lo tanto se respondió el planteamiento del problema, los objetivos de investigación y los soportes teóricos de manera favorable.

En lo personal creo que este trabajo de investigación puede aportar información para trabajar muchos aspectos conflictivos de la persona y no limitarse solo a la pareja. Esta teoría nos ayuda a comprender y responsabilizarnos de nuestro propio destino y a respetar el destino del otro, fomentando la consciencia del

conflicto de tal manera que pueda surgir de forma natural un movimiento en el propio sistema llevándolo a un equilibrio.

Este nuevo enfoque es una herramienta terapéutica que facilita la sanación del alma familiar e individual de forma rápida a través de la fuerza y el amor que sus ancestros le transmiten, de esta manera la persona podrá seguir su destino de una manera libre.

LIMITACIONES Y SUGERENCIAS

LIMITACIONES

En el presente trabajo hubo limitaciones con respecto a la bibliografía, ya que en algún momento fue difícil obtener algunos documentos, debido a que es un enfoque nuevo y que no le han dado la importancia que la autora del presente trabajo considera que tiene.

Otra limitación fue la redacción compleja con la que cuenta el libro de Lealtades Invisibles de Nagy (1994), ya que en lo personal considero que fue uno de los libros más difíciles de entender y poco digeribles, por lo novedoso que puede ser el tema y el enfoque, no se encontró algún experto al cual se pudiera consultar.

La última limitante durante la investigación fue encontrar quien pudiera asesorar la parte teórica de la investigación, ya que existen muchas resistencias sobre el tema, y de los pocos candidatos que se encontraron, dos desertaron. Finalmente una asesora se comprometió con el trabajo y fue así que se pudo concluir el trabajo. Esta limitante ocasiono que el proceso de investigación fuera pausado y lento, sin embargo se logro terminar en la fecha programada a un principio.

SUGERENCIAS

Desde mi experiencia, sugiero que al realizar una investigación documental y de campo con respecto a este tema, se lleve a cabo un proceso personal a la par, ya que el tema puede limitarse con las resistencias al tema que el investigador pueda tener, y que junto a un proceso de crecimiento y terapéutico pueda desbloquear para estar disponible de manera abierta al descubrimiento de nueva información y poder darle un enriquecimiento más amplio al proyecto de investigación.

Este proyecto de Tesina se limitó a la investigación documental, sin embargo se desarrolló un programa con todas las herramientas necesarias para llevarla a cabo, por lo que sugiero que en algún momento se lleve a la práctica.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Álvarez, J. L., Jurgenson, G. (1996). Sexualidad en la pareja. México: Manual Moderno.
- Alatríste, J. (2004). Relaciones interpersonales en la pareja. En González, J.J. (Compilador). Relaciones interpersonales. México: El Manual Moderno.
- Boszormenyi Nagy, (1994) Lealtades invisibles. Argentina: Amorrortu.
- Boszormenyi-Nagy, (1978.) Visión Dialéctica de la Terapia Familiar Intergeneracional. Revista de Terapia Familiar.
- Bucio, M. (2007). El reajuste emocional ante la pérdida de la pareja. Tesina de Licenciatura. Facultad de Psicología. México: UMSNH.
- Cabrera T. (2004). Discípula de Jodorowsky cura las trancas de los chilenos con ataúdes y pintura. Chile.
- Desoille, R. (1975) Lecciones sobre ensueño dirigido en psicoterapia. Buenos Aires, Amorrortu,
- Estrada P. (2008) .Constelaciones Familiares. Tesina de Licenciatura. Facultad de Psicología México: UVAQ.
- Framo, J. (1996). Familia de Origen y Psicoterapia. Buenos Aires: Paidós.
- Freud, S. (1996) Lo Inconsciente en Obras Completas, Vol. XIV. Buenos Aires: Amorrortu, 9ª.
- Hellinger B. (2001) Ordenes del amor. España: Herder.
- Hellinger B. (2006). Los destinos de la familia de origen. Entrevista por M. Magazian.
- Hellinger B. Bolzmann (2003) Imágenes que solucionan. Argentina: Alma Lepik
- Hellinger B.Ten Hövel, (2007) Reconocer lo que es. España: Herder.
- Jacoby, J: (1976) La psicología de C.G. Jung. Madrid, Espasa-Calpe.
- Jean G. Lemaitre (2003) La pareja humana: su vida, su muerte, su estructura. México: Fondo de la Cultura Económica.
- Jodorowsky, A. (2001) La danza de la realidad. Siruela.
- Jodorowsky, A. (2005) Psicomagia. Grijalbo Mondadori, S.A.
- Jodorowsky, A. (2008) Poesía sin fin. Huacamani.

- Jodorowsky, A. (2009) "La familia y los secretos del árbol genealógico" (artículo) <http://planocreativo.wordpress.com/2009/05/15/la-familia-y-los-secretos-del-arbol-genealogico/>
- Jung C. (1991) Arquetipos e inconciente Colectivo. España: Paidós.
- Nahoul, V. (2004). Relaciones interpersonales en la adolescencia. En González, J.J. (Compilador). Relaciones interpersonales. México: Manual Moderno.
- González, J.J., Zarco, S. (2006). Factores que intervienen en la elección de pareja en Adolescentes. Revista Aletehia, Psicología y psicoanálisis. México: IIPCS, (25), 73-92.
- Leuner, H. (1977) The role of imagery in psychotherapy. En S. Arieti & Chrzanowski (Eds): New dimensions in psychiatry. A worl view. New York, Jhon Wiley.
- Navarro, J., Pericia J., (2000). Parejas en situaciones especiales. Terapia Familiar. Argentina: Paidós
- Neuhauser J.. (1999). Lograr el amor en la pareja. España: Herder.
- Martínez Vázquez de Castro L. (2008). El concepto de matrimonio en el código civil: Aranzadi.
- Muñoz, M. (2008). La sensibilización Gestalt en el trabajo terapéutico. México: Pax México.
- Pérez M.,Ruiz J.J., (2001).Trabajando los sueños. Ubeda,
- Rage A. (1996) La pareja humana: relación y conflicto. México. Universidad iberoamericana.
- Riso, W. (1999). *¿Amar o depender?* Colombia: Norma
- Romero Vargas, (2009). Una mirada a lo invisible. México. Urbano.
- Ruiz M, (2001), La maestría del amor, Barcelona: Urano.
- Rutter,Michael (1993). Resilience: Some conceptual considerations. Journal of Adolescent Health, vol.14, n.8, pp. 626-631.
- Sager, C (2003) Contrato Matrimonial y Terapia de Pareja. Ed. Amorrortu, Argentina

- Satir V. (2007) Nuevas relaciones humanas en el núcleo familiar. México: Pax México.
- Schlosser R. (2007) La buena sombra. México: Instituto Bert Hellinger de México, S.C.
- Schützenberger A. (2008) ¡Ay Mis Ancestros!. Argentina: Omeba.
- Sluzki C., Parámetros para pensar en terapia de pareja. Soc. Arg. de Terapia Familiar.
- Serrano, L. (1995) El precio de amor. ¿Es necesario sufrir para amar? México: hoja casa editorial
- Sierra G. (2010) Soltar para Volar. Colombia.
- Solloza R. (2006) Raquel Solloza por sus hijos. México: Herder.
- Ulsamer B.(2004), Sin raíces no hay alas. Barcelona: Luciérnaga.
- Van Eersel, Patrice C., (2007) Mis antepasados me duelen. España: Obelisco.
- Van Wayne W. Dyer (2010) Tu zonas erróneas. Barcelona: Debolsillo.
- N, (1997) Sin reservas: el arte de comunicarse. Barcelona: Safeliz
- Willi J., (1985) La pareja humana: relación y conflicto. Barcelona: Heder.
- Willi J., (2004) psicología del amor. Barcelona: Heder.